DEPARTAMENTO CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA, ARTÍSTICA E TECNOLÓGICA

Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA | **Ciclo: 2º CEB**

Conhecimentos, Capacidades e Atitudes

Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória	Domínios específicos de avaliação	Ponderação	Possíveis Instrumentos de avaliação
Competências chave A, B, C, D, E, F, G, H, I, J. **Valores** a, b, c, d, e. **Competência chave e valor a privilegiar na EBS de Velas:** D - Pensamento crítico e criativo a - Responsabilidade e Integridade	**Domínio 1 – ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA** ▪ Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.	**15%**	Teste Trabalho de pesquisa Observação direta Apresentação oral Debate Relatório Questionamento Intervenções do aluno na aula Questionamento oral Arbitragem Ajudas Portfólio
	Domínio 2 – ÁREA DO CONHECIMENTO ▪ Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado **(5º e 6º ano).** ▪ Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. **(6º ano).**	**10%**	
	Domínio 3 - ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS **<u>5º Ano</u>** De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes **<u>6º Ano</u>** 1 Nível de uma matéria dos subdomínios: Jogos ou JDC 1 Nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 Níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes.	**75%**	

Domínios (100%)	Aprendizagens Essenciais	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Aptidão Física (15%)	Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.	O aluno recusa-se a realizar os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular, adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade.	O aluno não demonstra capacidades nos testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade. O aluno não se encontra na Zona Saudável de Aptidão Física em 50% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade. O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 49% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade. O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 69% dos testes.	O aluno realiza os testes de aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular adequados às normas da aptidão física representativa da Saúde, para a sua idade. O aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física em mais de 89% dos testes.
Conhecimento (10%)	Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado **(5º e 6º ano).** Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. **(6º ano).**	O aluno não compreende nem identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. O aluno não compreende nem interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	O aluno não identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. O aluno não interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	O aluno identifica razoavelmente as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. O aluno interpreta razoavelmente as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	O aluno identifica a maioria das capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. O aluno interpreta razoavelmente as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.	O aluno identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado. O aluno interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.

Atividades Físicas (75%)	**<u>5º Ano</u>** De cada um dos níveis de matérias de Subdomínios diferentes **<u>6º Ano</u>** 1 Nível de uma matéria dos subdomínios: Jogos ou JDC 1 Nível de uma matéria do Subdomínio GIN 2 Níveis de 2 matérias dos restantes Subdomínios, cada um de Subdomínios diferentes.	O aluno não conhece nem aplica os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece mas não consegue aplicar os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica razoavelmente os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica a maioria dos conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).	O aluno conhece e aplica os conhecimentos práticos ensinados do Nível Introdução (3 no 5º Ano e 4 no 6º Ano).
Aluno com atestado médico: o aluno será avaliado nos 3 domínios com a mesma percentagem que os restantes alunos, havendo diferenciação apenas nos instrumentos de avaliação.						