



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA						
DISCIPLINA – 6.º ANO DE ESCOLARIDADE						
	Domínios	Sub Domínios	Descritores de Desempenho	Perfil do Aluno	Fatores de Ponderação	Procedimentos e/ou técnicas de recolha de informação
Conhecimentos, Capacidades e Valores	ATIVIDADES FÍSICAS	JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS	Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.	A, B, G, I, J	80%	Grelha de avaliação.  Grelha de Indicadores de observação.  Observação Direta e registo da observação.  Questionamento
		GINÁSTICA	Compor e realizar, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de solo, aparelhos e trampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A, C, D, J		
		ATLETISMO	Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.	A, B, C, D, G		

		<b>ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</b>	Interpretar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	A, B, C, D, G		
		<b>PATINAGEM</b>	Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.	A, B, C, D, G		
		<b>OUTRAS (RAQUETAS)</b>	Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETAS ( <i>Badminton</i> , Ténis e 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.	A, B, C, D, F, H, I, J		
	<b>APTIDÃO FÍSICA</b>		Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>Fitescola</i> , para a sua idade e sexo.	B, E, F, G	10%	
	<b>CONHECIMENTOS</b>		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	B, E, F, G	10%	
	<b>Áreas de Competência do Perfil do Aluno</b>					

	<b>A</b> – Linguagens e Textos <b>B</b> – Informação e Comunicação <b>C</b> – Raciocínio e Resolução de Problemas <b>D</b> – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo <b>E</b> – Relacionamento Interpessoal	<b>F</b> – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia <b>G</b> – Bem-Estar, Saúde e ambiente <b>H</b> – Sensibilidade Estética e artística <b>I</b> – Saber Científico, Técnico e Tecnológico <b>J</b> – Consciência e Domínio do Corpo
<b>1.º Período/ 2.º Período/ 3.º Período</b> <b>Continuidade e acumulação de Competências</b>		
De salientar que os critérios de avaliação por ano de escolaridade implicam uma lógica de progressividade ao longo de cada ciclo de ensino. Consulte o <a href="#">Anexo</a> para conhecer os domínios das capacidades motoras a atividades físicas a desenvolver no Ensino Secundário Consulte o site da Plataforma <i>FITescola</i> ® ( <a href="http://fitescola.dge.mec.pt">http://fitescola.dge.mec.pt</a> ) para conhecer os valores referentes à Zona Saudável da Aptidão Física.		

<b>CORRESPONDÊNCIA ENTRE A AVALIAÇÃO QUANTITATIVA,  AVALIAÇÃO QUALITATIVA E NÍVEL GLOBAL  ENSINO BÁSICO</b>		
<b>AVALIAÇÃO QUANTITATIVA  (%)</b>	<b>AVALIAÇÃO QUALITATIVA</b>	<b>NÍVEL GLOBAL</b>
0-19	Muito Insuficiente	<b>1</b>
20-49	Insuficiente	<b>2</b>
50-69	Suficiente	<b>3</b>
70-89	Bom	<b>4</b>
90-100	Muito Bom	<b>5</b>