

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA NAZARÉ
Ano Letivo 2024/2025

Planificação e Critérios de Avaliação e Classificação – 12.º Ano

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS		
DOMÍNIOS	Área das Atividades Físicas 100%	Demonstrar competência através da consecução dos objetivos definidos para cada matéria, estruturados em três níveis de especificação e complexidade de aprendizagens: Introdução (I) e Elementar (E).
	Área da Aptidão Física (Apto/Não Apto)	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.
	Área dos Conhecimentos (Apto/Não Apto)	Dominar conceitos e procedimentos, de acordo com as Aprendizagens Essenciais no âmbito dos temas da Educação Física.

Domínios	Descritores de Desempenho				
	18 a 20 (Valores)	14 a 17 (Valores)	10 a 13 (Valores)	8 a 9 (Valores)	0 a 7 (Valores)
Área das Atividades Físicas	<p>O aluno aplica as Aprendizagens Essenciais e outras adquiridas a situações práticas, de acordo com os objetivos específicos definidos para cada matéria atingindo 1 níveis introdução + 2 parte nível elementar + 3 níveis elementar.</p> <p>Demonstra total autonomia e empenho e espírito de iniciativa, adequando sempre os seus comportamentos.</p>	Nível Intermédio	<p>O aluno aplica as Aprendizagens Essenciais e outras adquiridas a situações práticas, de acordo com os objetivos específicos definidos para cada matéria atingindo 4 níveis de Introdução + 2 parte elementar (para 10 valores) e 3 níveis de Introdução + 3 parte elementar (de 11 a 13 valores).</p> <p>Demonstra alguma autonomia, empenho e espírito de iniciativa, adequando quase sempre os seus comportamentos.</p>	Nível Intermédio	<p>O aluno não consegue ainda aplicar Aprendizagens Essenciais e outras adquiridas a situações práticas. Não demonstra autonomia, empenho e espírito de iniciativa, adequando poucas vezes os seus comportamentos.</p>
Área da Aptidão Física	<p>O aluno desenvolve as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITEscola, para a sua idade e sexo, em todos os testes.</p>		<p>O aluno desenvolve as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITEscola, para a sua idade e sexo, em todos os testes.</p>		<p>O aluno não desenvolve as capacidades motoras, não evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITEscola.</p>
Área dos Conhecimentos	<p>O aluno conhece e utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida.</p> <p>Analisa criticamente aspetos</p>		<p>O aluno conhece /utiliza parcialmente os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida.</p> <p>Analisa parcialmente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando</p>		<p>O aluno não conhece /utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida.</p> <p>Não analisa corretamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, nem relaciona os</p>

	gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões” (Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; Corrupção vs. verdade desportiva).		parcialmente os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões” (Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; Corrupção vs. verdade desportiva).		interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões” (Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; Corrupção vs. verdade desportiva).
--	--	--	--	--	--

TEMA/UNIDADE	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS E OUTRAS	DESCRITORES DE ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	SUGESTÕES DE AÇÕES ESTRATÉGICAS DE ENSINO ORIENTADAS PARA O PERFIL DOS ALUNOS	SUGESTÕES DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS
Área das Atividades Físicas	<p>O aluno deve ser capaz de: 12.º ANO</p> <p>O aluno desenvolve as competências essenciais obtendo nível INTRODUÇÃO a 4 matérias e 2 níveis PARTE ELEMENTAR em duas matérias, de diferentes subáreas. (JDC- 2 matérias; GIN/ATL - 1 matéria; ARE- 1 matéria; OPÇÃO: PAT/RAQ/E OUTRAS - 2 matérias)</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS: Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as</p>		<p>Proporcionar atividades formativas, em grupos homogéneos e heterogéneos, que possibilitem aos alunos:</p> <p>Aceitar opções, falhas e erros dos companheiros; aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de</p>	<p><u>OBSERVAÇÃO</u></p> <p>- Grelha de observação e registo do domínio do saber/ saber fazer para cada tema lecionado: Técnico-tático; Evolução do nível de desempenho; Apresentação oral.</p>

<p>+/- 36 Aulas</p>	<p>funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. Programa E.F. VOLEIBOL - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR BASQUETEBOL- NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR ANDEBOL- NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR FUTEBOL - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p> <p><u>SUBÁREA GINÁSTICA:</u> Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da GINÁSTICA (Acrobática e Solo), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. Programa E.F.</p>	<p>(C, D, E,F, I,J)</p>	<p>aperfeiçoamento próprio; aceitar ou argumentar pontos de vista diferentes; promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: Saber questionar uma situação; ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.</p>	<p>- Grelha de observação e registo do domínio do saber ser/estar. - Grelha de auto e coavaliação.</p> <p>TESTAGEM* - Testes práticos; - Testes Orais; Testes Digitais; Questões de aula.</p>
<p>+/- 16 Aulas</p>	<p>SOLO - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR APARELHOS (plinto. minitrampolim e trave) - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR ACROBÁTICA- NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p> <p><u>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS:</u> Apreciar, compor e realizar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	<p>(C, D, E,F,G, H, I,J)</p>	<p>Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: Apreciar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria; identificar aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho; identificar pontos fracos e fortes das</p>	<p>*Na impossibilidade de, por qualquer motivo, os alunos serem avaliados por testagem, poderão sê-lo através da:</p> <p>ANÁLISE DE CONTEÚDOS - Portefólios; - Relatórios de atividades; - Trabalhos de pesquisa; - Outros... dando cumprimento ao DL 54/2018.</p>
<p>+/- 7 Aulas</p>	<p>DANÇAS TRADICIONAIS PORTUGUESA - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR DANÇAS SOCIAIS - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p> <p><u>SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETAS e OUTRAS 2:</u> Realizar e analisar, no ATLETISMO, saltos, lançamentos e corridas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETAS</p>			<p>AUTOAVALIAÇÃO</p>

