Critérios de Avaliação da Disciplina de EDUCAÇÃO FÍSICA
Cursos Científico-Humanísticos - 12º ano – Atestados Médicos Permanentes

NOTA: Devido ao atual contexto (pandemia COVID - 19) e de acordo com o plano de contingência da disciplina, as matérias da área das atividades físicas poderão sofrer alterações ao longo do ano letivo.

Áreas de competência das aprendizagens essenciais (Domínios)	**Conhecimentos, capacidades e atitudes**	**Instrumentos/ estratégias de avaliação**	**Percentagem**
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	- Desenvolver as competências em matérias de diferentes subáreas. **(1)** **SUBDOMÍNIOS OBRIGATÓRIOS - 4 MATÉRIAS** JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC) – **Duas matérias** GINÁSTICA E ATLETISMO – **Uma matéria** ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS – **Uma matéria** **SUBDOMÍNIOS DE OPÇÃO - 2 MATÉRIAS** **(2)** NA SUBÁREA PATINAGEM NA SUBÁREA RAQUETAS OUTRAS - 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 lógica integrada da aprendizagem. **(3)**	- Grelhas de observação e registo - Testes escritos e/ou - Trabalhos individuais/grupo e/ou - Relatórios e/ou - Questões aula e/ou - Arbitragem	**70%**
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	- Desenvolver competências a nível do conhecimento sobre a avaliação e desenvolvimento da aptidão física para a saúde.	- Tabela de valores de referência (*FITescola®*) - Grelhas de observação e registo - Testes escritos e/ou - Trabalhos individuais/grupo e/ou - Relatórios e/ou - Questões aula	**15%**
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	- Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino. - Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas "perversões", nomeadamente: especialização precoce; violência vs. espírito desportivo; corrupção vs. verdade desportiva.	- Testes escritos e/ou - Trabalhos individuais/grupo e/ou - Questões aula	**15%**

(1) Definição das matérias de acordo com a disponibilidade de instalações e material desportivo.

(2) Tendo em conta (1), no 12º 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 dos níveis do programa 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.).