

CrITÉrios de Avaliação da Disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA - 11º Ano
CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS – Atestados Médicos Permanentes

Áreas de competência das aprendizagens essenciais (Domínios)	Conhecimentos, capacidades e atitudes	Instrumentos/estratégias de avaliação	Porcentagem
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<p>- Desenvolver competências em matérias de diferentes subáreas. ⁽¹⁾</p> <p>SUBDOMÍNIOS OBRIGATÓRIOS - 4 MATÉRIAS <u>JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC)</u> – Duas matérias <u>GINÁSTICA E ATLETISMO</u> – Uma matéria <u>ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</u> – Uma matéria</p> <p>SUBDOMÍNIOS DE OPÇÃO - 2 MATÉRIAS ⁽²⁾ <u>NA SUBÁREA PATINAGEM</u> <u>NA SUBÁREA RAQUETAS</u> <u>OUTRAS</u></p> <p>- Desenvolver competências relativas às matérias da disciplina, que integram competências motoras (conhecimento teórico-prático), de participação e conhecimentos relacionados a cada uma das matérias, numa <u>lógica integrada da aprendizagem</u>. ⁽³⁾</p>	<p>- Grelhas de observação e registo</p> <p>- Testes escritos e/ou</p> <p>- Trabalhos individuais/grupo e/ou</p> <p>- Relatórios e/ou</p> <p>- Questões aula e/ou</p> <p>- Arbitragem</p>	70%
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<p>- Desenvolver competências a nível do conhecimento sobre a avaliação e desenvolvimento da aptidão física para a saúde</p>	<p>- Tabela de valores de referência (<i>FITescola</i>®)</p> <p>- Grelhas de observação e registo</p> <p>- Testes escritos e/ou</p> <p>- Trabalhos individuais/grupo e/ou</p> <p>- Relatórios e/ou</p> <p>- Questões aula</p>	15%
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<p>- Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.</p> <p>- Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: Dopagem e riscos de vida e/ou saúde; doenças e lesões; condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.</p>	<p>- Testes escritos e/ou</p> <p>- Trabalhos individuais/grupo e/ou</p> <p>- Questões aula</p>	15%

(1) Definição das matérias de acordo com a disponibilidade de instalações e material desportivo, inseridas no âmbito da restante turma.

(2) Tendo em conta ⁽¹⁾, no 11º ano, o regime de opções prevê a possibilidade de os alunos/turma escolherem duas matérias de subdomínios diferentes entre os apresentados (subdomínios de opção).

(3) - **Competências motoras:** Avaliar sobre a demonstração das competências a nível do conhecimento teórico-prático (p. ex. arbitragem) e apreciar a qualidade do desempenho dos alunos.

- **Competências de participação:** Avaliar com base nas atitudes e valores, específicos e gerais, refletidos nos comportamentos observáveis (empenho, cooperação, cumprimento dos deveres escolares, etc.). Integra os 5% comuns a todas as disciplinas.

- **Conhecimentos:** Avaliar os conhecimentos relativos a cada uma das matérias (regulamento, tática, técnica, etc.).

http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/11_educacao_fisica.pdf