



DOMÍNIO	Gestão Anual do Progr CONTEÚDOS	Aurélia de Sousa									
		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1º PERÍODO	Recuperação AE	*Avaliação da Aptidão Física e Desenvolvimento das capacidades motoras/Identificar as capacidades físicas/ Jogos pré-desportivos									
	Conhecimentos	*Métodos e meios de treino para desenvolvimento das capacidades motoras									
	Aptidão Física	38	34	34	35	40	39	38	36	39	37
	Atividades Físicas Desportivas	*Avaliação da Aptidão Física *Desenvolvimento das capacidades motoras *Corrida de orientação/ JDC *Raquetes: Badminton/ténis de mesa									
2º PERÍODO	Conhecimentos	*Ética no desporto. As perversões do desporto									
	Aptidão Física	33	33	33	33	33	33	33	33	33	33
	Atividades Físicas Desportivas	*JDC e Ginástica de aparelhos / Atletismo									
3º PERÍODO	Aptidão Física	28	26	28	28	29	31	30	25	30	26
	Atividades Físicas Desportivas	Corrida de orientação /JDC e Dança									

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO

ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS, APTIDÃO FÍSICA E CONHECIMENTOS 80%	ATITUDES E VALORES
<p>Neste domínio são contemplados os seguintes parâmetros:</p> <p>1. CONSCIÊNCIA E DOMÍNIO DO CORPO E INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO A avaliação resulta da MÉDIA das classificações obtidas:</p> <p>1.1 Na observação individual e em pequeno grupo (em contexto de aula) das exigências de carácter técnico e táticas e de segurança, do regulamento e da terminologia específica das Atividades Físicas e Desportivas.</p> <p>1.2 Na avaliação da aptidão aeróbia e neuromuscular, de acordo com o perfil de desempenho e enquadramento na Zona Saudável da Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p>1.3 Nos relatórios, ficha de avaliação, apresentação de trabalhos de pesquisa individual (ou em grupo).</p> <p>ALUNOS IMPOSSIBILITADOS DA PRÁTICA A avaliação resulta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 20% da aplicação em contexto de aula de noções de carácter técnico e táticas e de segurança, do regulamento e da terminologia específica das AFD, da Aptidão Física e do Desporto; • 60% do portefólio/ficha de avaliação/trabalhos de pesquisa individual sobre as AFD/Desporto e Aptidão Física. 	<p>Neste domínio são contemplados os parâmetros do PA:</p> <p>1. DESENVOLVIMENTO PESSOAL E AUTONOMIA 1.1. Participação. 1.2. Cumprimento de tarefas.</p> <p>2. RELACIONAMENTO INTERPESSOAL 2.1. Interação com os colegas 2.2. Interação com os professores.</p> <p>3. BEM-ESTAR, SAÚDE e AMBIENTE 3.1. Consciencialização Ambiental/ Responsabilização Social</p>