CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE
Educação Física do 9.º ano de escolaridade

(Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

DOMÍNIOS	DESCRITORES DO DESEMPENHO	FATOR DE PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
Área das Atividades Físicas	O aluno deve desenvolver as competências essenciais de **nível INTRODUÇÃO em 5 matérias** e **1** de **nível ELEMENTAR**, de diferentes **SUBÁREAS**: **Jogos Desportivos Coletivos** (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol); **Ginástica** (Solo, Aparelhos, Acrobática); **Atividades Rítmicas Expressivas** (Dança, Danças Sociais e/ou Tradicionais); **Atletismo –** saltos, corridas, lançamentos e marcha; **Patinagem**; **Raquetes** (Badminton, Ténis, Ténis de Mesa); e **Outras**-, Atividades de Exploração da Natureza (Orientação), Desportos de Combate (Luta). *COMPETÊNCIAS GERAIS EM TODAS AS SUBÁREAS:* - Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; - Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do (s) outro (s) e as dificuldades reveladas por ele (s); - Interessar-se e apoiar os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do (s) outro (s); - Conhecer as técnicas/táticas e as regras das atividades desportivas, utilizando a terminologia correta. *SUBÁREA, JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC)* - **duas matérias** - Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JDC (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações tático-técnicas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. *SUBÁREA, GINÁSTICA*- **uma matéria** - Compor, realizar e analisar da Ginástica (Solo, Aparelhos ou Acrobática), as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e / ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. *SUBÁREA DAS, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE)* – **uma matéria** - Apreciar, compor e realizar, nas **ARE** (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. *SUBÁREAS DO ATLETISMO, PATINAGEM, RAQUETES E OUTRAS* – **duas matérias** - Realizar e analisar do **Atletismo**, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. -Na **Patinagem**, patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». - Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de **Raquetes** (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Nas **Outras**, realizar Percursos (**Orientação**) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. -Nas **Outras**, realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em **Atividade de Combate** (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro. - Nas **Outras**, praticar e conhecer **Jogos Tradicionais Populares** de acordo com os padrões culturais característicos.	75%	- Observação direta e sistemática e/ou -Registos de observação e/ou -Testes práticos. - Testes teóricos.

Área da Aptidão Física	- Desenvolver capacidades motoras (resistência, força, velocidade e flexibilidade) evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do programa **FITescola**, para a sua idade e sexo. - Procurar elevar os seus níveis de **Aptidão Física**.	15%	- Observação direta e sistemática e/ou - Testes do FitEscola. - Registos de observação
Área dos Conhecimentos	- Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente. -Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.	10%	- Caderno diário e/ou - Questionamento em aula e/ou - Relatórios e/ou - Trabalhos pesquisa e/ou - Outros trabalhos escritos e/ou - Registos de observação e/ou - Testes escritos.

Aprovado em Conselho Pedagógico em:____/___/_____