

# Critérios de Avaliação

(Portaria nº226-A/2018, de 7 de agosto)

2019/2020

Agrupamento de Escolas de Miraflores

## 10<sup>o</sup>/ 11<sup>o</sup>ANOS



*Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico a 23 de julho de 2019*

## Cálculo da classificação interna a atribuir em cada período

	ENSINO BÁSICO (2º, 3º ciclos)	ENSINO SECUNDÁRIO
1º PERÍODO(N1)	$N1=C1$	$N1=C1$
2º PERÍODO(N2)	$N2=\frac{C1+C2}{2}$	$N2=\frac{C1+C2}{2}$
3º PERÍODO(N3)	$N3=\frac{C1+C2+C3}{3}$	$N3=\frac{C1+C2+C3}{3}$

A avaliação sumativa realiza-se no final de cada período letivo e traduz-se na formulação de um juízo global, numa escala de um (1) a cinco (5) no ensino básico e numa escala de zero (0) a vinte (20) no ensino secundário, considerando todos os elementos de avaliação existentes até cada um desses momentos avaliativos.

N1 - Média arredondada, de todos os elementos de avaliação no 1º período

N2 - Média arredondada dos elementos de avaliação do 1º e do 2º períodos, respetivamente

N3 - Média arredondada do 1º, 2º e 3º períodos, respetivamente.

## CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO

Ao abrigo da Portaria 226-A de 2018  
Ensino Secundário (10º/11º anos)

Domínios Desempenho	Áreas de Competências (Perfil do Aluno)	Instrumentos de Recolha de dados para a Avaliação das Aprendizagens (âmbito disciplinar e interdisciplinar)	Ponderação
			10º/11ºanos
Conhecimentos	A. Linguagens e textos B. Informação e comunicação C. Raciocínio e resolução de problemas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Instrumentos Genéricos</b> (Aprendizagens Essenciais)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Testes escritos</li> <li>- Portfólios</li> <li>- Trabalhos de pesquisa</li> <li>- Fichas</li> <li>- Questões de aula</li> <li>- Apresentações orais</li> <li>- Relatórios das atividades</li> <li>- Trabalhos individuais, de pares ou em grupo</li> <li>- Intervenções orais</li> <li>- Debates</li> <li>- Etc.</li> </ul> </li> </ul>	90%
Capacidades	D. Pensamento crítico e pensamento criativo		
Atitudes	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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Componente Prática e/ou Experimental</b> (CN, ET, EV, FQ, BG, Ed. Física, TIC.)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Relatórios das atividades experimentais</li> <li>- Exercícios práticos</li> <li>- Etc.</li> </ul> </li> <li>• <b>Componente da oralidade</b> (Português e Línguas Estrangeiras)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentações orais formais</li> </ul> </li> </ul>	
	J. Consciência e domínio do corpo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Instrumentos Específicos</b> Outros instrumentos no âmbito do Domínio de Autonomia Curricular (DAC)</li> </ul>	10%
			100%

**Observação:** Os critérios gerais de avaliação constituem referenciais comuns na escola. Os critérios específicos de cada disciplina e ano de escolaridade traduzem a importância relativa que as áreas de competências do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e respetivos descritores de desempenho assumem em articulação com as Aprendizagens Essenciais, designadamente no que respeita à valorização da competência da oralidade e à dimensão prática e/ou experimental das aprendizagens a desenvolver.

As disciplinas do Departamento das Artes e do Departamento de Educação Física e Desporto Escolar poderão obedecer a ponderações distintas dada a especificidade das disciplinas em causa.

**A. As competências associadas a *Linguagens e textos* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Utilizar de forma proficiente diferentes linguagens e símbolos associados às línguas (língua materna e línguas estrangeiras), à literatura, à música, às artes, às tecnologias, à matemática e à ciência;
- Aplicar estas linguagens de modo adequado aos diferentes contextos de comunicação, em ambientes analógico e digital;
- Dominar capacidades nucleares de compreensão e de expressão nas modalidades oral, escrita, visual e multimodal.

**B. As competências associadas a *Informação e comunicação* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Utilizar e dominar instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autônoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade;
- Transformar a informação em conhecimento;
- Colaborar em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas (analógicas e digitais), com base nas regras de conduta próprias de cada ambiente.

**C. As competências associadas a *Raciocínio e resolução de problemas* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Interpretar informação, planejar e conduzir pesquisas;
- Gerir projetos e tomar decisões para resolver problemas;
- Desenvolver processos conducentes à construção de produtos e de conhecimento, usando recursos diversificados.

