

DOMÍNIOS		AE: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES (O aluno deve ser capaz de...)	Descritores do PASEO	INSTRUMENTOS/PROCEDIMENTOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
Transversais	Específicos (ponderação)			
-Capacidades de condicionamento e coordenação -Habilidades Motoras -Atitudes	Natação Nível introdutório 100%	<ul style="list-style-type: none"> -Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios, fazendo a inspiração curta e a expiração completa ativa e prolongada só pela boca, só pelo nariz e simultaneamente pelas duas vias. - Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal). - Combinar as posições de flutuação em sequências (coordenando essas mudanças com os movimentos da cabeça e respiração): vertical-horizontal, horizontal facial-dorsal. - Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos Durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objetos, seguir colegas, etc.), a vários níveis de profundidade. - Deslocar-se em flutuação, coordenando as ações propulsivas das pernas e braços com a respiração em diferentes planos de água e eixos corporais, explorando a resistência da água e orientando-se com intencionalidade para transportar, receber e passar objetos, seguir colegas. - Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados (pés, pés e mãos, joelhos, frontal e lateral), mergulhando para apanhar um objeto no fundo e voltar para uma posição de flutuação. 	Conhecedor/Sabedor / Culto/Informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversais aos domínios)	Cadernos Comentários críticos Composições Diários de bordo/Portefólios Exposições orais Ferramentas digitais Observação da realização de atividades (práticas/laboratoriais/experimentais/performativas...) Observação direta Questões aula Registos audiovisuais Relatórios Rubricas de avaliação Testes escritos/orais/Fichas de avaliação Testes práticos/Performance Trabalhos de pesquisa/investigação/projeto Outros (dando cumprimento ao DL nº54/2018)

Na avaliação final será aplicada a ponderação de 50% no 1.º Semestre e de 50% no 2.º Semestre.

Áreas de Competências do Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória: A- Linguagens e textos; B- Informação e comunicação; C- Raciocínio e resolução de problemas; D - Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F - Desenvolvimento pessoal e autonomia; G - Bem-estar, saúde e ambiente; H - Sensibilidade estética e artística; I - Saber científico técnico e tecnológico; J - Consciência e domínio do corpo.

Observações:

A componente do currículo “Cidadania e Desenvolvimento” é uma área de integração curricular transversal e a sua avaliação constará no registo de avaliação individual do aluno.

Domínios (Ponderações)	Avaliação intercalar: Descritores de Desempenho (Capacidades e habilidades)			
	Muito Bom (89 - 100)	Bom (69 - 89)	Suficiente (69 - 51)	Insuficiente (0 - 50)
Natação 100%	Alcançou todos os objetivos propostos. Demonstrou um excelente desempenho motor em todas as capacidades físicas trabalhadas.	Alcançou a maioria dos objetivos propostos. Demonstrou um bom desempenho motor nas capacidades físicas trabalhadas.	Alcançou alguns dos objetivos. Demonstrou um razoável desempenho motor nas capacidades físicas trabalhadas. Deve tentar participar mais nas tarefas e melhorar a cooperação com os seus pares.	Não alcançou os objetivos propostos. Demonstrou algumas dificuldades nas capacidades físicas trabalhadas. Precisa de se empenhar mais nas tarefas e de melhorar a cooperação com os seus pares.

Avaliação intercalar: Descritores de Desempenho (Atitudes)			
Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
Manifesta sempre/quase sempre, atitudes adequadas em todos os parâmetros do perfil atitudinal.	Manifesta frequentemente atitudes adequadas na maioria dos parâmetros do perfil atitudinal.	Manifesta atitudes adequadas, com alguma frequência, na maioria dos parâmetros do perfil atitudinal.	Manifesta atitudes desadequadas com frequência na maioria dos parâmetros do perfil atitudinal.
Perfil Atitudinal Transversal: Cumpre as orientações relativas à aprendizagem; Cumpre as tarefas propostas; Cumpre prazos; Participa nas actividades; Revela regularidade na melhoria dos resultados (progresso); Revela persistência na realização das tarefas/estudo; Revela rigor e seriedade na execução das tarefas; É portador do material necessário para a aula; Revela Autonomia, organização e iniciativa, Revela respeito pelos colegas e pelo professor; Revela respeito pelo espaço, equipamentos e regras de funcionamento e de segurança, Revela cooperação e espírito de entreajuda; Revela adequação e oportunidade nas intervenções na aula.			