

AC PASEO	Áreas	Descritores operativos das AC	Ponderação	Elementos de recolha de informação de suporte à avaliação
Saber Científico, Técnico e Tecnológico (A, B, C, D, G, H, I, J) Informação e Comunicação (A, B, D, E, F, J) Raciocínio e Resolução de Problemas (B, C, D, E, F, I, J) Consciência e Domínio do Corpo/Relação Interpessoal (D, E, F, G, H, J)	Conhecimentos	- Compreende os conteúdos de cada uma das subáreas da disciplina e matérias complementares. - Adquire conhecimento, informação e outros saberes, com rigor, articulação e uso consistente de conhecimentos. Selecionar informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. - Analisa situações, identificando os seus elementos ou dados. Realizar tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos. Utilizar conhecimento, para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados.	15 %	Grelha de observação e registo, direta e sistemática das competências reveladas pelos alunos nas situações características, inscritas na própria definição dos objetivos das matérias a lecionar Questionamento Oral Testes escritos Trabalhos de investigação individuais ou em grupo Relatórios de observação de aula Fichas de elementos gimnicos e respetivas sequências Observações formais e informais Tabela de Valores de Referencia do programa FITescola Grelha de registo dos resultados dos testes protocolados no programa Fichas de Autoavaliação
AC - Áreas de Competências (AC) do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO): A – Linguagens e Textos, E – Relacionamento interpessoal, I – Saber Científico, Técnico e tecnológico, B – Informação e comunicação, F – Desenvolvimento pessoal e autonomia, J – Consciência e Domínio do Corpo C – Raciocínio e Resolução de Problemas, G – Bem-estar, Saúde e Ambiente, D – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo, H – Sensibilidade Estética e Artística,				

AC PASEO	Áreas	Descritores operativos das AC	Ponderação	Elementos de recolha de informação de suporte à avaliação
Saber Científico, Técnico e Tecnológico (A, B, C, D, G, H, I, J) Informação e Comunicação (A, B, D, E, F, J) Raciocínio e Resolução de Problemas (B, C, D, E, F, I, J) Consciência e Domínio do Corpo/Relação Interpessoal (D, E, F, G, H, J)	Atividades Físicas	• Executa na prática dos conteúdos do currículo nas diferentes áreas, subáreas e matérias; • Executa as principais ações técnico táticas do jogo; • Realiza ações motoras individuais, de pares ou em grupo, desenvolvendo as diferentes capacidades físicas; • Realiza destrezas nos aparelhos com correção, de acordo com as diferentes exigências técnicas; • Identifica os movimentos que definem as destrezas no solo e executa-os de acordo com as exigências técnicas. • Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo e promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades. • Aplica as regras de participação, combinadas na turma. Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor. Respeitar as regras organizativas que permitam atuar em segurança. Cumprir e fazer cumprir regras de arbitragem; apresentar iniciativas e propostas. Ser autónomo na realização das tarefas. • Cooperar na preparação e organização dos materiais. Conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente. • Reforça o gosto pela prática regular de atividade física. Aplicar processos de elevação do nível funcional da aptidão física.	60 %	Grelha de observação e registo, direta e sistemática das competências reveladas pelos alunos nas situações características, inscritas na própria definição dos objetivos das matérias a lecionar Questionamento Oral Testes escritos Trabalhos de investigação individuais ou em grupo Relatórios de observação de aula Fichas de elementos gimnicos e respetivas sequências Observações formais e informais Tabela de Valores de Referencia do programa FITescola Grelha de registo dos resultados dos testes protocolados no programa Fichas de Autoavaliação
AC - Áreas de Competências (AC) do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO): A – Linguagens e Textos, B – Informação e comunicação, C – Raciocínio e Resolução de Problemas, D – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo, E – Relacionamento interpessoal, F – Desenvolvimento pessoal e autonomia, G – Bem-estar, Saúde e Ambiente, H – Sensibilidade Estética e Artística, I – Saber Científico, Técnico e tecnológico, J – Consciência e Domínio do Corpo				

AC PASEO	Áreas	Descritores operativos das AC	Ponderação	Elementos de recolha de informação de suporte à avaliação
Saber Científico, Técnico e Tecnológico (A, B, C, D, G, H, I, J) Informação e Comunicação (A, B, D, E, F, J) Raciocínio e Resolução de Problemas (B, C, D, E, F, I, J) Consciência e Domínio do Corpo/Relação Interpessoal (D, E, F, G, H, J)	Aptidão Física	- Desenvolve as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, com referência aos testes de resistência, força e flexibilidade, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitnessgram, de acordo com a sua idade e género. - Relaciona aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente. Identifica os pontos fortes e fracos das suas aprendizagens (individuais ou em grupo).	25 %	Grelha de observação e registo, direta e sistemática das competências reveladas pelos alunos nas situações características, inscritas na própria definição dos objetivos das matérias a lecionar Questionamento Oral Testes escritos Trabalhos de investigação individuais ou em grupo Relatórios de observação de aula Fichas de elementos gimnicos e respetivas sequências Observações formais e informais Tabela de Valores de Referência do programa FITescola Grelha de registo dos resultados dos testes protocolados no programa Fichas de Autoavaliação
AC - Áreas de Competências (AC) do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO): A – Linguagens e Textos, B – Informação e comunicação, C – Raciocínio e Resolução de Problemas, D – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo, E – Relacionamento interpessoal, F – Desenvolvimento pessoal e autonomia, G – Bem-estar, Saúde e Ambiente, H – Sensibilidade Estética e Artística, I – Saber Científico, Técnico e tecnológico, J – Consciência e Domínio do Corpo				

Esclarecimentos:

Esta grelha fundamenta a avaliação intercalar e de final de semestre. Os testes e outros instrumentos de recolha de informação terão grelhas à parte.

AC - PASEO - os grupos disciplinares indicam as áreas de competência do PASEO sobre as quais vão incidir os domínios/temas referidos nas respetivas aprendizagens essenciais. Cada domínio/tema pode ter mais do que uma área de competência associada.

Descritores operativos das Áreas de Competência - devem ser indicadas as ações estratégicas das Aprendizagens Essenciais (Ações Estratégicas de Ensino Orientadas para o Perfil dos Alunos).

Ponderação - os grupos disciplinares definem o peso que cada domínio/tema deve ter no conjunto das aprendizagens.