**D. As competências associadas a *Pensamento crítico e pensamento criativo* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Pensar de modo abrangente e em profundidade, de forma lógica, observando, analisando informação, experiências ou ideias, argumentando com recurso a critérios implícitos ou explícitos, com vista à tomada de posição fundamentada;
- Convocar diferentes conhecimentos, de matriz científica e humanística, utilizando diferentes metodologias e ferramentas para pensarem criticamente;
- Prever e avaliar o impacto das suas decisões;
- Desenvolver novas ideias e soluções, de forma imaginativa e inovadora, como resultado da interação com outros ou da reflexão pessoal, aplicando-as a diferentes contextos e áreas de aprendizagem

**E. As competências associadas a *Relacionamento interpessoal* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição;
- Trabalhar em equipa e usar diferentes meios para comunicar presencialmente e em rede;
- Interagir com tolerância, empatia e responsabilidade e argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista, desenvolvendo novas formas de estar, olhar e participar na sociedade.

**F. As competências associadas a *Desenvolvimento pessoal e autonomia* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Estabelecer relações entre conhecimentos, emoções e comportamentos;
- Identificar áreas de interesse e de necessidade de aquisição de novas competências;
- Consolidar e aprofundar as competências que já possuiu, numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida;
- Estabelecer objetivos, traçar planos e concretizar projetos, com sentido de responsabilidade e autonomia.

**G. As competências associadas a *Bem-estar, saúde e ambiente* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Adotar comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar, designadamente nos hábitos quotidianos, na alimentação, nos consumos, na prática de exercício físico, na sexualidade e nas suas relações com o ambiente e a sociedade;
- Compreender os equilíbrios e as fragilidades do mundo natural na adoção de comportamentos que respondam aos grandes desafios globais do ambiente;
- Manifestar consciência e responsabilidade ambiental e social, trabalhando colaborativamente para o bem comum, com vista à construção de um futuro sustentável.

**H. As competências associadas a *Sensibilidade estética e artística* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Reconhecer as especificidades e as intencionalidades das diferentes manifestações culturais;
- Experimentar processos próprios das diferentes formas de arte;
- Apreciar criticamente as realidades artísticas, em diferentes suportes tecnológicos, pelo contacto com os diversos universos culturais;
- Valorizar o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades.

**I. As competências associadas a *Saber científico, técnico e tecnológico* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Compreender processos e fenómenos científicos que permitam a tomada de decisão e a participação em fóruns de cidadania;
- Manipular e manusear materiais e instrumentos diversificados para controlar, utilizar, transformar, imaginar e criar produtos e sistemas;
- Executar operações técnicas, segundo uma metodologia de trabalho adequada, para atingir um objetivo ou chegar a uma decisão ou conclusão fundamentada, adequando os meios materiais e técnicos à ideia ou intenção expressa;
- Adequar a ação de transformação e criação de produtos aos diferentes contextos naturais, tecnológicos e socioculturais, em atividades experimentais, projetos e aplicações práticas desenvolvidos em ambientes físicos e digitais.

**J. As competências associadas a *Consciência e domínio do corpo* implicam que os alunos sejam capazes de modo satisfatório:**

- Realizar atividades motoras, locomotoras, não-locomotoras e manipulativas, integradas nas diferentes circunstâncias vivenciadas na relação do seu próprio corpo com o espaço;
- Dominar a capacidade perceptivo-motora (imagem corporal, direcionalidade, afinamento perceptivo e estruturação espacial e temporal);
- Ter consciência de si próprio a nível emocional, cognitivo, psicossocial, estético e moral por forma a estabelecer consigo próprio e com os outros uma relação harmoniosa e salutar.

# Português

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos de diferentes tipologias.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

### 90%

- Testes
- Fichas de trabalho com/sem consulta
- Fichas de leitura / de verificação da leitura  
**50%**
- Apresentações orais/intervenções orais
- Debates  
**20%**
- Trabalhos de pesquisa
- Trabalhos escritos (individuais, de pares, em grupo)
- Projeto de leitura  
**10%**
- Observação direta  
**10%**

### 10%

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)  
**Obs.:** Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.

