

**Critérios de avaliação 11º Ano**

ÁREAS	SUBÁREAS	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	PERFIL DE DESEMPENHO POR VALORES	
ATIVIDADES FÍSICAS	JOGOS DESP. COLETIVOS	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o 11.º ano de escolaridade nível <b>INTRODUÇÃO</b> em 4 matérias e de nível <b>ELEMENTAR</b> em 2 matérias.</p> <p>Devem observar-se as seguintes condições:</p> <p>1 - O ATLETISMO constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria.</p> <p>2 - Nas subáreas JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, PATINAGEM e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p> <p>3 - Nas OUTRAS, será considerada uma matéria da subárea raquetes e/ou uma matéria da subárea de atividades de exploração da natureza (opção de escola)</p>	A, B, C, D, E, F, G, I, H e J	18-20	<b>1 A + 5 E</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) <b>6 E</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT)
	GINÁSTICA (SOLO, APARELHOS, RÍTMICA)			14-17	<b>1 PE + 5 E</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) <b>1 I + 5 E</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT)
	ATLETISMO			10-13	<b>1 PI + 2 PE + 3 E a)</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT) <b>4 I + 2 E a)</b> 5 SUBÁREAS (2 JDC + GIN +1 DAN +2 OUT)
	PATINAGEM			5-9	3 I + 3 PE 3 PI + 1 I
	ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (DANÇAS SOCIAIS, AERÓBICA/STEP)			1-4	$\leq 2$ PI + 1 I
	OUTRAS: RAQUETES				
	ORIENTAÇÃO				
APTIDÃO FÍSICA	APTIDÃO AERÓBIA APTIDÃO MUSCULAR	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. Objetivando o desenvolvimento das capacidades motoras, tem como referência para a sua avaliação a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) considerada na bateria de testes do FITESCOLA, tendo por valência referenciais de saúde e não o de elevado rendimento.	A, B, C, D, F, H, I, J	10-20 Atinge a ZSAF em 1 Teste de Aptidão Aeróbia 1 Teste de Força 1 Teste de Flexibilidade  1-9 Não Atinge a ZSAF em 2 testes de duas das três capacidades motoras avaliadas	
CONHECIMENTOS	PROCESSOS DE DESENVOLVIMENTO E MANUTENÇÃO DA CONDIÇÃO FÍSICA	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, nomeadamente: □ Dopagem e riscos de vida e/ou saúde; □ Doenças e lesões; □ Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.	A, B, C, D, F, H, I, J	10-20 O aluno revela conhecimentos nos temas definidos  1-9 O aluno não revela conhecimentos nos temas definidos.	
O currículo, a avaliação e a classificação dos alunos na disciplina de Educação Física considera como referência fundamental para o sucesso na disciplina três grandes domínios de avaliação específicos que representam as grandes áreas de extensão da Educação Física (Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos). Garantindo o ecletismo, para a obtenção de sucesso em Educação Física o aluno deverá cumprir cumulativamente os requisitos mínimos de sucesso definidos para cada uma das três áreas. No domínio Atividades Físicas um aluno cumpre um nível (I, E ou A) no domínio Atividades Físicas quando o seu desempenho, conhecimentos e atitudes representam a totalidade do nível considerado; Considera-se ainda que o aluno se possa situar num nível intermédio em cada matéria - parte do nível (PI, PE e PA); Admite-se uma combinação de I/E/A diferente mas equivalente ou intermédia da enunciada. a) Admite-se que o aluno não atinja o nível introdução em todas as matérias em que é avaliado.					
Instrumentos de avaliação: Observação direta, testes, questionamento, portfolio.					