AGRUPAMENTO DE ESCOLAS AUGUSTO CABRITA – Código 170628
Sede – **Escola Secundária Augusto Cabrita** – Rua Maria Lamas – 2830-088 Barreiro
Telefone 21 2059220 / **Email:** direcao@aeaugustocabrita.pt

EB1 Américo Marinho – EB1 nº/JI Barreiro – EB1/JI Nº5 Barreiro

Critérios de Avaliação
1º Ano – EDUCAÇÃO FÍSICA

CG	ÁREAS DE COMPETÊNCIA (PASEO)	ORGANIZADOR DOMÍNIO	DESCRITORES DE DESEMPENHO OPERACIONALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO	DESCRITORES DO PASEO
Conhecimentos, Comunicação, Resolução de Problemas	A – Linguagem e textos B – Informação e Comunicação C – Raciocínio e Resolução de Problemas D – Pensamento Crítico e Pensamento Criativo E – Relacionamento Interpessoal F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia G – Bem-estar, Saúde e Ambiente H – Sensibilidade Estética e Artística I – Saber Científico, Técnico e Tecnológico	**- Perícias e Manipulações**	- LANÇA uma bola em precisão a um alvo fixo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos. - RECEBE a bola com as duas mãos, após lançamento à parede, evitando que caia ou toque outra parte do corpo. - RODA o arco no solo, segundo o eixo vertical, saltando para dentro dele antes que finalize a sua rotação. - Mantém uma bola de espuma no ar, de forma controlada, com TOQUES DE RAQUETE, com e sem ressalto da bola no chão. - DRIBLA com cada uma das mãos, em deslocamento, controlando a bola para manter a direção desejada. - LANÇA uma bola em distância com a «mão melhor» (a mão mais forte) e com as duas mãos, para além de uma marca. - LANÇA para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e RECEBÊ-LA com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível). - ROLA a bola, nos membros superiores e nos membros inferiores (deitado) unidos e em extensão, controlando o seu movimento pelo ajustamento dos segmentos corporais. - PONTAPEIA a bola em precisão a um alvo, com um e outro pé, dando continuidade ao movimento da perna e mantendo o equilíbrio. - PONTAPEIA 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. - Faz TOQUES DE SUSTENTAÇÃO de um «balão», com os membros superiores e a cabeça, posicionando-se no ponto de queda da bola. Em concurso a pares:	- Grelhas de observação direta	Conhecedor Sabedor Culto Informado Comunicador Sistematizador Organizador Criativo Expressivo Crítico Analítico Leitor Investigador Indagador

	J – Consciência e Domínio do Corpo	- **Deslocamentos e Equilíbrios**	- 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. RECEBER a bola com as duas mãos, parado e em deslocamento. - RASTEJA deitado dorsal e ventral, em todas as direções, movimentando-se com o apoio das mãos e/ou dos pés. - ROLA sobre si próprio em posições diferentes, nas principais direções e nos dois sentidos. - Faz CAMBALHOTA à frente (engrupada), num plano inclinado, mantendo a mesma direção durante o enrolamento. - SALTA sobre obstáculos de alturas e comprimentos variados, com chamada a um pé e a «pés juntos», com receção equilibrada no solo. - SALTA para um plano superior (mesa ou plinto), após chamada a pés juntos, apoiando as mãos para se sentar, ou apoiar os pés, ou os joelhos. - CAI voluntariamente, no colchão e no solo, partindo de diferentes posições, rolando para amortecer a queda (sem apoiar as mãos para travar o movimento). - SALTA de um plano superior com receção equilibrada no colchão. - SOBE E DESCE o espaldar, percorrendo os degraus alternadamente com um e com o outro pé e com uma e outra mão. - SOBE para um plano superior (mesa ou plinto), apoiando as mãos e elevando a bacia para apoiar um dos joelhos, mantendo os braços em extensão. - SUSPENDE E BALANÇA numa barra, saindo em equilíbrio. - DESLOCA-SE EM SUSPENSÃO, lateralmente e frontalmente, de uma à outra extremidade da barra, com pega alternada. - DESLOCA-SE para a frente, para os lados e para trás sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio. Em concurso individual: - DESLIZA sentado e deitado (ventral), em prancha, sobre o «skate», após impulso das mãos ou dos pés, mantendo o equilíbrio.		Questionador Cuidador de si edo outro Respeitador da diferença Respeitador do outro Participativo Colaborador Responsável Autónomo Cooperante

		- Jogos	- Pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações caraterísticas 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.		
Atitudes	- Coopera na realização das tarefas propostas e modifica o seu desempenho em função da auto, da hetero e coavaliação; - Cumpre com os seus deveres, demonstrando ser responsável (trabalhos de casa, trabalhos autónomos, entre outros, material necessário, pontualidade); - É solidário, interventivo, participativo e com capacidade de iniciativa; - Demonstra respeito pelo outro com atitudes adequadas ao nível etário e ao ano que frequenta.				

Ponderação a atribuir a cada domínio no final da avaliação sumativa em cada período escolar (de acordo com a informação recolhida por cada docente na sua observação direta)		
Conhecimentos	***Resolução de problemas***	***Comunicação***
35%	35%	30%

Elaborado em 23/09/2026

Aprovado em 7/10/2023