**Total: 100%**

# Inglês

## Descritores de Desempenho

### Competência Intercultural:

- Reconhecer realidades interculturais distintas.
- Desenvolver a consciência do seu universo sociocultural e como este se relaciona com os universos culturais dos outros.
- Demonstrar capacidades de comunicação intercultural e abertura e interesse por novas experiências, ideias e culturas.
- Relacionar a sua cultura de origem com outras culturas, relativizando o seu ponto de vista e sistema de valores culturais.
- Demonstrar capacidade de questionar atitudes estereotipadas perante outros povos, sociedades e culturas.
- Desenvolver atitudes e valores cívicos e éticos favoráveis à compreensão e convivência multicultural.
- Alargar conhecimentos acerca dos universos socioculturais dos países de expressão inglesa (11ºano)

### Competência Estratégica:

- Comunicar eficazmente em contexto.
- Participar em atividades de par e grupo.
- Utilizar a literacia tecnológica para comunicar e aceder ao saber em contexto.
- Pensar criticamente.
- Relacionar conhecimentos de forma a desenvolver criatividade em contexto.
- Desenvolver o aprender a aprender em contexto e aprender a regular o processo de aprendizagem.

### Competência Comunicativa:

Desenvolve competências ao nível da compreensão oral, interação/produção oral, compreensão escrita e interação/produção escrita.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Fichas de trabalho
  - Participação
  - Observação direta
  - Trabalho pares/grupo
  - Dramatizações
  - Exercícios de compreensão oral
- 5%**

- Apresentação oral formal
- 25%**

- Testes de funcionamento da língua, compreensão e produção escritas
- 60%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Filosofia

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa -se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos de diferentes tipologias.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

### 90%

- Testes Escritos
- Fichas
- Trabalho de Investigação e/ou Ensaio Filosófico

### 60%

- Fichas de trabalho com/sem consulta
- Questões de aula
- Fichas de leitura / de verificação da leitura
- Trabalhos de pesquisa
- Trabalhos escritos (individuais, de pares, em grupo)
- Portfólio
- Intervenções e Exposições/ Apresentações orais, individuais e em grande grupo, espontâneas, solicitadas e/ou calendarizadas

### 30%

### 10%

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Matemática A / MACS

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Formula e resolve problemas, concebendo e aplicando estratégias de resolução e avaliando a plausibilidade dos resultados.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa -se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos, gráficos, tabelas, imagens, modelos, simulações.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita a dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes
  - Questões de aula
- 80%**
- Registos de observação de trabalhos de sala de aula;
  - Relatórios;
  - Apresentação de Trabalhos;
  - Grelha de registos;
  - Trabalhos de pesquisa/Apresentações orais (individuais /grupo)
- 10%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Física e Química A

## Descritores de Desempenho

- Adquire e compreende os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos, gráficos, tabelas, imagens, modelos, simulações.
- Manipula, com correção e respeito por normas de segurança, material e equipamento de laboratório.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes
  - Minifichas
  - Questões de aula
- 60%**
- Relatório de atividade prática/laboratorial
  - Avaliação laboratorial
  - Pequenas apresentações orais
  - Trabalhos de pesquisa com comunicação à turma
  - Trabalhos de projeto
  - Construção de modelos
  - Jogos didáticos
- Portefólio/caderno interativo
- 30%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Economia A

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos de diferentes tipologias.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes  
**60%**
- Fichas de trabalho com/sem consulta
- Questões de aula
- Apresentações orais
- Fichas de leitura / de verificação da leitura
- Trabalhos de pesquisa
- Trabalhos escritos (individuais, de pares, em grupo)
- Portfólio
- Outros  
**30%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Geometria Descritiva A

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

*Nota: As Aprendizagens Essenciais de GD estão estruturadas por Domínios, designadamente: Desenvolvimento da Inteligência Espacial; Processos de Análise; Formulação de Hipóteses e Tomada de Decisões.*

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Mini-fichas de avaliação
- Provas de avaliação sumativa

**80%**

- Trabalho em casa
- Provas de avaliação formativa
- Grelha de observação de aula

**5%**

- Descrição oral do raciocínio seguido para resolução de problemas
- Trabalho em aula
- Registos de autoavaliação

**5%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Geografia A

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos de diferentes tipologias.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes  
**60%**
- Fichas de trabalho com/sem consulta
- Questões de aula
- Apresentações orais
- Fichas de leitura / de verificação da leitura
- Trabalhos de pesquisa
- Trabalhos escritos (individuais, de pares, em grupo)
- Portfólio
- Outros  
**30%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)  
*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Biologia e Geologia

## Descritores de Desempenho

- Adquire e compreende os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa-se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos, gráficos, tabelas, imagens, modelos, simulações.
- Manipula, com correção e respeito por normas de segurança, material e equipamento de laboratório.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes
  - Minifichas
  - Questões de aula
- 60%**
- Relatório de atividade prática/laboratorial
  - Avaliação laboratorial
  - Pequenas apresentações orais
  - Trabalhos de pesquisa com comunicação à turma
  - Trabalhos de projeto
  - Construção de modelos
  - Jogos didáticos
- Portefólio/caderno interativo
- 30%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# História A