<p>+/- 13 Aulas</p> <p>+/- 9 Aulas</p> <p>+/- 8 Aulas</p> <p>+/- 3 Aulas</p>	<p>garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Programas EF ATLETISMO (velocidade, estafetas, corrida de barreiras, salto em altura, Triplo Salto, Salto em comprimento, lançamento do peso, lançamento do Vortex/Dardo).</p> <p>BADMINTON/PICKLEBALL – NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p> <p>NATAÇÃO - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p> <p>ULTIMATE FRISBEE - NÍVEL INTRODUÇÃO/NÍVEL ELEMENTAR</p>	<p>(C, D, E,F,G, H, I,J)</p> <p>(C, D, E,F,G, H, I,J)</p>	<p>suas aprendizagens; utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem; interpretar e explicar as suas opções; descrever processos de pensamento e ação, usados durante a realização de uma tarefa ou abordagem de um problema.</p> <p>Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de:</p>	
<p>Área da Aptidão Física 8 Aulas + Ao longo do ano</p>	<p>O aluno deve ficar capaz de: 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.</p> <p>A avaliação do aluno é validada se tiver a menção de apto que corresponde a 100% do ZSAF: Aptidão Aeróbia (1 teste) Aptidão Neuromuscular: - Força (1 teste) - Flexibilidade (1 teste)</p>		<p>Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; cooperar promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e prazer proporcionado pelas atividades; aplicar as regras de participação, combinadas na turma; agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e o</p>	
<p>Área dos Conhecimentos -Ao longo do ano</p>	<p>A avaliação do aluno é validada se tiver a menção de apto, que corresponde a 100 pontos de trabalho de grupo sobre um dos seguintes temas: 12º ano</p> <p>O aluno conhece e utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida.</p>			

Áreas de competência do perfil dos alunos: A-Linguagens e textos; B-Informação e comunicação; C-Raciocínio e resolução de problemas; D-Pensamento crítico e pensamento 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.

Princípio da diversificação, princípio da positividade e princípio da integração curricular: os professores devem utilizar, no mínimo, **duas** técnicas de diferentes tipologias para classificar, devendo estas ter a mesma valorização; as técnicas e os instrumentos utilizados para a recolha de dados são da responsabilidade de cada professor e devem ser utilizados/selecionados de acordo com as características de cada turma e cada aluno (Decreto-Lei nº 54/2018); os professores devem fornecer feedback de qualidade, formal ou informal, dando novas oportunidades de aprendizagem aos alunos antes do processo de classificação; os professores devem propor tarefas que permitam, simultaneamente, aprender, ensinar e avaliar.

O número de aulas é flexível, consoante o calendário escolar e o perfil da turma.

Alunos com atestado médico prolongado

Devido à impossibilidade de realização das tarefas motoras, o aluno (abrangido por um atestado médico superior a 15 dias) será avaliado na Área da Atividade Física e na Área da Aptidão Física com recurso a outros instrumentos.

DOMÍNIO/TEMA (ponderação)	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS E OUTRAS	DESCRITORES E ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	SUGESTÕES DE AÇÕES ESTRATÉGICAS DE ENSINO ORIENTADAS PARA O PERFIL DOS ALUNOS	SUGESTÕES DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLHA DE DADOS
Área das Atividades Físicas - Ao longo do ano	O aluno deve ser capaz de: 12.º ANO - Conhecimentos e competências específicas das matérias.	(A,B,C,D,E,F,G,H,I)	Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos: Saber questionar uma situação; ações de comunicação verbal e não verbal pluridirecional.	<u>OBSERVAÇÃO</u> - Grelha de observação e registo do domínio do saber/ saber fazer para cada tema lecionado:

Área da Aptidão Física -Ao longo do ano	A avaliação do aluno é validada se tiver a menção de apto, que corresponde a 100 pontos na realização de uma ficha de trabalho sobre um tema do FITEscola (Folhas de facto).			Apresentação oral. - Grelha de observação e registo do domínio do saber ser/estar. - Grelha de auto e coavaliação. TESTAGEM* Testes Orais; Testes Digitais; Questões de aula. *Na impossibilidade de, por qualquer motivo, os alunos serem avaliados por testagem, poderão sê-lo através da:
Área dos conhecimentos -Ao longo do ano	A avaliação do aluno é validada se tiver a menção de apto, que corresponde a 100 pontos num trabalho sobre um dos seguintes temas: 12º ano O aluno conhece e utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida. Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões” (Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces; Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo; Corrupção vs. verdade desportiva).		Proporcionar atividades formativas que possibilitem aos alunos, em todas as situações: Utilizar os dados da sua autoavaliação para se envolver na aprendizagem. Proporcionar atividades formativas que, em todas as situações, criem oportunidades de: Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e o professor; realização das tarefas; cooperar na preparação e organização dos materiais. Proporcionar atividades formativas que impliquem, por parte do aluno: conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; conhecer e aplicar regras de preservação	ANÁLISE DE CONTEÚDOS - Portefólios; - Relatórios de atividades; - Trabalhos de pesquisa; - Outros... dando cumprimento ao DL 54/2018. AUTOAVALIAÇÃO

			dos recursos materiais e do ambiente.	
--	--	--	---------------------------------------	--