

Critérios Específicos de Avaliação

1º Ciclo 3º Ano

Disciplina: Educação
Física

Conhecimentos e Capacidades – 70%							
Áreas de competência-Perfil do aluno (ACPA)-	Domínios de aprendizagem Aprendizagens Essenciais	PONDERAÇÃO	Perfil de aprendizagem				Instrumentos de avaliação
			Descritores de desempenho/ Níveis de desempenho				
			Nível 1/2	Nível 3	Nível 4	Nível 5	
			Nunca ou Raramente:	Algumas vezes:	Quase sempre:	Sempre:	
A. Linguagem e textos	Manipulações e Perícias	15 %	concretiza as Aprendizagens Essenciais no domínio da Educação Física.	não concretiza as Aprendizagens Essenciais no domínio da Educação Física.	é capaz de concretizar as Aprendizagens Essenciais no domínio da Educação Física	capaz de concretizar as Aprendizagens Essenciais no domínio da Educação Física	Registos de observação; Registos dos trabalhos individuais/ a pares/de grupo; Projetos; Intervenções orais e escritas
B. Informação e Comunicação	Deslocamentos e Equilíbrios	15 %					
C. Raciocínio e resolução de problemas	Jogos	15 %					
D. Pensamento crítico e pensamento criativo	Ginástica	15 %					
E. Relacionamento interpessoal	Exploração da natureza, patinagem, natação, percursos...	10 %					
F. Desenvolvimento pessoal e autonomia							
G. Bem-estar, saúde e ambiente							
H. Sensibilidade estética e artística							
I. Saber científico e tecnológico							

Critérios Específicos de Avaliação

J. Consciência e domínio do corpo						
-----------------------------------	--	--	--	--	--	--

DOMÍNIOS DE APRENDIZAGEM - Aprendizagens essenciais 3º ano	Manipulações e Perícias	Realizar ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.	15%
	Deslocamentos e Equilíbrios	Realizar ações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos, coordenando a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.	15%
	Jogos	Participar em jogos 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.	15%
	Ginástica	Realizar habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	15%

Critérios Específicos de Avaliação

	Atividades de Exploração da Natureza, Patinagem, Percursos na Natureza, ou Natação.	<p>Escolher e realizar habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação, colaborando com os colegas e respeitando as regras de segurança e preservação do ambiente.</p> <p>Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de percursos variados.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios, fazendo a inspiração curta e a expiração completa ativa e prolongada só pela boca, só pelo nariz e simultaneamente pelas duas vias.2. Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal). Combinar as posições de flutuação em sequências (coordenando essas mudanças com os movimentos da cabeça e respiração): vertical-horizontal, horizontal facial dorsal.3. Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objetos, seguir colegas, etc.), a vários níveis de profundidade.4. Deslocar-se em flutuação, coordenando as ações propulsivas das pernas e braços com a respiração em diferentes planos de água e eixos corporais, explorando a resistência da água e orientando-se com intencionalidade para transportar, receber e passar objetos, seguir colegas, etc.5. Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados (pés, pés e mãos, joelhos, frontal e lateral), mergulhando para apanhar um objeto no fundo e voltar para uma posição de flutuação.	10%
--	---	---	------------

Critérios Específicos de Avaliação

1º Ciclo 3º Ano

Disciplina: Educação
Física

ENSINO BÁSICO - 1º CICLO

FRACO	SUFICIENTE	BOM	MUITO BOM
NÍVEL 1/2 (0 - 49,4 %)	NÍVEL 3 (49,5 - 69,4 %)	NÍVEL 4 (69,5 - 89,4 %)	NÍVEL 5 (89,5 - 100 %)
Nunca ou raramente atinge os conhecimentos/competências previstas	Algumas vezes atinge os conhecimentos/competências previstas	Quase sempre atinge os conhecimentos/competências previstas	Atinge sempre os conhecimentos/competências previstas