

1º CICLO

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – EDUCAÇÃO FÍSICA- 3º Ano de escolaridade

Temas/ Domínios	Aprendizagens Essenciais: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Áreas de Competência - Perfil do Aluno	Ponderações por Domínio (%)
Perícias e Manipulações	<p>➤ Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas: Resistência geral; Velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas, e de deslocamento; Flexibilidade; Controlo de postura; Equilíbrio dinâmico em situações de «voo», de aceleração e de apoio instável e ou limitado; Controlo da orientação espacial; Ritmo; Agilidade.</p>	<p>✓ Conhecedor, sabedor, culto, informado. (A, B, G, I, J) ✓ Criativo, Expressivo (A, C, D, J) Autoavaliado, heteroavaliador (Transversal a todas as áreas).</p>	25
Deslocamentos e equilíbrios	<p>➤ Realizar ações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos, coordenando a sua ação, no sentido de aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação</p>	<p>✓ Conhecedor, sabedor, culto, informado. (A, B, G, I, J) ✓ Criativo, Expressivo (A, C, D, J) Autoavaliado, heteroavaliador (Transversal a todas as áreas).</p>	25
Jogos	<p>➤ Participar com empenho no aperfeiçoamento da sua habilidade nos diferentes tipos de atividades, procurando realizar as ações adequadas com correção e oportunidade.</p> <p>➤ Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.</p>	<p>✓ Conhecedor, sabedor, culto, informado. (A, B, G, I, J) ✓ Criativo, Expressivo (A, C, D, J) Autoavaliado, heteroavaliador (Transversal a todas as áreas).</p>	25

1º CICLO

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – EDUCAÇÃO FÍSICA- 3º Ano de escolaridade

Natação	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 pela boca, só pelo nariz e simultaneamente pelas duas vias. (*) ➤ Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações propulsivas complexas de pernas e de braços (percursos aquáticos, situações de equilíbrio com mudanças de direção e posição e outras situações)..(*) ➤ Coordenar a expiração com a imersão, em exercícios de orientação, equilíbrio, propulsão, respiração e saltos realizados nos planos de água superficial, médio e profundo..(*) ➤ Saltar a partir de pé (para zona baixa e profunda) entrando na água o mais longe possível, executando diferentes rotações em trajetória aérea, sobre os eixos longitudinal e transversal..(*) ➤ Cooperar com os companheiros nos jogos e exercícios, compreendendo e aplicando as regras combinadas na turma, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor..(*) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conhecedor, sabedor, culto, informado. (A, B, G, I, J) ✓ Criativo, Expressivo (A, C, D, J) Autoavaliado, heteroavaliador (Transversal a todas as áreas). 	25
----------------	--	---	----

Nota: Em situação de domínios não abordados, a ponderação é distribuída pelos restantes.

1º CICLO

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – EDUCAÇÃO FÍSICA- 3º Ano de escolaridade

Instrumentos de avaliação: Grelhas de registo de observação direta; fichas de trabalho; trabalhos de pesquisa; trabalhos de grupo/pares; apresentações orais; fichas de auto e heteroavaliação e outros.

Áreas de competências do Perfil do aluno (ACPA): **A** - Linguagens e textos **B** - Informação e comunicação; **C** - Raciocínio e resolução de problemas; **D** - Pensamento crítico e pensamento criativo; **E** - Relacionamento interpessoal; **F** - Desenvolvimento pessoal e autonomia; **G** - Bem-estar, saúde e ambiente; **H** - Sensibilidade estética e artística; **I** - Saber científico, técnico e tecnológico; **J** – Consciência e domínio do corpo.

