



Critérios de Avaliação de Educação Física 2.º Ano - 2019 / 2021

Dimensões do P.A.	Blocos	INDICADORES (Indicadores do P.A. e Aprendizagens Essenciais da disciplina)	DESCRITORES do P.A.
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES 60%	Perícias e manipulações	<p>Coopera com os companheiros na organização de jogos e nas ações favoráveis para o êxito pessoal e da equipa, no respeito e cordialidade. Trabalho em equipa. Interação com tolerância.</p> <p>- Realiza ações motoras básicas como: lançar uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca; lançar para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e recebe-a com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível); rolar a bola, nos membros superiores e nos membros inferiores (deitado) unidos e em extensão, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais; pontapear a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio; pontapear a bola em distância, para além de uma zona/marca, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio; fazer toques de sustentação de um «balão», com os membros superiores e a cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola; lançar uma bola em precisão a um alvo móvel, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos;</p> <p>- Impulsiona uma bola de espuma para a frente e para cima, posicionando-a para a «bater» com a outra mão acima do plano da cabeça, numa direção determinada; faz toques de sustentação de uma bola de espuma com uma e outra das faces de uma raquete, a alturas variadas, com e sem ressalto da bola no chão, parado e em deslocamento; salta à corda no lugar e em progressão, com coordenação global e fluidez de movimentos; lança o arco na vertical e recebe-o, com as duas mãos; passa por dentro de um arco e rolar no chão, sem o derrubar; cabeceia um «balão» (lançado por um companheiro a «pingar»), posicionando-se num ponto de queda da bola, para a agarrar a seguir com o mínimo de deslocamento; passa a bola a um companheiro com as duas mãos (passe «picado», a «pingar» ou de «peito») consoante a sua posição e ou deslocamento.</p> <p>- Recebe a bola com as duas mãos, parado e em deslocamento; recebe a bola, controlando-a com o pé direito ou esquerdo, e passa-a, colocando-a ao alcance do companheiro; faz toques de sustentação para o companheiro, com as mãos, antebraços e ou cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola, para a devolver; rola o arco com pequenos «toques» à esquerda e à direita, controlando-o na trajetória pretendida; dribla «alto e baixo», com a mão esquerda e direita, em deslocamento, sem perder o controlo da bola; conduz a bola dentro dos limites duma zona definida, mantendo-a próximo dos pés.</p>	Responsável Autónomo Respeitador da diferença do outro Cuidador de si e do outro Participativo Colaborador Questionador Indagador Investigador Sistematizador organizador Conhecedor sabedor/ culto / informado Comunicador Autoavaliador Criativo Crítico /analítico
		Deslocamentos e equilíbrios	



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS SOPHIA DE MELLO BREYNER

	<p>reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; transpor obstáculos sucessivos, em corrida, colocados a distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade; subir e descer pela tração dos braços, um banco sueco inclinado, deitado em posição ventral e dorsal; saltar de um plano superior realizando, durante o voo, uma figura à sua escolha, ou voltas, com receção em pé e equilibrada; realizar saltos «de coelho» no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos, fazer cambalhota à frente no colchão, terminando a pés juntos, mantendo a mesma direção durante o enrolamento; fazer cambalhota à retaguarda sobre um colchão num plano inclinado, com repulsão dos braços na fase final, terminando com as pernas afastadas; rolar à frente numa barra (baixa), sem interrupção do movimento e com receção em segurança; subir e descer o espaldar percorrendo todos os degraus e deslocar-se para ambos os lados face ao espaldar; subir e descer uma corda suspensa, com nós, com a ação coordenada dos membros inferiores e superiores; deslizar sentado e deitado (ventral), em prancha, sobre o «skate», após impulso das mãos ou dos pés, mantendo o equilíbrio; saltar em comprimento, após curta corrida de balanço e chamada a um pé numa zona elevada, com receção a pés juntos num colchão ou caixa de saltos; saltar em altura para tocar num objeto suspenso, após curta corrida de balanço e chamada a pés juntos e a um pé, com receção equilibrada.</p>	
Jogos	<p>- Pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos, designadamente: posições de equilíbrio; deslocamentos em corrida com «fintas» e «mudanças de direção e de velocidade; combinações de apoios variados associados com corrida, marcha e voltas; lançamentos de precisão e à distância; pontapés de precisão e à distância.</p>	

MODALIDADES DE AVALIAÇÃO: participação e empenho nas atividades propostas, cooperação com os pares nos jogos e exercícios, compreensão e aplicação das regras combinadas.

PROCEDIMENTOS E TÉCNICAS: observação direta; trabalho em grupo; participação; questionamento, etc.

INSTRUMENTOS: observação direta, grelhas de observação.