

| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2024/2025 |
|--|--------------------------------|-------------------------------|
| Disciplina: <u>EDUCAÇÃO FÍSICA</u> | Ano de escolaridade: <u>6º</u> | Grupo Disciplinar: <u>260</u> |

CONHECIMENTOS E CAPACIDADES

| Domínio(D) /Tema/ Módulo* | Ponderação | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
|-----------------------------|------------|---|---|---|
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS | 40% | <p><u>Desenvolver as competências essenciais para o 6º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias, de diferentes subáreas:</u></p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS -Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Futsal), 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.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA -Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Solo), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS -Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Danças), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETES e OUTRAS -Realizar e analisar do Atletismo (Saltos), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. -Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. -Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Natação*), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. - Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Canoagem**), coordenando a posição com a propulsão/deslocamento do caiaque.</p> | <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/ Analítico (A, B, C, D, G)</p> | <p>Observação direta</p> <p>Grelhas de registo</p> <p>Rubricas de avaliação</p> |
| ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | 10% | <p>-Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo. -O aluno, de acordo com os respetivos valores de referência encontra-se na zona: Precisa Melhorar; Zona Saudável; Perfil Atlético.</p> | <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> | <p>Testes Fitescola</p> |
| ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 20% | <p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. -Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</p> | <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador /organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p> | <p>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral</p> <p>Autoavaliação</p> |

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|--------------------------------|-------------|--|------------------------------|------------------------------------|
| CrITÉRIOS | Ponderação* | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Cidadania | 30% | <ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta |
| Participação | | <ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | Grelhas de observação |
| Responsabilidade | | <ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | Rubrica de avaliação |
| Autorregulação e autoavaliação | | <ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

Os alunos com atestado médico (condições especiais), estarão dispensados da componente física/prática (matérias) de acordo com o relatório médico, sendo avaliados pelos Domínios (Atitudes e Valores e Conhecimentos dos três Domínios).

| Critérios de avaliação e classificação | | Ano letivo 2024/2025 |
|--|--------------------------------|-------------------------------|
| Disciplina: <u>EDUCAÇÃO FÍSICA</u> | Ano de escolaridade: <u>6º</u> | Grupo Disciplinar: <u>260</u> |

| CONHECIMENTOS | | | | | | |
|-----------------------------|------------|--|---|--|---|---|
| Domínio(D) /Tema/ Módulo* | Ponderação | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação | | |
| ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS | 40% | <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Futsal)</p> <p>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, aplicando as regras enquanto árbitro.</p> <p>-Conhecer o objetivo do jogo, identificar e discriminar as principais ações que o caracterizam, bem como, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (Solo)</p> <p>-Cooperar com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>-Compreende e aprecia as destrezas gímnicas no solo de acordo com as exigências técnicas indicadas.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (Danças)</p> <p>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.</p> <p>-Conhecer a origem cultural e histórica das Danças selecionadas e identificar as suas características bem como as suas zonas geográficas.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETES e OUTRAS (Natação*/Canoagem**, Ténis de Mesa e Atletismo)</p> <p>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.</p> <p>-Conhecer o objetivo do jogo/modalidade, as regras, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando esse conhecimento às funções de juiz/árbitro.</p> | <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> | <p>Observação direta</p> <p>Grelhas de registo</p> <p>Rubricas de avaliação</p> | | |
| | | ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA | 10% | <p>-Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®.</p> | <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> | |
| | | ÁREA DOS CONHECIMENTOS | 20% | <p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>-Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</p> | <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p> | <p>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral</p> <p>Autoavaliação</p> |

* Modalidade abordada em Alijó

** Modalidade abordada no Pinhão

| ATITUDES E VALORES | | | | |
|--------------------------------|-------------------------|--|------------------------------|------------------------------------|
| Critérios | Ponderação ⁺ | AE/Descritores de desempenho | Perfil do aluno | Processos de recolha de informação |
| Cidadania | 35% | <ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Observação direta |
| Participação | 20% | <ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. | | Grelhas de observação |
| Responsabilidade | 30% | <ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. | | Rubrica de avaliação |
| Autorregulação e autoavaliação | 35% | <ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. | | |
| | 10% | | | |