

DEPARTAMENTO CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA, ARTÍSTICA E TECNOLÓGICA

Disciplina: **EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ciclo: **2º CEB**

Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória	Domínios específicos de avaliação	Ponderação	Possíveis Instrumentos de avaliação
	<b>Competências chave</b> A, B, C, D, E, F, G, H, I, J.	<b>Domínio 1 – ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.</li> </ul>	<b>15%</b>	Teste Trabalho de pesquisa Observação direta Apresentação oral
	<b>Valores</b> a, b, c, d, e.	<b>Domínio 2 – ÁREA DO CONHECIMENTO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado (<b>5º e 6º ano</b>).</li> <li>Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. (<b>6º ano</b>).</li> </ul>	<b>10%</b>	Debate Relatório Questionamento Intervenções do aluno na aula Questionamento oral Arbitragem
	<b>Competência chave e valor a privilegiar na EBS de Velas:</b>  D - Pensamento crítico e criativo a - Responsabilidade e Integridade	<b>Domínio 3 - ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS</b>  <u>5º Ano</u>  De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes <u>6º Ano</u>  1 Nível de uma matéria dos subdomínios: Jogos ou JDC 1 Nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 Níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes.	<b>75%</b>	Ajudas Portfólio

Domínios (100%)	Aprendizagens Essenciais					
		Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
<b>Aptidão Física</b> (15%)	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.	O aluno recusa-se a realizar os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular, adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.	O aluno não demonstra capacidades nos testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.  O aluno não se encontra na Zona Saudável de Aptidão Física em 50% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.  O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 49% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.  O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 69% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.  O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 89% dos testes.
<b>Conhecimento</b> (10%)	Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado <b>(5º e 6º ano)</b> .  Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. <b>(6º ano)</b> .	O aluno não compreende nem identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.  O aluno não compreende nem interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	O aluno não identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.	O aluno identifica razoavelmente as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.	O aluno identifica a maioria das capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.	O aluno identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado.



<b>Atividades Físicas (75%)</b>	<b>5º Ano</b> De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes	O aluno não conhece nem aplica os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece mas não consegue aplicar os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica razoavelmente os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica a maioria dos conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).
	<b>6º Ano</b> 1 Nível de uma matéria dos subdomínios: Jogos ou JDC 1 Nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 Níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes.					
<b>Aluno com atestado médico: o aluno será avaliado nos 3 domínios com a mesma percentagem que os restantes alunos, havendo diferenciação apenas nos instrumentos de avaliação.</b>						