REFERENCIAL DE AVALIAÇÃO E CLASSIFICAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA– 10.º ANO(S)

(Dec. Lei 55/2018, de 6 de julho; Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto; Portaria n.º 278/2023, de 8 de setembro)

DOMÍNIOS	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO RAC - AEA	DESCRITORES DE DESEMPENHO	PONDERAÇÃO	DESCRITORES DO PERFIL DO ALUNO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
Área das Atividades Físicas	**Pertinência** **Rigor** **Conhecimento** **Comunicação**	- Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros. - Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). - Coopera nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. - Conhece e aplica cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. - Participa nas subáreas JOGOS e JOGOS DESPORTIVOS, ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. -Na SUBÁREA GINÁSTICA **c**ompõe e realiza, da GINÁSTICA as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, aplicando os critérios de correção técnica. - Na SUBÁREA ATLETISMO realiza, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo corretamente as exigências elementares	**70%**	Relacionamento Interpessoal (E) Desenvolvimento Pessoal e Autonomia (F) Bem Estar, Saúde e Ambiente (G) Raciocínio e Resolução de problemas (C) Pensamento crítico e pensamento criativo (D) Informação e Comunicação (B) Saber científico, técnico e tecnológico (I) Consciência e domínio do Corpo (J) Sensibilidade Estética e Artística (H)	Questão-aula; Fichas; Apresentações orais; Grelhas de observação; Recursos digitais;

		técnicas e regulamentares. - Realiza com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETES (Badminton), garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Na SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS Interpreta sequências de habilidades específicas elementares em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. - Na subárea OUTRAS desloca-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.			Produção escrita; Produção prática.
Área dos conhecimentos	**Conhecimento** **Comunicação**	Interpreta 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.	**10%**	Linguagens e Textos (A) Informação e Comunicação (B) Raciocínio e Resolução de Problemas (C) Pensamento crítico e pensamento criativo (D) Bem Estar, Saúde e Ambiente (G)	
Área da Aptidão Física	**Rigor**	- Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.	**20%**	Desenvolvimento Pessoal e Autonomia (F) Bem Estar e Saúde (G) Consciência e domínio do Corpo (J)	
COMPETÊNCIAS (CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES)					

NÍVEIS DE DESEMPENHO POR DOMÍNIO				
DOMÍNIO: ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICA				
De 17 a 20 valores	**De 14 a 16 valores**	**De 10 a 13 valores**	**De 7 a 9 valores**	**De 0 a 6 valores**
Relaciona-se, sempre, com cordialidade e respeito pelos seus companheiros. Aceita, sempre, o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). Coopera, sempre, nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. Conhece e aplica, sempre, cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. Participa nas subáreas lecionadas ajustando, sempre, a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação das atividades propostas e ao seu objetivo, realizando, sempre, habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos, expressividade e criatividade.	**Nível Intermédio** (integra descritores do nível anterior e do nível seguinte).	Nem sempre se relaciona com cordialidade e respeito pelos seus companheiros. Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). Coopera nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. Conhece e aplica cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. Participa nas subáreas lecionadas, nem sempre ajustando, a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação das atividades propostas e ao seu objetivo. Nem sempre realiza, habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos, expressividade e criatividade.	**Nível Intermédio** (integra descritores do nível anterior e do nível seguinte).	Nunca se relaciona com cordialidade e respeito pelos seus companheiros. Nunca aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s). Não coopera nas situações de aprendizagem e de organização, com segurança e bom ambiente relacional. Não conhece e não aplica cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. Não participa nas subáreas lecionadas.
DOMÍNIO: ÁREA DOS CONHECIMENTOS				
Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos.	**Nível Intermédio** (integra descritores do	Nem sempre interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos.	**Nível Intermédio** (integra descritores do	Não interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos.

Realiza a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória.	nível anterior e do nível seguinte).	Nem sempre realiza toda a cadeia a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória.	nível anterior e do nível seguinte).	Não realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória.
DOMÍNIO: ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA				
Desenvolve 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 realizados	**Nível Intermédio** (integra descritores do nível anterior e do nível seguinte).	Desenvolve 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 metade dos testes realizados	**Nível Intermédio** (integra descritores do nível anterior e do nível seguinte)	Não Desenvolve 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 nenhum dos testes realizados

ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (ACPA)

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

ALUNOS COM DISPENSA PROLONGADA DA ATIVIDADE PRÁTICA

Ao aluno nesta situação, não é avaliada a componente prática, sendo convertida em conhecimento das matérias lecionadas, concretizada na realização de trabalhos, e/ou questionamentos orais, e/ou testes escritos e/ou na aplicação das regras/regulamentos das várias matérias/modalidades.