Domínios (com ponderação)	Níveis de desempenho				Processos de recolha de informação
	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente	
Domínio das Atividades Físicas (50%) Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol, Basquetebol e Andebol); Ginástica; Atletismo; Desportos de raquetas; Atividades rítmicas expressivas; Desportos de Combate, Percursos de Orientação e Jogos Tradicionais Populares	**Prática Motora** O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo, pelo menos, as seguintes aprendizagens motoras essenciais: 9.º ano – 3 matérias de nível INTRODUÇÃO e 3 de nível ELEMENTAR; - 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, - 1 de Ginástica - 1 de atividades rítmicas expressivas - 2 do outro conjunto de possibilidades.	**Prática Motora** O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo as aprendizagens motoras essenciais de acordo com as seguintes regras: 9.º ano – 4 matérias de nível INTRODUÇÃO e 2 de nível ELEMENTAR; - 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, - 1 de Ginástica - 1 de atividades rítmicas expressivas - 2 do outro conjunto de possibilidades	**Prática Motora** O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), desenvolvendo as aprendizagens motoras essenciais de acordo com as seguintes regras: 9.º ano – 5 matérias de nível INTRODUÇÃO e 1 de nível ELEMENTAR; - 2 das subáreas de jogos desportivos coletivos, - 1 de Ginástica - 1 de atividades rítmicas expressivas - 2 do outro conjunto de possibilidades	**Prática Motora** O aluno analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva (entre outras), não desenvolvendo, pelo menos, as seguintes aprendizagens motoras essenciais: 9.º ano – 5 matérias de nível INTRODUÇÃO; - 1 das subáreas de jogos desportivos coletivos, - 1 de Ginástica - 1 de atividades rítmicas expressivas - 2 do outro conjunto de possibilidades	Observação direta Grelha de observação direta Grelha de Autoavaliação Testes Práticos Trabalho individual/ par/ grupo Relatório Debate
Domínio das Atitudes (10%)	Empenho Cumprimento de Regras Autonomia Iniciativa Resiliência	Empenho Cumprimento de Regras Autonomia Iniciativa Resiliência	Empenho Cumprimento de Regras Autonomia Iniciativa Resiliência	Empenho Cumprimento de Regras Autonomia Iniciativa Resiliência	Observação direta Grelha de observação direta

					Grelha de Autoavaliação
Domínio da Aptidão Física (20%) O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – FITescola)	**Capacidades Motoras** O aluno encontra-se na ZSAF em 6 dos testes realizados.	**Capacidades Motoras** O aluno encontra-se na ZSAF em 5 dos testes realizados.	**Capacidades Motoras** O aluno encontra-se na ZSAF em 4 dos testes realizados.	**Capacidades Motoras** O aluno encontra-se na ZSAF em 3 ou menos dos testes realizados.	Bateria de testes do FITescola
Domínio dos Conhecimentos (20%)	**Conhecimentos e Compreensão** Revela muita facilidade na aquisição de conhecimentos e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas; Relaciona aptidão física e saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável; Interpreta com facilidade a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática	**Conhecimentos e Compreensão** Revela facilidade na aquisição de conhecimentos e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas; Não tem dificuldade em relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável; Interpreta sem dificuldade a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, não tendo dificuldade em identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos	**Conhecimentos e Compreensão** Revela alguma facilidade na aquisição de conhecimentos e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas; Relaciona com alguma dificuldade aptidão física e saúde e a identificação dos fatores associados a um estilo de vida saudável; Interpreta com alguma dificuldade a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, tendo também dificuldade em identificar os fenómenos associados a	**Conhecimentos e Compreensão** Revela dificuldade na aquisição de conhecimentos e compreensão de conceitos e procedimentos relativos aos temas/domínios e principais gestos técnico-táticos e regras das diferentes matérias trabalhadas; Não relaciona aptidão física e saúde e não identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável; Não interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos e não identifica os fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas.	Avaliação oral, escrita e observação direta *(testes escritos/ trabalhos de investigação/ fichas de trabalho/ questão aula)*

	dos desportos e das atividades físicas.	desportos e das atividades físicas.	limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas.		

Em consonância com as Aprendizagens Essenciais e as áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

No Domínio das **Atividades Físicas**, a demonstração de competências manifesta-se através da consecução dos objetivos específicos definidos para cada matéria, estruturado em dois níveis de especificação e complexidade das aprendizagens: ***Introdução*** (**I**) e ***Elementar*** (**E**). Para o cumprimento de cada um destes níveis, o aluno deve demonstrar, em simultâneo, desempenhos, conhecimentos e atitudes representativos do nível considerado, numa lógica integrada da aprendizagem e alinhada com o conceito de competência enunciado no ***Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória*** (**PA**). Estes níveis de aprendizagem definem graus de aprofundamento da competência do aluno em cada matéria de ensino, de acordo com os **Programas de EF**:

- «***Introdução***», onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base («fundamentos»);
- «***Elementar***», nível onde se discriminam os conteúdos constituintes do domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente à modalidade da Cultura Física a que se referem.