

\*No caso de alunos com Adaptações Curriculares Significativas, os domínios poderão não ser contemplados na sua totalidade e a ponderação deverá ser priorizada em função das características de cada um.

DOMÍNIOS e PONDERAÇÃO (TEMAS ORGANIZADORES)	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS/OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES O ALUNO DEVE FICAR CAPAZ DE:	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS/ACPA	MEIOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>Ginástica (35%)</b>	<p>Realizar em percursos diversificados habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento: cambalhotas; saltos; roda; pino; rolamentos.</p> <p>Realizar em percursos diversificados habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento utilizando objetos variados: cordas; bolas; arcos; raquetes; ringues; fitas; maçãs.</p>	<p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p>	<p>Rubricas</p> <p>Grelhas de observação de desempenhos</p> <p>Listas de verificação</p>
<b>Jogos (35%)</b>	<p>Participar em jogos ajustando a iniciativa própria, e as qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo:</p> <p>Jogo do Mata; Futebol; Rolha; Voleibol; Rabia; Bola ao Poste; Bola ao Capitão; Bola ao Fundo; Bitoque/Râguebi.</p> <p>Realizar habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais com oportunidade e correção de movimentos (Jogos de Estafetas).</p> <p>Cooperar com os companheiros procurando realizar as ações favoráveis ao cumprimento das regras e do objetivo do jogo.</p> <p>Tratar os colegas de equipa e os adversários com igual cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física.</p>	<p>Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p>	<p>Grelhas de Auto e Heteroavaliação</p>
<b>Percursos na natureza (30%)</b>	<p>Escolher e realiza habilidades apropriadas em percursos na natureza, de acordo com as características do terreno e os sinais de orientação.</p> <p>Colaborar com os colegas e respeita as regras de segurança e preservação do ambiente.</p> <p>Colaborar com a sua equipa interpretando sinais informativos simples (no percurso e no mapa).</p> <p>Cumprir um percurso na mata, bosque, montanha, etc. de acordo com a orientação dada</p>		

As Coordenadoras de Ano:	A Coordenadora do Departamento do 1.º CEB:	Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de Educação Física	Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:	Página
Madalena Barca	Graça Fernandes	2023/2024	2023/11/10	1 de 3

	<p>pelo professor.</p> <p>Combinar as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a percepção da direção do ponto de partida e outros pontos de referência.</p>		
--	--	--	--

DOMÍNIOS e PONDERAÇÃO	ESCALA			
	MB	BOM	SUFICIENTE	INSUFICIENTE
	DESCRITORES DE NÍVEIS DE DESEMPENHO DAS APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS			
<b>Ginástica (35%)</b>	Realiza <b>com bastante facilidade</b> habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	Realiza <b>com facilidade</b> habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	Realiza <b>algumas</b> habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.	<b>Revela dificuldades</b> na realização de habilidades gímnicas básicas em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.
<b>Jogos (35%)</b>	Participa <b>com bastante facilidade</b> em jogos, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas com oportunidade e <b>elevada</b> correção de movimentos, cumprindo as regras estabelecidas e respeitando a integridade física dos colegas.	Participa <b>com facilidade</b> em jogos, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas com oportunidade e correção de movimentos, cumprindo as regras estabelecidas e respeitando a integridade física dos colegas.	Participa em jogos, realizando <b>algumas</b> habilidades básicas e ações técnico-táticas com correção satisfatória de movimentos, cumprindo algumas regras estabelecidas e respeitando a integridade física dos colegas..	<b>Revela dificuldade</b> em participar em jogos e na realização de habilidades básicas e ações técnico-táticas com pouca correção de movimentos, desconhecendo muitas das regras estabelecidas e revelando falta de respeito pela integridade física dos colegas.
<b>Percursos na natureza (30%)</b>	Escolhe e realiza, com bastante facilidade, habilidades apropriadas em	Escolhe e realiza, com facilidade, habilidades apropriadas em percursos na	Escolhe e realiza algumas habilidades apropriadas em percursos na natureza, de	Escolhe e realiza, com dificuldade, habilidades apropriadas em percursos na

As Coordenadoras de Ano:	A Coordenadora do Departamento do 1.º CEB:	Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de Educação Física	Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:	Página
Madalena Barca	Graça Fernandes	2023/2024	2023/11/10	2 de 3

	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.	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.	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.	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.
--	--	---	--	---

<b>As Coordenadoras de Ano:</b>	<b>A Coordenadora do Departamento do 1.º CEB:</b>	<b>CrITÉrios EspecÍficos e Perfis de Desempenho de EducaÇão</b>	<b>Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:</b>	<b>Página</b>
Madalena Barca	Graça Fernandes	Física 2023/2024	2023/11/10	3 de 3