

\*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>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Indagador/ Investigador e Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p>	<p>Rubricas</p> <p>Grelhas de observação de desempenhos</p> <p>Listas de verificação</p> <p>Grelhas de Auto e</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: 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>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p>	<p>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>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Crítico/Analítico /Autoavaliador/ Heteroavaliador</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	2024/2025	2024/10/09	1 de 3

	<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 pelo professor.</p> <p>Combinar as habilidades aprendidas anteriormente, mantendo a perceção da direção do ponto de partida e outros pontos de referência.</p>	(Transversal a todas as áreas)	
--	---	--------------------------------	--

DOMÍNIOS e PONDERAÇÃO	ESCALA			
	MB	BOM	SUFICIENTE	INSUFICIENTE
	DESCRITORES DE NÍVEIS DE DESEMPENHO DAS APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS			
<b>Ginástica (35%)</b>	<p>Realiza <b>com rigor</b> habilidades gímnicas básicas: cambalhotas; saltos; roda; pino; rolamentos, em esquemas ou sequências no solo, combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.</p> <p>Realiza <b>com rigor</b> habilidades gímnicas básicas combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento utilizando objetos variados: cordas; bolas; arcos; ringues; fitas; maçãs; raquetes.</p>	<p>Realiza <b>com facilidade</b> habilidades gímnicas básicas: cambalhotas; saltos; roda; pino; rolamentos, em esquemas ou sequências no solo, combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento.</p> <p>Realiza <b>com facilidade</b> habilidades gímnicas básicas combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento utilizando objetos variados: cordas; bolas; arcos; ringues; fitas; maçãs; raquetes.</p>	<p>Realiza <b>algumas</b> habilidades gímnicas básicas: cambalhotas; saltos; roda; pino; rolamentos, em esquemas ou sequências no solo, revelando <b>insegurança</b> em ações de fluidez e harmonia de movimento.</p> <p>Realiza <b>algumas</b> habilidades gímnicas básicas, revelando <b>insegurança</b> na utilização de objetos variados: cordas; bolas; arcos; ringues; fitas; maçãs; raquetes.</p>	<p>Revela <b>muita insegurança</b> na realização das habilidades gímnicas básicas: cambalhotas; saltos; roda; pino; rolamentos, em esquemas ou sequências no solo.</p> <p>Revela <b>muitas dificuldades</b> na realização de habilidades gímnicas básicas, evidenciando <b>menor</b> fluidez e <b>menor</b> harmonia de movimento na utilização de objetos variados: cordas; bolas; arcos; ringues; fitas; maçãs; raquetes.</p>
<b>Jogos (35%)</b>	Participa <b>com bastante facilidade</b> em jogos, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas com	Participa <b>com facilidade</b> em jogos, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas com oportunidade e	Participa em jogos, realizando <b>algumas</b> habilidades básicas e ações técnico-táticas com correção	<b>Revela dificuldade</b> em participar em jogos e na realização de habilidades básicas e ações técnico-táticas com

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	2024/2025	2024/10/09	2 de 3

	<p>oportunidade e <b>elevada</b> correção de movimentos.</p> <p>Coopera <b>ativamente</b> com os companheiros e procura sempre cumprir as regras e o objetivo do jogo.</p> <p>Trata os colegas <b>com elevada</b> cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física.</p>	<p>correção de movimentos.</p> <p>Coopera <b>com facilidade</b> com os companheiros e procura cumprir as regras e o objetivo do jogo.</p> <p>Trata os colegas <b>com muita</b> cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física.</p>	<p><b>satisfatória</b> de movimentos.</p> <p>Coopera com os companheiros e procura cumprir as regras e o objetivo do jogo, evidenciando <b>fragilidades pontuais</b>.</p> <p>Trata os colegas <b>com</b> cordialidade e respeito, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física.</p>	<p>pouca correção de movimentos.</p> <p>Revela <b>muitas dificuldades</b> na cooperação com os companheiros e <b>nem sempre</b> cumpre as regras e o objetivo do jogo.</p> <p>Trata os colegas <b>com pouca</b> cordialidade e respeito, colocando, <b>por vezes</b>, em risco a sua integridade física.</p>
<p><b>Percursos na Natureza (30%)</b></p>	<p>Realiza com <b>bastante facilidade</b> percursos na natureza seguindo <b>sempre</b> as orientações/pontos de referência e direções dadas.</p> <p>Colabora <b>sempre</b> com os colegas e respeita <b>sempre</b> as regras de segurança e preservação do ambiente.</p> <p>Colabora <b>sempre</b> com a sua equipa, cumprindo <b>com rigor</b> o objetivo da actividade.</p>	<p>Realiza com <b>facilidade</b> percursos na natureza seguindo as orientações/pontos de referência e direções dadas.</p> <p>Colabora <b>com facilidade</b> com os colegas e respeita as regras de segurança e preservação do ambiente.</p> <p>Colabora <b>com facilidade</b> com a sua equipa, cumprindo o objetivo da actividade.</p>	<p>Realiza percursos na natureza, revelando <b>algumas lacunas</b> nas orientações/pontos de referência e direções dadas.</p> <p>Colabora com os colegas, respeita as regras de segurança e preservação do ambiente, revelando <b>fragilidades pontuais</b>.</p> <p>Revela <b>algumas fragilidades</b> na colaboração com a sua equipa, cumprindo <b>pontualmente</b> o objetivo da actividade.</p>	<p>Revela <b>muitas dificuldades</b> na realização de percursos na natureza e <b>nem sempre</b> segue as orientações/pontos de referência e direções dadas.</p> <p><b>Raramente</b> colabora com os colegas e <b>nem sempre</b> respeita as regras de segurança e preservação do ambiente.</p> <p><b>Raramente</b> colabora com a sua equipa e <b>nem sempre</b> cumpre o objetivo da actividade.</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	2024/2025	2024/10/09	3 de 3