

**PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS 3º CICLO**

**DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

DOMÍNIOS / PONDERAÇÕES	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	DESCRITORES DE DESEMPENHO				PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
		Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente	
<p><b>Áreas de Atividade Física (65%)</b></p> <p>Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol); Ginástica; Atletismo; Patinagem; Desportos de raquetas; Atividades rítmicas expressivas; Desportos de Combate e Percursos de Orientação (7.º ao 9.º ANOS); Tradicionais Populares (9.º ANOS)</p>	<p><b>Prática motora</b></p>	<p>O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo, pelo menos, as seguintes aprendizagens motoras essenciais:</p> <p>1. 7.º ano - 4 matérias de nível INTRODUÇÃO e 2 de nível ELEMENTAR; 2. 8.º ano - 2 matérias de nível INTRODUÇÃO e 4 de nível ELEMENTAR; 3. 9.º ano - 2 matérias de nível INTRODUÇÃO e 4 de nível ELEMENTAR; 4. Nos três anos de escolaridade, o conjunto de possibilidades (2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e mais 3 (7º e 8º anos) do outro conjunto de possibilidades. No (9ºano) 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e 1 de atividades rítmicas expressivas e 2 do outro conjunto de possibilidades).</p>	<p>O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo as aprendizagens motoras essenciais de acordo com as seguintes regras:</p> <p>1. 7.º ano - 6 matérias de nível INTRODUÇÃO; 2. 8.º ano - 4 matérias de nível INTRODUÇÃO e 2 de nível ELEMENTAR; 3. 9.º ano - 3 matérias de nível INTRODUÇÃO e 3 de nível ELEMENTAR; 4. Nos três anos de escolaridade, o conjunto de possibilidades (2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e mais 3 (7º e 8º anos) do outro conjunto de possibilidades. No (9ºano) 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e outra de atividades rítmicas expressivas e 2 do outro conjunto de possibilidades).</p>	<p>O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo as aprendizagens motoras essenciais de acordo com as seguintes regras:</p> <p>1. 7.º ano - 5 matérias de nível INTRODUÇÃO; 2. 8.º ano - 6 matérias de nível INTRODUÇÃO; 3. 9.º ano - 5 matérias de nível INTRODUÇÃO e 1 de nível ELEMENTAR; 4. Nos três anos de escolaridade, o conjunto de possibilidades (1 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e mais 3 (7ºano) e 4 (8ºano) do outro conjunto de possibilidades. No (9ºano) 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e 1 de atividades rítmicas expressivas e 2 do outro conjunto de possibilidades).</p>	<p>O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), não desenvolvendo, pelo menos, as seguintes aprendizagens motoras essenciais:</p> <p>1. 7.º ano - 3 matérias de nível INTRODUÇÃO; 2. 8.º ano - 4 matérias de nível INTRODUÇÃO; 3. 9.º ano - 5 matérias de nível INTRODUÇÃO; 4. Nos três anos de escolaridade, o conjunto de possibilidades (1 das subáreas de jogos desportivos coletivos, 1 de Ginástica e mais 1 (7ºano), 2 (8ºano) e 3 (9ºano) do outro conjunto de possibilidades).</p>	<p>Observação direta</p> <p>Grelha de observação direta</p> <p>Grelha de Autoavaliação</p> <p>Testes Práticos</p> <p>Trabalho individual/par/ grupo</p> <p>Relatório</p> <p>Debate</p> <p>Bateria de testes do FITescola</p> <p>Avaliação oral, escrita e observação direta (testes escritos/trabalhos escritos/fichas de trabalho/ questão aula)</p>

