

ESCOLA BÁSICA 2.3 DA GALIZA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Critérios de avaliação		domínio psicomotor (50%)						domínio sócio-afectivo (40%)			domínio cognitivo (10%)
6º ANO	Abril			Maio			Junho			2009/2010	
3º Período	12-16	19-23	26-30	5-7	10-14	17-21	24-28	31-4	7-11	14-18	Aulas Previstas - 28/30
Áreas	<u>Conteúdos do domínio psicomotor</u>										Competências Essenciais
Avaliação condição Física (área anual)	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ Testes da condição física / Bateria de testes de condição física (Flexibilidade, força, resistência, velocidade, destreza geral) 										<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conhecer as capacidades e a condição física dos alunos ➤ Compreender a importância das capacidades físicas no desenvolvimento da condição física ➤ Melhorar as capacidades físicas
Atletismo	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ Salto em comprimento 										<ul style="list-style-type: none"> ➤ Executar as técnicas referentes às diversas especialidades ➤ Distinguir diversas especialidades
Ginástica de Aparelhos	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ Destrezas em aparelhos <ul style="list-style-type: none"> • Destrezas abordadas anteriormente • restantes ainda por abordar ⊙ Destrezas com aparelhos portáteis <ul style="list-style-type: none"> • Destrezas abordadas anteriormente • restantes ainda por abordar 										<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aperfeiçoar as destrezas abordadas ao longo do ano
Voleibol (2º e 3º períodos)	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ Técnicas: <ul style="list-style-type: none"> • Recepção em toque de dedos (recepção alta) • Passe com duas mãos • Recepção em manchete • Serviço por baixo e por cima ⊙ Jogos (1x1; 2x2; 4x4) 										<ul style="list-style-type: none"> ➤ Executar as técnicas básicas ➤ Conhecer as principais regras do jogo
Badminton	<ul style="list-style-type: none"> ⊙ Técnicas base <ul style="list-style-type: none"> • Pega da raqueta • pega do volante • Batimento por cima (balão) • batimento à esquerda • Batimento à direita por cima (clear) • batimento à direita por baixo (lob) ⊙ Noções tácticas elementares <ul style="list-style-type: none"> • Posição básica de jogo • Posição de serviço • Posição para recepção do serviço 										<ul style="list-style-type: none"> ➤ Executar as técnicas básicas ➤ Conhecer as principais regras do jogo
Actividades pontuais - ♦ Jogos Tradicionais 10/14 de Maio											

**ESCOLA BÁSICA 2.3 DA GALIZA
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Domínio cognitivo	2009/2010
Desenvolvimento das capacidades Físicas	Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação de acordo com as características do esforço realizado.
Jogos Desportivos Colectivos	Conhece o objectivo dos diferentes jogos, a sua função e o modo de execução das principais acções técnico-táctica e as suas regras.
Ginástica	Identifica as destrezas elementares de solo, aparelhos e mini-trampolim e conhece o modo de execução das mesmas.
Atletismo	Conhece o objectivo das diferentes disciplinas, o modo de execução das principais acções técnicas e suas regras.
Raquetes	Conhece as regras elementares do jogo.

Domínio Sócio – Afectivo	2009/2010
Sentido de responsabilidade	Ser assíduo e pontual Trazer o equipamento necessário. Cumprir as regras estabelecidas. Cumprir as tarefas propostas
Interesse / Empenho e participação	Estar atento Colaborar nas tarefas propostas Intervir de forma adequada
Sociabilidade	Revela espírito desportivo e de equipa. Coopera com os companheiros nas ajudas e correcções. Cumpre as regras de segurança. Ajuda na preparação, arrumação e preservação do material.