

PERFIS DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO

Grupo de Educação Física (260 e 620) Ano letivo 2023 - 2024

Domínio: Conhecimentos e Capacidades

| <u>Domínio: Conhecimentos e Capacidades</u> | | | | |
|---|---|--|----------------------|--------------------------------|
| PERFIS DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO | | | AVALIAÇÃO INTERCALAR | CLASSIFICAÇÃO FINAL DE PERÍODO |
| Competência: APTIDÃO FÍSICA | Não consegue ou demonstra muitas dificuldades em: | Revelar capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo. | INSUFICIENTE | 1 ou 2 |
| | Demonstra algumas dificuldades em: | | SUFICIENTE | 3 |
| | Demonstra facilidade em: | Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. | BOM | 4 |
| | Demonstra muita facilidade em: | | MUITO BOM | 5 |
| Competência: ATIVIDADES FÍSICAS - DESPORTO COLETIVOS | Não consegue ou demonstra muitas dificuldades em: | Participar e cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS/ JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Futebol, Voleibol), ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. | INSUFICIENTE | 1 ou 2 |
| | Demonstra algumas dificuldades em: | | SUFICIENTE | 3 |
| | Demonstra facilidade em: | | BOM | 4 |
| | Demonstra muita facilidade em: | | MUITO BOM | 5 |

Domínio: Conhecimentos e Capacidades (continuação)

| PERFIS DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO | | | AVALIAÇÃO INTERCALAR | CLASSIFICAÇÃO FINAL DE PERÍODO |
|---|---|--|----------------------|--------------------------------|
| Competência: ATIVIDADES FÍSICAS - DESPORTO INDIVIDUAIS | Não consegue ou demonstra muitas dificuldades em: | Realizar do ATLETISMO, os saltos, as corridas e os lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. Realizar da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão | INSUFICIENTE | 1 ou 2 |
| | Demonstra algumas dificuldades em: | 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. | SUFICIENTE | 3 |
| | Demonstra facilidade em: | Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições. | BOM | 4 |
| | Demonstra muita facilidade em: | Deslocar-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. | MUITO BOM | 5 |

Domínio: Atitudes

| PERFIS DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO | | | AVALIAÇÃO INTERCALAR | CLASSIFICAÇÃO FINAL DE PERÍODO |
|---|---|---|----------------------|--------------------------------|
| Competências: • PARTICIPAÇÃO • RESPONSABILIDADE • AUTONOMIA • ELACIONAMENTO INTERPESSOAL | Não consegue ou demonstra muitas dificuldades em: | Cumprir as regras estabelecidas e informadas no início do ano letivo, no que diz respeito a pontualidade, material necessário, duches e caderneta. | INSUFICIENTE | 1 ou 2 |
| | Demonstra algumas dificuldades em: | Apresentar o material e equipamento necessário. Demonstra Interesse, Empenho, Participação e Cooperação nas aulas. | SUFICIENTE | 3 |
| | Demonstra facilidade em: | Relacionar-se com cordialidade e respeito para com os seus professores e companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários. Conhecer e aplicar cuidados higiénicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais. | BOM | 4 |

| | | | | |
|--|--------------------------------|--|-----------|---|
| | Demonstra muita facilidade em: | | MUITO BOM | 5 |
|--|--------------------------------|--|-----------|---|

Observações: Aprovado em conselho pedagógico de 10/07/2019

A Coordenadora de Departamento: Adélia Rocha