

Curso Profissional de Nível Secundário
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO/PLANO CURRICULAR- EDUCAÇÃO FÍSICA PRIMEIRO ANO (10º ANO)

Domínios	Aprendizagens Essenciais					Descritores do perfil dos alunos	
	Conhecimentos, Capacidades e Atitudes			Horas	aulas		Ações de ensino orientadas para o perfil dos alunos
	Matérias						
MÓDULOS DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Módulo 1	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS I	Voleibol Futebol Andebol Basquetebol	14	19	- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 4	GINÁSTICA I	- Solo - Aparelhos - Rítmica - Acrobática	9	12	- Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A, B, C, D, E, F, G, H, J
	Módulo 7	OUTRAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS I	Raquetas Atletismo Patinagem	9	12	- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas (jogador/árbitro). - Realizar e analisar provas do Atletismo, cumprindo as exigências técnicas e o regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Utilizar adequadamente os patins, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais e a pares.	A, B, C, D, E, F, G, J
	Módulo 10	DANÇA I	- Danças sociais - Danças sociais	5	7	- Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas, seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	A, B, D, E, F, H, J
MÓDULO DA APTIDÃO FÍSICA	Módulo 16	APTIDÃO FÍSICA	Enquadra-se na Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF) do programa FITescola®, para a sua idade e sexo	7,5	10	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão neuromuscular e aptidão aeróbia. Bateria de Testes <i>Fitescola</i> ®.	B, E, F, G, J
MÓDULO DOS CONHECIMENTOS	Módulo 13	ATIVIDADE FÍSICA/ CONTEXTOS E SAÚDE I	- Estilo de Vida saudável - Fatores de risco; - Fenómenos limitativos	8	11	Reflexão em grupo e concretização dos conceitos em situações práticas e de mobilização dos colegas na realização de atividades físicas diversas.	A, B, F, I
Total				52,5	72		

A Aptidão Física é abordada ao longo dos 3 anos, contudo a classificação apenas é atribuída no término do 3º ano (12º ano). Os critérios de avaliação têm por base as Aprendizagens Essenciais (AE) e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Na sua elaboração foram ainda tidos em consideração os documentos curriculares em vigor nomeadamente os Programas e a plataforma FITescola®.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

	10º Ano		
	A Atividades Físicas	B Aptidão Física	C Conhecimentos
< 10 (Valores)	I objetivo por Matéria/Módulo	Fora da ZSAF	Não cumpre o definido como sucesso
10 - 12 (Valores)	5 objetivos I numa Matéria por Módulo	Desenvolvimento das capacidades motoras Condicionais e Coordenativas - Resistência, força, velocidade, flexibilidade e destreza geral (referência à ZSAF)	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 10º ano nos critérios de avaliação de EF (trabalhos de projeto ou trabalhos de grupo)
13 - 15 (Valores)	4 objetivos I + 1 objetivo E numa Matéria por Módulo		
15 - 17 (Valores)	3 objetivos I + 2 objetivos E numa Matéria por Módulo		
18 - 20 (Valores)	2 objetivos I + 4 objetivos E numa Matéria por Módulo		

I - Introdutório; E - Elementar; ZSAF - Zona Saudável Aptidão Física

A versão completa do programa e das Aprendizagens Essenciais podem ser consultadas nas seguintes páginas:
<http://www.dgdc.min-edu.pt/ensinosecundario/index.php?s=directorio&pid=2&letra=E>
http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/10_educacao_fisica.pdf

Perfil Profissional do Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos:

À saída do curso, o aluno deverá ter adquirido as competências específicas de um técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos que englobam:

- utilizar linguagens procedimentais e orientadas a objetos para desenvolver aplicações Web e Desktop;
- analisar, modelar e implementar Bases de Dados;
- instalar, configurar e efetuar a manutenção de computadores, periféricos, sistemas operativos e aplicações informáticas.