

Departamento		Expressões		Disciplina	Educação Física 12º Ano
Dimensões	DOMÍNIO/TE MAS	Fator de ponderação (para cada domínio)	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES / PERFIL DO ALUNO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
			<p>outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, identificado os critérios de execução técnica.</p> <p>Atletismo 1. Conhece as ações técnicas das disciplinas de saltos, lançamentos e corridas e respetivos regulamentos. 2. Aplica o regulamento na função de juiz.</p> <p>Dança (Atividades Rítmicas Expressivas) 1. Analisa a ação dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento.</p>	<p>Crítico/Analítico</p> <p>Indagador/ Investigador</p> <p>Respeitador da diferença/do outro</p>	<p>Realizada em situação de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fichas/Testes/Questões aula /Intervenções orais. - Trabalhos individuais/ pares/grupo. - Relatórios de aula.
	Áreas das Atividades	50%	<p>M3 – Jogos Desportivos Coletivos III Coopera com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível de Elementar do Jogo Desportivo Coletivo Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase de jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também com árbitro.</p> <p>M6 – Ginástica III Realizar um esquema a pares, combinando elementos técnicos e outras destrezas gímnicas do Nível Introdução da Ginástica Acrobática, compreendendo e desempenhando correctamente as funções, quer como base quer como volante, na sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos e cooperando com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações,</p>	<p>Participativo/ Colaborador</p>	<p>Realizada em situação de execução dos exercícios critério e/ou em situação de jogo.</p> <p>Observação da execução técnica/grelha registo e medição de resultados.</p>

Departamento		Expressões		Disciplina	Educação Física 12º Ano
Dimensões	DOMÍNIO/TE MAS	Fator de ponderação (para cada domínio)	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRITORES / PERFIL DO ALUNO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
Conhecimentos Capacidades Atitudes	Físicas		<p>preservando sempre as condições de segurança. Colaboram na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>M8 – Atletismo / Raquetes / Patinagem I Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo correctamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>Módulo11 - Dança II Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível de Introdução da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>Módulo12 - Dança III Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível de Elementar da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	<p>Responsável/ Autónomo</p> <p>Conhecedor/ Sabedor/culto/ Informado</p>	<p>Realizar sequências de habilidades motoras; Elaborar coreografias.</p> <p>Realizada em situação de execução dos exercícios, numa coreografia individual e/ou a par com acompanhamento musical</p>
	Aptidão Física		<p>M16 – Aptidão Física – Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativa. Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>Autoavaliador</p> <p>Conhecedor/ Sabedor/culto/ Informado</p>	<p>Encontrar a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) Aplicação da bateria de testes do FITescola. Ficha de autoavaliação</p>
	Avaliação/ Reflexão	15%	- Analisa os resultados das atividades desenvolvidas, para determinar o ponto de situação em que se encontra relativamente ao objetivos das mesmas, identificando com clareza o que foi concretizado e o		

Departamento		Expressões		Disciplina	Educação Física 12º Ano
Dimensões	DOMÍNIO/TEMAS	Fator de ponderação (para cada domínio)	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	DESCRIPTORES / PERFIL DO ALUNO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
			que falta por concretizar. - Desenvolve novas estratégias que permitam concretizar a atividade.	Conhecedor/ Sabedor/culto/ Informado	
	Apresentação/Comunicação	15%	Através das TIC: - Elabora relatórios de atividades utilizando com correção a linguagem técnica; - Apresenta os resultados ao professor e/ou à turma, utilizando com correção a linguagem oral e escrita.		Trabalhos de grupo/individuais Debates

- Nota:** Para os alunos que se encontrarem de Atestado de Médico permanente ou temporário, os domínios definidos para a disciplina serão avaliados com os instrumentos de recolha de informação mais adequados à sua realidade.

DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO

ANO DE FORMAÇÃO: 12º ANO.