## Descritores de Desempenho

- Adquire, compreende e aplica os conhecimentos específicos.
- Compreende o discurso oral e escrito.
- Expressa -se corretamente, respeitando as regras de funcionamento da língua, tanto oralmente como por escrito e com rigor científico.
- Desenvolve hábitos e capacidades inerentes ao trabalho científico de forma continuada, consciente e rigorosa.
- Pesquisa, seleciona e organiza informação.
- Analisa, interpreta e produz informação em textos de diferentes tipologias.
- Promove uma cultura de bem-estar no espaço escolar.
- Colabora com os colegas em tarefas e projetos comuns.
- Exprime ideias e respeita as dos outros.
- Apresenta sentido de responsabilidade, confiança e é persistente no seu processo de ensino e aprendizagem.
- Revela iniciativa, criatividade e espírito crítico.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

- Testes  
**60%**
- Fichas de trabalho com/sem consulta
- Questões de aula
- Apresentações orais
- Fichas de leitura / de verificação da leitura
- Trabalhos de pesquisa
- Trabalhos escritos (individuais, de pares, em grupo)
- Portfólio
- Outros  
**30%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

*Obs.: Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.*

**Total: 100%**

# Educação Física

## Domínios/Áreas e Descritores de Desempenho

### ATIVIDADES FÍSICAS:

**10ºano:** Evidenciar competências de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias, PARTE DE INTRODUÇÃO em 1 matéria e nível ELEMENTAR em 1 matéria ou nível INTRODUÇÃO em 6 matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade: Subárea Jogos Desportos Coletivos (duas matérias); Subárea Ginástica (uma matéria); Subárea Atividades Rítmicas Desportivas (uma matéria); Outras Subáreas (duas matérias)

**11ºano:** Evidenciar competências de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e nível ELEMENTAR em 1 matéria, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade: Subdomínios Obrigatórios (4 matérias): Subárea Jogos Desportos Coletivos (duas matérias); Subárea Ginástica e Atletismo (uma matéria); Subárea Atividades Rítmicas Desportivas (uma matéria); Subdomínios Opção (duas matérias): Outras Subáreas (duas matérias)

### APTIDÃO FÍSICA:

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.

### CONHECIMENTOS:

**10ºano:** Relacionar a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos; Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória.

**11ºano:** Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras; Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança.

### ATITUDES:

- 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 entreatajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);

- Cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma;

- 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;

- Assumir compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;

- Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.

## Instrumentos de Avaliação/Ponderação

**90%**

Observação e registo de exercícios critério de avaliação motora adequados a cada uma das matérias de ensino:

- Exercício individual
- Exercício em grupo
- Sequência de habilidade
- Composições
- Coreografia
- Situação de jogo
- Jogo simplificado
- Exploração de movimentos
- Resolução de problemas

Normas definidas na Bateria de Teste *FITescola*, estruturada por idade e sexo. (Total Atividades Físicas e Aptidão Física)

**70%**

- Fichas de registo
- Questionamento oral
- Observação direta
- Trabalhos de pesquisa
- Testes
- Relatórios

**15%**

- Observação direta
- Registo de dados

**5%**

**10%**

Outros instrumentos no âmbito do Domínio da Autonomia Curricular (DAC)

**Obs.:** Caso não se realize o DAC os 10% serão distribuídos pelos domínios curriculares/instrumentos de avaliação.

**Total: 100%**

# Educação Física

## ALUNOS COM DISPENSA MÉDICA TEMPORÁRIA / PERMANENTE

### Domínios/Áreas e Descritores de Desempenho

#### **ATIVIDADES FÍSICAS:**

##### **5º/6º ANOS**

*NOTA:* será elaborado um plano específico em função da incapacidade medicamente atestada.

#### **APTIDÃO FÍSICA:**

*NOTA:* será elaborado um plano específico em função da incapacidade medicamente atestada.

#### **CONHECIMENTOS:**

##### **5º/6º ANOS**

*NOTA:* Descritores de desempenho comuns a todos os alunos da disciplina.

#### **ATITUDES:**

*NOTA:* Descritores de desempenho comuns a todos os alunos da disciplina.

#### **INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO/PONDERAÇÃO:**

*NOTA:* Instrumentos de avaliação/ponderação comuns a todos os alunos da disciplina.