

Curso Profissional de Nível Secundário
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO/PLANO CURRICULAR- EDUCAÇÃO FÍSICA 1º ANO (10º ANO)

Domínios	Aprendizagens Essenciais					Descritores do perfil dos alunos	
	Conhecimentos, Capacidades e Atitudes			Horas	aulas		Ações de ensino orientadas para o perfil dos alunos
	Matérias						
MÓDULOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Módulo 1	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS I	Voleibol Futebol Andebol Basquetebol	14	19	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. (ver Nota)	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 4	GINÁSTICA I	- Solo - Aparelhos	9	12	- Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em pequenos grupos da Ginástica, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. (ver Nota)	A, B, C, D, E, F, G, H, J
	Módulo 7	OUTRAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS I	Raquetas Atletismo Patinagem	9	12	- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas (jogador/árbitro). (ver Nota) - Realizar e analisar provas do Atletismo, cumprindo as exigências técnicas e o regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. (ver Nota) - Utilizar adequadamente os patins, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais. (ver Nota)	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 10	DANÇA I	- Danças Tradicionais Portuguesas - Danças Sociais	5	7	- Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas, seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em pequenos grupos, mantendo a distância de segurança obrigatória e aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. (ver Nota)	A, B, D, E, F, H, J
MÓDULO DA APTIDÃO FÍSICA	Módulo 16	APTIDÃO FÍSICA	Enquadra-se na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF) do programa FITescola®.	7,5	10	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão neuromuscular e aptidão aeróbia, trabalhando individualmente ou em pequenos grupos. Bateria de Testes <i>Fitescola</i> ®. (ver Nota)	B, E, F, G, J
MÓDULO DOS CONHECIMENTOS	Módulo 13	ATIVIDADE FÍSICA/ CONTEXTOS E SAÚDE I	- Estilo de Vida saudável - Fatores de risco; - Fenómenos limitativos	8	11	Reflexão e concretização dos conceitos em situações teórico/práticas e de mobilização dos colegas na realização de diversas atividades físicas. (ver Nota)	A, B, F, I
Total				52,5	72		

LEGENDA: A - LINGUAGENS E TEXTOS; B - RACIOCÍNIO E RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS; C - RELACIONAMENTO INTERPESSOAL; D - BEM-ESTAR, SAÚDE E AMBIENTE; E - SABER CIENTÍFICO, TÉCNICO E TECNOLÓGICO; F - INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO; G - PENSAMENTO CRÍTICO E PENSAMENTO CRIATIVO; H - DESENVOLVIMENTO PESSOAL E AUTONOMIA; I - SENSIBILIDADE ESTÉTICA E ARTÍSTICA; J - CONSCIÊNCIA E DOMÍNIO DO CORPO

Nota: Dada a situação atual de pandemia que estamos a viver, a lecionação da Educação Física vai privilegiar o trabalho individual e/ou em pequenos grupos tentando manter a distância de segurança. As ações previstas de situação de jogo vão realizar-se também, de forma condicionada. O material irá ser higienizado entre a utilizações. Com estas adaptações procuramos cumprir as orientações da DGS.

A Aptidão Física é abordada ao longo dos 3 anos, contudo a classificação apenas é atribuída no término do 3º ano (12º ano). Os critérios de avaliação têm por base o Programa de Educação Física e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Na sua elaboração foram ainda tidos em consideração os documentos curriculares em vigor nomeadamente os Programas e a plataforma *FITescola*®, bem como a legislação vigente.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

10º Ano					
	< 10 (Valores)	10 - 12 (Valores)	13 - 15 (Valores)	16 - 17 (Valores)	18 - 20 (Valores)
Atividades Físicas					
Avaliação dos Módulos 1,4,7,10	< 5 objetivos I para o módulo avaliado	5 objetivos I para o módulo avaliado	4 objetivos I + 1 objetivo E para o módulo avaliado	3 objetivos I + 2 objetivos E para o módulo avaliado	2 objetivos I + 4 objetivos E para o módulo avaliado
Conhecimentos					
Avaliação do Módulo 13	O aluno não demonstra os conhecimentos definidos para o 10º ano	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 10º ano nos critérios de avaliação de EF (trabalhos de projeto ou trabalhos de grupo)			

I - Introdutório; E - Elementar; A - Avançado; ZSAF - Zona Saudável Aptidão Física (de acordo com a Bateria de testes *FITescola*®)

Os critérios de avaliação têm por base o Programa de Educação Física e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Na sua elaboração foram ainda tidos em consideração os documentos curriculares em vigor, nomeadamente os Programas e a plataforma *FITescola*®.

Considera-se que um aluno cumpre um nível (I, E ou A) no domínio das Atividades Físicas quando os seus conhecimentos, capacidades e atitudes, representam a totalidade do nível considerado.

A versão completa do programa e das Aprendizagens Essenciais podem ser consultadas nas seguintes páginas:

http://www.catalogo.anqep.gov.pt/programascp/CP_FSC_Educacao_Fisica.pdf

<https://anqep.gov.pt/np4/476.html>