

Ano letivo 2022/2023

Critérios Específicos de Avaliação 6.º Ano | Educação Física

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
<p><b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</b></p>	<p>O aluno desenvolve as competências essenciais para o <b>6.º ano</b> de escolaridade de <b>nível INTRODUÇÃO em quatro matérias</b> de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades.</p> <p><b>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria)</b> Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (<b>Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol</b>), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria)</b> Compor e realizar, da GINÁSTICA (<b>Solo, Aparelhos, Rítmica</b>), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p><b>SUBÁREAS ATLETISMO, RAQUETAS E OUTRAS (duas matérias):</b></p> <p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b> Realizar, do ATLETISMO, <b>saltos, corridas e lançamentos</b>, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p><b>SUBÁREA RAQUETAS</b> Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos <b>JOGOS DE RAQUETES (Badminton)</b>, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p>	<p>Conhecedor/sabedor/culto/informado (A,B,G,I,J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</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>

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
	<p>SUBÁREA <b>ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</b> Interpretar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (<b>Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais</b>), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>A SUBÁREA <b>PATINAGEM</b> não será abordada por falta de condições para a sua prática na escola.</p> <p><b>OUTRAS</b> Realizar <b>PERCURSOS (Orientação)</b> elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>SUBÁREA <b>DESPORTOS DE COMBATE</b> Realizar ações de oposição direta solicitadas de <b>COMBATE (Luta)</b>, utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>A SUBÁREA <b>NATAÇÃO</b> não será abordada por falta de condições para a sua prática na escola.</p> <p>-----</p> <p>Nota - Para o nível <b>INTRODUÇÃO</b>, em quatro matérias de diferentes subáreas, devem observar-se as seguintes condições: 1 - O <b>ATLETISMO</b> constitui-se, simultaneamente, como uma subárea e como uma matéria. 2 - Nas subáreas <b>JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, GINÁSTICA, RAQUETAS e ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS</b>, cada uma das opções apresentadas entre parênteses é considerada como uma matéria.</p>	<p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p>

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
	<p>3 - Nas OUTRAS, poderão ser considerados os PERCURSOS ou uma matéria da subárea DESPORTOS DE COMBATE.</p> <p>Nível 1 (0-19%) – 2 Níveis Introdução (I) + 1 Nível Parte do Introdução (PI).                      Nível 2 (20%-49%) – 3 Níveis Introdução (I).                      Nível 3 (50%-69%) – 4 Níveis Introdução (I).                      Nível 4 (70%-89%) – 4 Níveis Introdução (I) + 1 Nível Parte do Introdução (PI).                      Nível 5 (90%-100%) – 5 Níveis Introdução (I) + 1 Nível Parte do Introdução (PI).</p>	
<p><b>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</b></p>	<p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do Programa FitEscola, para a sua idade e género.</p> <p>Nível 1 (0-19%) - Apto em 1 ZSAF;                      Nível 2 (20%-49%) - Apto em 2 ZSAF;                      Nível 3 (50%-69%) - Apto em 3 ZSAF;                      Nível 4 (70%-89%) - Apto em 4 ZSAF;                      Nível 5 (90%-100%) - Apto em 5 ZSAF.</p>	

Domínios	Aprendizagens Específicas / Descritores de desempenho	Descritores do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (Aprendizagens Essenciais)
<p><b>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</b></p>	<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.</li> <li>- Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.</li> </ul> <p>Nível 1 (0-19%) - Revela fracos conhecimentos;</p> <p>Nível 2 (20%-49%) - Revela insuficientes conhecimentos;</p> <p>Nível 3 (50%-69%) - Revela suficientes conhecimentos;</p> <p>Nível 4 (70%-89%) - Revela bons conhecimentos;</p> <p>Nível 5 (90%-100%) - Revela muito bons conhecimentos.</p>	

### Valorização dos diferentes domínios e instrumentos de avaliação

Ano de escolaridade	Valorização dos domínios (em percentagem)	Instrumentos de Avaliação	Ponderação dos instrumentos (em percentagem)
6.º Ano	<b>ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS</b> 80 %	- Testes Práticos; - Testes Teóricos /Trabalhos/Questionamento; - Fichas de Avaliação Inicial; - Grelhas de Registo de Observação; - Grelhas de Registo Atitudes.	80 %
	<b>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</b> 10 %	- Testes de Condição Física do Programa FitEscola; - Tabelas FitEscola, por género e idade; - Relatório Descritivo da Turma e/ou Relatório Individual de Aptidão Física; - Grelhas de Registo Atitudes.	10 %
	<b>ÁREA DOS CONHECIMENTOS</b> 10 %	- Questionamento /Trabalhos Individuais/Grupo Ou Teste Escrito ou Ficha de Trabalho; - Grelhas de Registo Atitudes.	10 %
<p>Para os alunos com atestado médico prolongado (superior a 30 dias): As ponderações dos vários domínios mantém-se iguais aos restantes alunos e os instrumentos de avaliação são: Testes Escritos/Fichas de Trabalho/Relatórios/Trabalho de Pesquisa e Fichas de Observação e Grelhas de Registo Atitudes e Tarefas.</p>			