

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Futebol e Voleibol)	<ul style="list-style-type: none"> Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Introdução do Futebol e Voleibol. Realizar ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador mas também como árbitro. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p> <p>Relacionamento</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. <p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p> <p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p> <p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
---	--------------------------------------	--	--	---	---

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Idéia chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução nas atividades seguintes: Futebol, Voleibol. O Nível Introdução de cada uma destas atividades, que integram a área dos jogos desportivos coletivos, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA - EDUCAÇÃO FÍSICA - MÓDULO 2

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ÁGUAS SANTAS

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Basquetebol e Andebol)	<ul style="list-style-type: none"> Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Introdução do Basquetebol e Andebol. Realizar ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador mas também como árbitro. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução nas atividades seguintes: Basquetebol, Andebol. O Nível Introdução de cada uma destas atividades, que integram a área dos jogos desportivos coletivos, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol)	O aluno deve ser capaz de: <ul style="list-style-type: none"> Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Elementar em duas das modalidades coletivas abordadas nos anos anteriores (Andebol, Basquetebol, Futebol ou Voleibol e introdutório no Kin-ball, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador mas também como árbitro. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia,					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. <p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p> <p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p> <p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Elementar em duas atividades das seguintes modalidades: Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol, à escolha dos alunos e numa modalidade alternativa (Kin-ball). O Nível Elementar de cada uma destas atividades que integram a área dos jogos desportivos coletivos inclui os conteúdos que representam o domínio (mestria) das aprendizagens nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e à organização da atividade referente.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; • Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Ginástica de Solo e Ginástica de Aparelhos)	. Realizar esquemas individuais, combinando habilidades do Nível Introdução da Ginástica de Solo e de Aparelhos, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. <ul style="list-style-type: none"> • Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. • Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. • Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução na Ginástica de Solo e num aparelho da Ginástica de Aparelhos. O Nível Introdução da Ginástica de Solo, e de cada um dos aparelhos que integra a Ginástica de Aparelhos, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam a aptidão específica ou a preparação de base.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Ginástica Acrobática)	<ul style="list-style-type: none"> Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática, (execução de pirâmides) aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p> <p>Relacionamento</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. <p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p> <p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p> <p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
---	--------------------------------------	--	--	---	---

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução na Ginástica Acrobática. - execução de pirâmides com 2, 3 e 4 elementos O Nível Introdução a Ginástica Acrobática inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam a aptidão específica ou a preparação de base.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA - EDUCAÇÃO FÍSICA - MÓDULO 6

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ÁGUAS SANTAS

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Ginástica Acrobática)	Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática.(execução de um esquema com música com a duração de cerca de 3 minutos) aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. <ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho,individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução na Ginástica Acrobática. – construção de um esquema musicado. O Nível Introdução a Ginástica Acrobática inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam a aptidão específica ou a preparação de base.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bemestar; 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Atletismo e Desporto de Raquetas I)	<ul style="list-style-type: none"> Realizar e analisar, no Atletismo, saltos e corridas cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Badminton, garantindo a iniciativa e capacidade ofensiva em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>• Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral.</p> <p>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>• Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações.</p> <p>• Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos.</p> <p>• Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança.</p> <p>• Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais.</p> <p>Disponibilizar-se para tarefas da aula.</p> <p>Cooperar com os colegas.</p> <p>Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas.</p> <p>Participar de forma construtiva em trabalho de grupo.</p> <p>Conhecer e aplicar cuidados de higiene.</p> <p>Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas.</p> <p>Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdutório do Atletismo e de um Desporto de Raquetas, o Badminton. O Nível Introdutório de cada uma destas atividades, que integram a área das Outras Atividades Físicas e Desportivas, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Atletismo e Jogos de Ténis de Mesa)	<ul style="list-style-type: none"> Realizar e analisar, no Atletismo, saltos e corridas cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de nível introdutório, nos Jogos de Ténis de Mesa, garantindo a iniciativa e capacidade ofensiva em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. <p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Idéias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdutório noutra atividade deste grupo – Ténis de Mesa e o Nível Elementar na atividade selecionada no módulo anterior, Atletismo Os Níveis Introdutório e Elementar de cada uma destas atividades, que integram a área das Outras Atividades Físicas e Desportivas, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Atividades de Exploração da Natureza – Orientação, Caminhada ou atividade similar)	Realizar Atividade de Exploração da Natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e especialmente de preservação da qualidade do ambiente. <ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p> <p>Relacionamento</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. <p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p> <p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p> <p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
---	--------------------------------------	--	--	---	---

