

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 2	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS II	Voleibol Futebol Andebol Basquetebol	13,5	18	- 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.	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 5	GINÁSTICA II	- Solo - Aparelhos	9	12	- Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A, B, C, D, E, F, G, H, J
	Módulo 8	OUTRAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS II	Raquetas Atletismo Patinagem	6	8	- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas (jogador/árbitro). - Realizar e analisar provas do Atletismo, cumprindo as exigências técnicas e o regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Utilizar adequadamente os patins, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais e a pares.	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 11	DANÇA II	- Danças sociais - Danças sociais	6	8	- Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	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. Bateria de Testes <i>FITescola</i> ®.	B, E, F, G, J
MÓDULO DOS CONHECIMENTOS	Módulo 14	ATIVIDADE FÍSICA/ CONTEXTOS E SAÚDE II	- Fatores de saúde e risco nas atividades físicas (Dopagem, Doenças/lesões, materiais/equipamentos) - Educação Física e Capacidades Motoras	4,5	6	Reflexão em grupo e concretização dos conceitos em situações práticas e de mobilização dos colegas na realização de atividades físicas diversas.	A, B, F, I
Total				46,5	62		

A Aptidão Física é abordada ao longo dos 3 anos, contudo a classificação apenas é atribuída no término do 3.º ano (12.º 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*®.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

11.º Ano					
	< 10 (Valores)	10 - 12 (Valores)	13 - 15 (Valores)	16 - 17 (Valores)	18 - 20 (Valores)
Atividades Físicas					
Avaliação dos Módulos 2, 5, 8, 11	< 5 objetivos I para o módulo avaliado	5 objetivos I para os módulos 2,11 e Ginástica de Aparelhos; 5 objetivos E para o módulo 8 e para a Ginástica de Solo	4 objetivos I + 1 objetivo E para os módulos 2,11 e Ginástica de Aparelhos; 4 objetivos E + 1 objetivo A para o módulo 8 e para a Ginástica de solo	3 objetivos I + 2 objetivos E para os módulos 2,11 e Ginástica de Aparelhos; 3 objetivos E + 2 objetivos A para o módulo 8 e para a Ginástica de solo	2 objetivos I + 3 objetivos E para os módulos 2,11 e Ginástica de Aparelhos; 2 objetivos E + 3 objetivos A para o módulo 8 e para a Ginástica de solo
Conhecimentos					
Avaliação do Módulo 14	O aluno não demonstra os conhecimentos definidos para o 11.º ano	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 11.º 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.angep.gov.pt/programascp/CP_FSC_Educacao_Fisica.pdf
http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/10_educacao_fisica.pdf

Perfil Profissional do Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos:

À saída do curso, o aluno deverá ter adquirido as competências específicas de um técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos que englobam:

- utilizar linguagens procedimentais e orientadas a objetos para desenvolver aplicações Web e Desktop;
- analisar, modelar e implementar Bases de Dados;
- instalar, configurar e efetuar a manutenção de computadores, periféricos, sistemas operativos e aplicações informáticas.