	<b>Superação de dificuldades.</b>	O aluno supera toda(s) a(s) tarefa(s) proposta(s) sem dificuldade ou erros técnicos (componentes críticas).	O aluno supera a(s) tarefa(s) proposta(s) sem dificuldade e com poucos erros técnicos (componentes críticas).	O aluno supera parcialmente a(s) tarefa(s) proposta(s) com algum grau de dificuldade ou alguns erros técnicos (componentes críticas).	O aluno raramente supera a(s) tarefa(s) proposta(s) apresentando muita dificuldade ou muitos erros técnicos (componentes críticas). O aluno não tenta superar as suas dificuldades
	<b>Comunicação</b>	Expressa-se de forma fluente; utiliza um vocabulário diversificado e adequado ao tema; apresenta uma comunicação não verbal adequada à tarefa; respeita e faz respeitar o uso da palavra do outro; utiliza comunicação específica adequada à tarefa.	Expressa-se de forma fluente; Utiliza, quase sempre, um vocabulário diversificado e adequado ao tema; apresenta uma comunicação não verbal adequada à tarefa; respeita o uso da palavra do outro; utiliza quase sempre comunicação específica adequada à tarefa.	Nem sempre se expressa de forma fluente; utiliza um vocabulário pouco diversificado, mas adequado ao tema; Adota uma comunicação não verbal nem sempre adequada à tarefa; respeita o uso da palavra do outro; utiliza por vezes a comunicação específica adequada à tarefa.	Expressa-se de forma incompreensível; apresenta um vocabulário pouco diversificado e/ou inadequado ao tema; apresenta uma comunicação não verbal inadequada à tarefa; desrespeita o uso da palavra do outro; não utiliza sempre comunicação específica adequada à tarefa.
	<b>Interação</b>	Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e o do grupo; Estabelece, de forma contínua, relações interpessoais socialmente adequadas, com respeito pelas opiniões dos outros; Revela valores de entreaajuda, responsabilidade ou outros valores sociais e sensibilidades.	Participa ativamente em todas as situações, mas nem sempre procura o êxito pessoal e o do grupo; Estabelece relações interpessoais socialmente adequadas, com respeito pelas opiniões dos outros. Revela valores de entreaajuda, responsabilidade ou outros valores sociais e sensibilidades.	Nem sempre participa ativamente em todas as situações ou procura o êxito pessoal e o do grupo; Estabelece, algumas vezes, relações interpessoais socialmente adequadas, com algum respeito pelas opiniões dos outros. Revela, algumas vezes, valores de entreaajuda, responsabilidade ou outros valores sociais e sensibilidades.	Não participa nem procura o êxito pessoal e/ou do grupo; Raramente estabelece relações interpessoais socialmente adequadas, não respeitando ou respeitando pouco a opinião dos outros. Raramente ou poucas vezes revela valores de entreaajuda, responsabilidade ou outros valores sociais e sensibilidades.

<p><b>Área da Aptidão Física (20%) - evidenciar aptidão aeróbia e muscular</b></p> <p>O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF - FITescola) num dos testes de aptidão aeróbia (Vaivém; Corrida da Milha), no teste de <b>aptidão muscular</b> (Resistência abdominal) e mais três dos restantes testes (Força dos membros inferiores, Flexibilidade de ombros e dos membros inferiores, Força dos membros superiores, Velocidade/sprint 20/40m, destreza/agilidade ou composição corporal).</p>	<p><b>Capacidades motoras</b></p>	<p>O aluno encontra-se na ZSAF em 5 dos indicadores, cumprindo obrigatoriamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a aptidão aeróbia</li> <li>• força de resistência da região abdominal</li> <li>• e mais 3 dos restantes testes.</li> </ul>	<p>O aluno encontra-se na ZSAF em 4 dos indicadores, cumprindo obrigatoriamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a aptidão aeróbia</li> <li>• força de resistência da região abdominal</li> <li>• e mais 2 dos restantes testes.</li> </ul>	<p>O aluno encontra-se na ZSAF em 3 dos indicadores, cumprindo obrigatoriamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a aptidão aeróbia</li> <li>• força de resistência da região abdominal.</li> </ul>	<p>O aluno encontra-se na ZSAF em 2 ou menos dos indicadores, ou não cumpre obrigatoriamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a aptidão aeróbia</li> <li>• força de resistência da região abdominal.</li> </ul>	
<p><b>Área dos Conhecimentos (15%)</b></p>	<p><b>Conhecimentos e compreensão</b></p>	<p>Revela sempre facilidade na aquisição de conhecimento e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física, bem como dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p>	<p>Revela facilidade na aquisição de conhecimento e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física, bem como dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p>	<p>Revela alguma facilidade na aquisição de conhecimento e na compreensão de conceitos e procedimentos essenciais aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física e saúde, evidenciando alguma dificuldade no reconhecimento dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p>	<p>Revela dificuldade na aquisição de conhecimento e na compreensão de conceitos e procedimentos essenciais aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas, não relacionando o desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física e saúde, evidenciando também dificuldade no reconhecimento dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p>	

Em consonância com as Aprendizagens Essenciais e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

Na área das **Atividades Físicas**, a demonstração de competências manifesta-se através da consecução dos objetivos específicos definidos para cada matéria, estruturado em dois níveis de especificação e complexidade das aprendizagens: **Introdução (I)** e **Elementar (E)**. Para o cumprimento de cada um destes níveis, o aluno deve demonstrar, em simultâneo, desempenhos, conhecimentos e atitudes representativos do nível considerado, numa lógica integrada da aprendizagem e alinhada com o conceito de competência enunciado no **Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PA)**. Estes níveis de aprendizagem definem graus de aprofundamento da competência do aluno em cada matéria de ensino, de acordo com os **Programas de EF**:

- «**Introdução**», onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base («fundamentos»);
- «**Elementar**», nível onde se discriminam os conteúdos constituintes do domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente à modalidade da Cultura Física a que se referem;

**PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS DOS ALUNOS COM DISPENSA TOTAL DA PRÁTICA DA DISCIPLINA -  
“ATESTADO MÉDICO DE LONGA DURAÇÃO”**