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdutório numa das atividades desta área - Orientação, Caminhada ou atividade similar O Nível Introdutório de cada uma destas atividades, que integram a área das Atividades de Exploração da Natureza, inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Dança – Dantra Social ou Dança Tradicional)	Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdução da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições <ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Idéias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução numa das danças que integram a área Dança: Dança Social ou Dança Tradicional Portuguesa. O Nível Introdução de cada uma destas danças, que integram a área Dança inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Dança – Dança Social ou Dança Tradicional Portuguesa).	Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdução da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições <ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias-chave Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Introdução numa das danças que integram a área Dança: Dança Social ou Dança Tradicional Portuguesa (diferente daquela selecionada e trabalhada no módulo DANÇA I). O Nível Introdução de cada uma destas danças, que integram a área Dança inclui as habilidades, as técnicas e os conhecimentos que representam os respetivos fundamentos.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Dança – Dança Social ou Dança Tradicional Portuguesa).	<ul style="list-style-type: none"> Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Elementar da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Áptidão Física</p> <p>Comunicação</p>	<p>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> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo tem por objetivo a concretização do Nível Elementar numa das danças que integram a área Dança: Dança Social ou Dança Tradicional Portuguesa. O Nível Elementar de cada umas das Danças que faz parte esta área do currículo integra os conhecimentos que representam o domínio (mestria) deste tema nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e organização da atividade referente.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
			Atividades Físicas (Desenvolvimento e contextos da condição física).	<ul style="list-style-type: none"> 1. Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. 2. Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, tais como doenças, lesões, substâncias dopantes e condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança. 3. Identifica fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução da sociedade. 4. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. 					
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 5. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo visa a concretização da primeira parte dos objetivos relativos à Área dos Conhecimentos sobre Desenvolvimento da Condição Física e Contextos onde se realizam as Atividades Físicas, que integra conhecimentos relativos à aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e de interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Desenvolvimento e contextos da condição física).	<ul style="list-style-type: none"> Identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar. 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: ◦ a especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces; ◦ a dopagem e os riscos de vida e/ou saúde; ◦ a violência (dos espectadores e dos atletas) versus espírito desportivo; - a corrupção versus verdade desportiva Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo visa a concretização da primeira parte dos objetivos relativos à Área dos Conhecimentos sobre Desenvolvimento da Condição Física e Contextos onde se realizam as Atividades Físicas, que integra conhecimentos relativos à aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e de interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Desenvolvimento e contextos da condição física).	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer processos de controlo do esforço e identificar sinais de fadiga ou inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a Saúde, tais como: dores, mal-estar, dificuldades respiratórias, fadiga e recuperação difícil. Compreender, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: <ul style="list-style-type: none"> Identificando as características que lhe conferem essa dimensão; reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam; distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo visa a concretização da primeira parte dos objetivos relativos à Área dos Conhecimentos sobre Desenvolvimento da Condição Física e Contextos onde se realizam as Atividades Físicas, que integra conhecimentos relativos à aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e de interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas.

Critérios Evidências de:	Domínios Áreas	Organizador Subáreas	Perfil de aprendizagens específicas Descritores de desempenho O aluno					Processos de recolha de informação	
			V	IV	III	II	I	Técnicas	Instrumentos
			é capaz de:		nem sempre é capaz de:		não é capaz de:		
Conhecimento ACPA (A, B, D, F, I) Conhecedor Investigador Criativo Sistematizador Autoavaliador	ÁREA DOS CONHECIMENTOS 15%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> Ler, analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outros; Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem estar. 					Testagem Trabalhos Questionamento	Trabalhos e / ou testes escritos. Questionamento oral. Grelha de autoavaliação.
		Atividades Físicas (Desenvolvimento e contextos da condição física).	<ul style="list-style-type: none"> Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. Identificar pontos fracos e fortes das suas aprendizagens, numa perspetiva de autoaperfeiçoamento. Reorientar o seu trabalho, individualmente ou em grupo, partir do feedback do professor. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral. 					Observação Testagem Interação	Observação direta. Grelhas de registo Testes Fitescola. Testes práticos.
Resolução de problemas ACPA (A, B, C, D, F, I) Conhecedor Questionador Investigador Sistematizador Crítico/analítico Criativo Autoavaliador	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS 55%								

<p>Comunicação ACPA (A, B, D, E, F, H, J)</p> <p>Conhecedor Crítico/analítico Sistematizador Comunicador Autoavaliador</p>	<p>COMUNICAÇÃO</p> <p>15%</p>	<p>Comunicação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos das possibilidades de prática das atividades físicas e da aptidão física e da saúde das populações. • Mobilizar o discurso (oral e escrito) argumentativo, não expressando tomadas de posição, argumentos e contrargumentos. • Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança. • Demonstrar respeito por si próprio e pelos outros, assim como pelos materiais. 	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>
<p>Relacionamento Interpessoal ACPA (E, F, G, J)</p> <p>Participativo/colaborador Respeitador da diferença/do outro Responsável Autoavaliador</p>	<p>RELACIONAMENTO</p> <p>15%</p>	<p>Relacionamento</p>	<p>Demonstrar respeito por si e pelo outro, assim como pelos materiais. Disponibilizar-se para tarefas da aula. Cooperar com os colegas. Colaborar com os outros e apoiar terceiros em tarefas. Participar de forma construtiva em trabalho de grupo. Conhecer e aplicar cuidados de higiene. Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos colegas. Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.</p>	<p>Observação Interação na aula</p>	<p>Observação direta. Grelhas de registo.</p>

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
PA - Perfil dos Alunos | ACPA - Áreas de Competências do Perfil dos Alunos

Ideias chave - Este módulo desenvolve-se ao longo dos três anos de curso. Considera os objetivos relativos ao desenvolvimento da Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade e Destreza geral. A referência da ZSAF (Zona Saudável de Aptidão Física) encontra-se estabelecida na bateria de testes do FITescola. Os objetivos relativos a esta área encontram-se especificados em termos de: Resistência, força, velocidade, flexibilidade e destreza geral.