MÓDULO/UFCD:

NÍVEL DOMÍNIO	MUITO BOM (20-17,5)	BOM (17,4-13,5)	SUFICIENTE (13,4-9,5)	INSUFICIENTE (9,4-6,5)	Muito Insuficiente (6,4-0)
	O aluno				
Aquisição e compreensão de conhecimentos 20%	Domina sempre com precisão os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada *Adquire e compreende os conhecimentos dos Fundamentos de Treino e jogo bem como das modalidades abordadas.		Domina às vezes os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada *Adquire e compreende alguns dos conhecimentos dos Fundamentos de Treino e jogo bem como das modalidades abordadas.		Não domina os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada * Não adquire nem compreende os conhecimentos dos Fundamentos de Treino e jogo bem como das modalidades abordadas.
Aplicação de conhecimentos Áreas das Atividades Físicas 60%	- Aplica sempre as técnicas específicas das modalidades em situação de coreografia, analítica e de competição. - Revela sempre autonomia quer na tomada de decisões, quer durante a execução das tarefas motoras. - Cumpre as normas e hábitos de higiene e apresenta o material necessário para a aula; - Cumpre obrigações e tarefas;		-Aplica , às vezes, as técnicas específicas das modalidades em situação de coreografia, analítica e de competição. - Revela, às vezes, autonomia quer na tomada de decisões, quer durante a execução das tarefas motoras. - Cumpre, às vezes, as normas e hábitos de higiene e apresenta por vezes o material necessário para a aula; - Cumpre com algumas obrigações e tarefas;		- Não aplica as técnicas específicas das modalidades em situação de coreografia, analítica e de competição. - Não revela autonomia quer na tomada de decisões, quer durante a execução das tarefas motoras. - Não cumpre as normas e hábitos de higiene e apresenta o material necessário para a aula; - Não cumpre obrigações e tarefas;

NÍVEL DOMÍNIO	MUITO BOM (20-17,5)	BOM (17,4- 13,5)	SUFICIENTE (13,4-9,5)	INSUFICIENTE (9,4-6,5)	Muito Insuficiente (6,4-0)
	O aluno				
Avaliação/Reflexão 10%	<p>*Realiza sempre uma análise dos resultados de projetos/atividades desenvolvidas, para determinar o ponto de situação em que se encontra relativamente aos objetivos das mesmas, identificando muito bem o que foi concretizado e o que falta concretizar;</p> <p>*Desenvolve sempre novas estratégias que permitam concretizar a atividade/projeto.</p>		<p>*Analisa, às vezes, os resultados de projetos/atividades desenvolvidas, para determinar o ponto de situação em que se encontra relativamente aos objetivos das mesmas, identificando por vezes o que foi concretizado e o que falta concretizar;</p> <p>*Desenvolve, às vezes, estratégias que permitam concretizar a atividade/projeto.</p>		<p>*Não analisa os resultados de projetos/atividades desenvolvidas, para determinar o ponto de situação em que se encontra relativamente aos objetivos das mesmas, não identificando o que foi concretizado e o que falta concretizar;</p> <p>*Não desenvolve estratégias que permitam concretizar a atividade/projeto.</p>
Apresentação/ Comunicação 10%	<p>Expressa-se de forma oral e escrita utilizando sempre com correção a linguagem técnica;</p> <p>Evidencia sempre capacidade de argumentação em concordância com os objetivos da aprendizagem.</p> <p>Elabora e apresenta sempre relatórios / trabalhos com qualidade, utilizando com correção a linguagem técnica e fazendo recurso a ferramentas digitais diversificadas;</p>		<p>Expressa-se de forma oral e escrita com algumas incorreções a nível da linguagem técnica;</p> <p>Evidencia alguma capacidade de argumentação em concordância com os objetivos da aprendizagem.</p> <p>Elabora e apresenta relatórios / trabalhos, com falhas ao nível da linguagem técnica e fazendo uso de apenas ferramentas digitais convencionais;</p>		<p>Não usa linguagem técnica para se expressar de forma oral e escrita.</p> <p>Não evidencia capacidade de argumentação</p> <p>Não elabora nem apresenta relatórios/trabalhos.</p>

(*)ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS			(*)VALORES	
A - Linguagens e textos	E - Relacionamento interpessoal	I - Saber científico, técnico e tecnológico	1 - Responsabilidade e integridade	4 - Cidadania e participação
B - Informação e comunicação	F - Desenvolvimento pessoal e autonomia	J - Consciência e domínio do corpo	2 - Excelência e exigência	5 - Liberdade
C - Raciocínio e resolução de problemas	G - Bem-estar, saúde e ambiente		3 - Curiosidade, reflexão e inovação	
D - Pensamento crítico e pensamento criativo	H - Sensibilidade estética e artística			