

PERFIS DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA 1.º CICLO

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR



ANO LETIVO 2021/2022

1º ciclo do Ensino Básico – 1º e 2º ano

Bloco	Critérios de Avaliação	Níveis de Desempenho			
		Insuficiente	Suficiente	Bom	Muito Bom
Perícias e Manipulações	Realizar ações motoras básicas com aparelhos portáteis, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.	O aluno realiza com muitas falhas ações motoras básicas, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinações de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.	O aluno realiza com algumas falhas ações motoras básicas, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinações de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.	O desempenho do aluno revela características do nível Suficiente e do nível Muito Bom.	O aluno realiza com correção ações motoras básicas, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinações de movimentos, conjugando as qualidades da ação própria ao efeito pretendido de movimentação do aparelho.
Deslocamentos e Equilíbrios	Realizar ações motoras básicas de deslocamento no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento ou combinações de	O aluno realiza com muitas falhas ações motoras básicas de deslocamento no solo e em aparelhos, segundo uma	O aluno realiza com algumas falhas ações motoras básicas de deslocamento no solo e em aparelhos, segundo uma	O desempenho do aluno revela características do nível Suficiente e do nível Muito Bom.	O aluno realiza com correção ações motoras básicas de deslocamento no solo e em aparelhos, segundo uma

	movimentos coordenando a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.	estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos coordenado a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.	estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos coordenado a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.		estrutura rítmica, encadeamento ou combinação de movimentos coordenado a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.
Jogos	Participar em jogos, ajustando a iniciativa própria e as suas qualidades motoras na prestação, às possibilidades oferecidas pela situação de jogo, e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimento.	Na sua participação em jogos o aluno não tem iniciativa própria sendo pouco aplicado e adaptado às situações de jogo e seu objetivo. não realiza habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com correção de movimentos.	Na sua participação em jogo o aluno tem alguma iniciativa própria sendo minimamente aplicado, adaptando-se às situações de jogo e seu objetivo. Realiza algumas habilidades básicas e ações técnico táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.	O desempenho do aluno revela características do nível Suficiente e Muito Bom.	Na sua participação em jogos o aluno tem muita iniciativa própria sendo aplicado, adaptando-se bem às situações de jogo e seu objetivo. Realiza com correção as habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos.

CAPACIDADES CONDICIONAIS E COORDENATIVAS

<p>OBJETIVOS GERAIS (transversal a todos os blocos)</p>	<p>Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas; resistência geral; velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamentos; flexibilidade; Controlo da postura; equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado; controlo da orientação espacial; ritmo; agilidade.</p>	<p>O aluno apresenta pouca capacidade e empenho para elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas; resistência geral; velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamento; flexibilidade; Controlo da postura; equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado; controlo da orientação espacial; ritmo; agilidade.</p>	<p>O aluno apresenta capacidade e empenho para elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas; resistência geral; velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamento; flexibilidade; Controlo da postura; equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado; controlo da orientação espacial; ritmo; agilidade.</p>	<p>O desempenho do aluno revela características do nível Suficiente e Muito Bom.</p>	<p>O aluno apresenta muita capacidade e empenho para elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas; resistência geral; velocidade de reação simples e complexa de execução de ações motoras básicas e de deslocamento; flexibilidade; Controlo da postura; equilíbrio dinâmico em situações de “voo”, de aceleração e de apoio instável e ou limitado; controlo da orientação espacial; ritmo; agilidade.</p>
--	--	---	---	--	---

CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES

CONHECIMENTOS	<p>Conhecer e aplicar cuidados de higiene; Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; Conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente; Promover o gosto e o conhecimento da prática regular de atividade física, suas regras e técnicas.</p>	<p>O aluno não conhece nem aplica regras de higiene, segurança e preservação dos materiais; O aluno demonstra poucos conhecimentos ao nível das regras, dos gestos técnicos e suas componentes críticas fundamentais.</p>	<p>O aluno conhece e aplica algumas das regras de higiene, segurança e preservação dos materiais; O aluno demonstra apenas alguns conhecimentos ao nível das regras, dos gestos técnicos e suas componentes críticas fundamentais.</p>	<p>O aluno conhece e aplica quase sempre as regras de higiene, segurança e preservação dos materiais; O aluno demonstra conhecimentos ao nível das regras, dos gestos técnicos e suas componentes críticas fundamentais</p>	<p>O aluno conhece e aplica sempre as regras de higiene, segurança e preservação dos materiais; O aluno demonstra bastantes conhecimentos ao nível das regras, dos gestos técnicos e suas componentes críticas fundamentais.</p>
PARTICIPAÇÃO COOPERAÇÃO	<p>Cumprimento das tarefas. Colaboração com os colegas e professor</p>	<p>O aluno cumpre com pouca regularidade as regras estabelecidas e revela comportamentos inadequados.</p>	<p>O aluno cumpre com regularidade as regras estabelecidas e revela comportamentos inadequados.</p>	<p>O aluno cumpre quase sempre as regras estabelecidas e revela bom comportamento.</p>	<p>O aluno cumpre sempre as regras estabelecidas e revela bom comportamento.</p>
COMPORTAMENTO REGRAS	<p>Aceitação de regras e decisões do professor Atitude na aula</p>	<p>O aluno cumpre com pouca regularidade as regras estabelecidas e</p>	<p>O aluno cumpre com regularidade as regras estabelecidas e revela</p>	<p>O aluno cumpre quase sempre as regras estabelecidas e</p>	<p>O aluno cumpre sempre as regras estabelecidas e revela bom comportamento.</p>



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
Departamento de Educação Física e Desporto Escolar
ESCOLA BÁSICA INTEGRADA ROBERTO IVENS



		revela comportamentos inadequados.	um comportamento satisfatório.	revela um bom comportamento.	
--	--	------------------------------------	--------------------------------	------------------------------	--