**DEPARTAMENTO CURRICULAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

DOMÍNIOS / PONDERAÇÕES	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	DESCRITORES DE DESEMPENHO				PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
		Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente	
Área dos Conhecimentos (100%)	Interação	O aluno cumpre sempre com as regras e tarefas estabelecidas como forma de compensação das atividades que o aluno não pode fazer por indicação médica. É sempre assíduo, pontual e portador do material necessário e demonstra estar sempre disponível para colaborar e participar nas tarefas que são solicitadas e precisas (arbitragem, relatórios, ajudas, arrumação ou limpeza do material), tendo espírito de iniciativa. Estabelece relações interpessoais socialmente adequadas, respeitando a opinião dos outros, revelando sempre valores de entreajuda, responsabilidade ou outros valores sociais.	O aluno cumpre com as regras e tarefas estabelecidas como forma de compensação das atividades que o aluno não pode fazer por indicação médica. É assíduo, pontual e portador do material necessário e quase sempre participa nas tarefas que são solicitadas e precisas (arbitragem, relatórios, ajudas, arrumação ou limpeza do material), estabelecendo relações interpessoais socialmente adequadas, respeitando a opinião dos outros. Normalmente também revela valores de entreajuda, responsabilidade ou outros valores sociais.	O aluno nem sempre cumpre com as regras e tarefas estabelecidas como forma de compensação das atividades que o aluno não pode fazer por indicação médica. Nem sempre é assíduo, pontual e portador do material necessário e nem sempre participa nas tarefas solicitadas (arbitragem, relatórios, ajudas, arrumação ou limpeza do material) e estabelece relações interpessoais socialmente adequadas, respeitando a opinião dos outros. Normalmente revela valores de entreajuda, responsabilidade ou outros valores sociais.	O aluno habitualmente não cumpre com as regras e tarefas estabelecidas como forma de compensação das atividades que o aluno não pode fazer por indicação médica. Raramente é assíduo, pontual ou traz o material necessário para participar nas tarefas solicitadas (arbitragem, relatórios, ajudas, arrumação ou limpeza do material) e não estabelece relações interpessoais socialmente adequadas, respeitando pouco a opinião dos outros. Poucas vezes revela valores de entreajuda, responsabilidade ou outros valores sociais.	Observação direta Grelha de observação direta Grelha de Autoavaliação Testes Práticos Trabalho individual/par/ grupo Relatório Debate Bateria de testes do FITescola - observação direta (para os alunos que conseguem e podem fazer alguns dos testes)
	Conhecimentos e compreensão	Revela sempre facilidade na aquisição de conhecimento e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do	Revela facilidade na aquisição de conhecimento e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes	Revela alguma facilidade na aquisição de conhecimento e na compreensão de conceitos e procedimentos essenciais aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e	Revela dificuldade na aquisição de conhecimento e na compreensão de conceitos e procedimentos essenciais aos temas/domínios trabalhados e principais gestos técnico-táticos e	Avaliação oral e escrita e observação direta ( <i>testes escritos/trabalhos escritos/fichas de trabalho/oralidade</i> )

		<p>desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física, bem como dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p> <p><b>SECUNDÁRIO:</b> Demonstra conhecer e saber realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiopulmonar (manobras de suporte básico de vida).</p>	<p>matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física, bem como dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p> <p><b>SECUNDÁRIO:</b> Demonstra conhecer e realiza quase sempre a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiopulmonar (manobras de suporte básico de vida).</p>	<p>regras das diferentes matérias trabalhadas, reconhecendo a importância do desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física e saúde, evidenciando alguma dificuldade no reconhecimento dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p> <p><b>SECUNDÁRIO:</b> Conhece, mas não sabe realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiopulmonar (manobras de suporte básico de vida).</p>	<p>regras das diferentes matérias trabalhadas, não relacionando o desenvolvimento das capacidades motoras para a aptidão física e saúde, evidenciando também dificuldade no reconhecimento dos fatores associados a um estilo de vida saudável.</p> <p><b>SECUNDÁRIO:</b> Não conhece nem sabe realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiopulmonar (manobras de suporte básico de vida).</p>	
--	--	---	---	---	---	--

Em consonância com as Aprendizagens Essenciais e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

**De acordo com o estatuto do aluno e ética escolar, Lei 51/2012 de 5 de setembro onde é referido:**

- 1 - "O aluno pode ser dispensado temporariamente das atividades de educação física ou desporto escolar por razões de saúde, devidamente comprovadas por atestado médico, que deve explicitar claramente as contra-indicações da atividade física;
- 2 - Sem prejuízo do disposto no número anterior, o aluno deve estar sempre presente no espaço onde decorre a aula de educação física;
- 3 - Sempre que, por razões devidamente fundamentadas, o aluno se encontre impossibilitado de estar presente no espaço onde decorre a aula de educação física deve ser encaminhado para um espaço em que seja pedagogicamente acompanhado;
- 4 - Os alunos que tenham problemas de saúde que os limite em termos de deslocação ou de escrita (usem moletas ou que estejam de braço ao peito) devem ser avaliados pedagogicamente com a colaboração do professor de acordo com as suas limitações físicas."