

Área	Descritores de Desempenho	Ponderação	Instrumentos
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coopera com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. <p>SUBÁREA GINÁSTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Compõe e realiza, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. <p>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETAS e OUTRAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. - Realiza com oportunidade e correção as ações técnicotáticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Interpreta, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), seqüências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. <p>OUTRAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Luta, utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro. - Realiza percursos de orientação elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. 	100%	<ul style="list-style-type: none"> - Registos de observação direta (jogo formal; exercícios critério em função da Atividade Física); - Lista de verificação (trabalhos individuais e/ou grupo, relatório de aula); - Ficha de avaliação (oral ou escrita).
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão neuromuscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo. 		<ul style="list-style-type: none"> - Grelha de registo de observação direta dos testes FITescola (relatório de desempenho).

ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none">- Relaciona aptidão física e saúde;- Identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável: a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.- Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos.	<ul style="list-style-type: none">- Ficha de avaliação (oral e escrita);- Lista de verificação (trabalhos individuais e/ou grupo, relatório de aula);
-------------------------------	--	--

**Condições especiais de avaliação para alunos dispensados da componente prática
(Artigo 15.º da Lei nº51/2012 de 5 de setembro - Estatuto do Aluno; Ofício Circular 98)**

a) O aluno pode ser dispensado temporariamente das atividades da aula, comprovado por atestado médico, que deve explicitar claramente as contraindicações da atividade física. Deste modo, os critérios de avaliação serão ajustados na área das “Atividades Físicas” e ou “Aptidão Física” em função da situação particular do aluno.

b) O aluno pode ser dispensado parcialmente das atividades da aula, nos casos em que o atestado médico impedir apenas a realização de determinadas atividades, a avaliação do aluno deverá ser adaptada às suas características e capacidades.

c) O aluno pode ter dispensado totalmente das atividades práticas da aula, quando o atestado médico impede a participação total do aluno nas atividades práticas da aula. Deste modo, não será realizada a avaliação dos parâmetros relativos à “Aptidão Física” e “Atividades Físicas”. Para estes alunos a ponderação da Área “Conhecimentos” será reajustada, passando a valer 100% da classificação.

Sem prejuízo do anteriormente disposto o aluno deve estar presente no espaço onde decore a aula de Educação Física.