

9.º ano	Conhecimentos e Capacidades (90%)			ATITUDES (10%)
	Componente Prática (Domínio Psicomotor)		Componente Teórica	
	Observação do desempenho dos alunos (utilizando as grelhas de avaliação de comportamentos específicos das diferentes matérias)	Bateria de Testes Fitescola	Conhecimentos sobre as matérias (Questões aula e/ou trabalhos e/ou aplicação prática de conhecimentos)	
	70%	10%	10%	10%
	<p>1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>a) Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>b) 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); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>c) Interessar-se e apoiar os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>d) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>e) Apresentar iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>f) Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>g) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>2. Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física. (B, C, E, F, G, J)</p> <p>3. Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. (A, B, C, D, E, F, I)</p> <p>4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média Duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. (B, E, F, G, I, J)</p> <p>5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J).</p>			<ul style="list-style-type: none"> - Sentido de responsabilidade - Cumprimento de regras - Sentido de autonomia - Respeito pelas normas cívicas e morais
A. Linguagens e textos B. Informação e comunicação C. Raciocínio e resolução de problemas	D. Pensamento crítico e 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	

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – Educação Física – Alunos com atestado Médico
2018-2019
9º ano

9.º ano	Conhecimentos e Capacidades (90%)			ATITUDES (10%)
	Teste de avaliação escrito e/ou Trabalhos de Investigação Individual	Relatórios de Aula e/ou Arbitragem	Colaboração no processo ensino-aprendizagem (Grelhas de observação direta)	
	65%	15%	10%	
	<p>1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo: (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>a) Relacionar-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>b) 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); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>c) Interessar-se e apoiar os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreaajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s); (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>d) Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>e) Apresentar iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>f) Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes; (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>g) Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>2. Compreender as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral, interpretando crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física. (B, C, E, F, G, J)</p> <p>3. Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como fatores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física. (A, B, C, D, E, F, I)</p> <p>4. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de resistência geral de longa e de média Duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. (B, E, F, G, I, J)</p> <p>5. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano. (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>6. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. (B, F, G, I, J).</p>			
A. Linguagens e textos B. Informação e comunicação C. Raciocínio e resolução de problemas	D. Pensamento crítico e 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	