

Conhecimentos, Capacidades e Atitudes		Áreas de Competências do Perfil dos alunos (ACPA)	Descritores do Perfil dos Alunos	Instrumentos de avaliação
Domínio	%			
Perícias e Manipulações	20	<p>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.</p> <p>DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS Realizar ações motoras básicas de deslocamento, no solo e em aparelhos, segundo uma estrutura rítmica, encadeamento, ou combinação de movimentos, coordenando a sua ação para aproveitar as qualidades motoras possibilitadas pela situação.</p> <p>Ginástica Em percursos diversificados e em combinações, realizar as habilidades gímnicas básicas da GINÁSTICA, relativas aos 3.º e 4.º anos e ao 4.º ano de escolaridade, em esquemas ou sequências no solo e em aparelhos, encadeando e/ou combinando as ações com fluidez e harmonia de movimento. Participar nos JOGOS, relativos aos 3.º e 4.º anos e ao 4.º ano de escolaridade, ajustando a iniciativa própria e as 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 movimentos em jogos coletivos com bola, jogos de perseguição, jogos de oposição e jogos de raquete.</p> <p>Dança O aluno deve ficar capaz de demonstrar as habilidades na subárea: ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS Combinar deslocamentos, movimentos não locomotores e equilíbrios das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (DANÇA), relativos aos 3.º e 4.º anos e ao 4.º ano de escolaridade, adequados à expressão de motivos ou temas combinados com os colegas e com o professor, de acordo com a estrutura rítmica e melodia de composições musicais, em situação de exploração do movimento a pares, de exercitação e de criação.</p>	<p>Conhecedor/Sabedor /Culto/Informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico e Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal a todas as áreas); Indagador/ Investigador e Sistematizador/Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p>	<p><b>Grelhas de registos de observação:</b> - Observação e apreciação direta (coordenação global e aperfeiçoamento de movimentos; destreza; motricidade...); - Observação da Interação com o professor e com os colegas;  - Registos da progressão do aluno.</p>
Deslocamentos e Equilíbrios	20			
Jogos	20			
Dança	20			
<b>ATTITUDES</b>	20%	<p><b>Interesse/ Empenhamento/ Sentido de responsabilidade:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstrar interesse e gosto pela Educação Física;</li> <li>• Participar por iniciativa própria e de forma oportuna;</li> <li>• Revelar persistência e autonomia em lidar com situações que envolvam as aprendizagens da área Educação Física;</li> <li>• Revelar capacidade de autorregulação;</li> <li>• Revelar um nível de concentração/atenção adequado à faixa etária;</li> <li>• Cumprir as normas estabelecidas;</li> <li>• Ser assíduo e pontual.</li> </ul> <p><b>Sociabilidade:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Integração;</li> <li>• Relacionamento com os outros;</li> <li>• Solidariedade.</li> </ul>	<p>Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/ Heteroavaliador Respeitador da diferença/do outro (A, B, E, F, H)</p>	<p>-Grelhas de observação para avaliação das atitudes e interação com o professor e com os colegas.</p>