



Região Autónoma da Madeira

Governo Regional

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA

Escola Básica dos 2.º e 3.º Ciclos do Estreito de Câmara de Lobos



N.º do Código do Estabelecimento de Ensino 3102-202

N.º de Telefone: 291945614/15

Fax: 291947271

PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS

Ano Letivo 2021/2022

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, retificado pela Declaração de Retificação n.º 29-A/2018, de 4 de setembro, com as adaptações constantes do Decreto Legislativo Regional n.º 11/2020/M, de 29 de julho.

N.º 2 do artigo 18.º da Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto.

Disciplina:	EDUCAÇÃO FÍSICA	2.º ciclo	5.º ano
-------------	------------------------	------------------	----------------

Domínios/subdomínios	Níveis de desempenho				
	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
	Insuficiente (0% a 19%)	Insuficiente (20% a 49%)	Suficiente (50% a 69%)	Bom (70% a 89%)	Muito Bom (90% a 100)
Área Atividades Físicas	✓ O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	✓ O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	✓ O aluno revela algumas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	✓ O aluno revela um bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	✓ O aluno revela um muito bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório.
Área Aptidão Física	✓ O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável.	✓ O aluno apresenta quatro valores fora da zona saudável,	✓ O aluno apresenta apenas três valores fora da zona saudável ou um, sendo este, em resultado do teste de	✓ O aluno apresenta, no máximo dois valores fora da zona saudável não sendo este, em resultado do teste de	✓ O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável.

		estipulados pelo programa FITescola.	aptidão de neuromuscular Agilidade 4x10m, estipulados pelo programa FITescola.	aptidão, aptidão de neuromuscular Agilidade 4x10m, estipulados pelo programa FITescola.	
Área Conhecimentos	✓ Revela não conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.	✓ Revela muitas dificuldades em conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.	✓ Revela algumas dificuldades em conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.	✓ Revela conhecer, com um bom domínio, os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.	✓ Revela conhecer, com muito bom domínio, os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, que lhe permitem compreender os diversos fatores da aptidão física.
	✓ Revela não conhecer nem aplica, cuidados higiênicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais.	✓ Revela muitas dificuldades em conhecer e aplicar, cuidados higiênicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros, e de preservação dos recursos materiais.	✓ Revela algumas dificuldades em conhecer e aplicar cuidados higiênicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros e de preservação dos recursos materiais.	✓ Revela conhecer e aplicar, com um bom domínio, cuidados higiênicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros e de preservação dos recursos materiais.	✓ Revela conhecer e aplicar, com muito bom domínio, cuidados higiênicos, bem como as regras de segurança pessoal e dos companheiros e de preservação dos recursos materiais.
	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5

Domínios/subdomínios		Insuficiente (0% a 19%)	Insuficiente (20% a 49%)	Suficiente (50% a 69%)	Bom (70% a 89%)	Muito Bom (90% a 100)
Atitudes e valores transversais	Comportamento	✓ Não adota postura nem linguagem corretas à entrada, dentro e à saída do espaço de aula.	✓ Raramente adota postura e linguagem corretas à entrada, dentro e à saída do espaço de aula.	✓ Adota, por vezes, uma postura e linguagem corretas à entrada, dentro e à saída do espaço de aula.	✓ Adota uma postura e linguagem corretas à entrada, dentro e à saída do espaço de aula.	✓ Adota uma postura e linguagem exemplares à entrada, dentro e à saída do espaço de aula.
	Autonomia	✓ Não realiza as tarefas de forma autónoma. ✓ Não planeia o trabalho a desenvolver. ✓ Não faz as adaptações necessárias com base no <i>feedback</i> obtido (autorregulação). ✓ Não revela capacidade de iniciativa.	✓ É pouco autónomo na realização das tarefas. ✓ Planeia com muitas dificuldades o trabalho a desenvolver. ✓ Faz poucas adaptações com base no <i>feedback</i> obtido (autorregulação). ✓ Revela pouca capacidade de iniciativa.	✓ Revela alguma autonomia na realização das tarefas. ✓ Planeia de forma satisfatória o trabalho a desenvolver. ✓ Faz algumas adaptações com base no <i>feedback</i> obtido (autorregulação). ✓ Revela, por vezes, capacidade de iniciativa.	✓ Revela autonomia na realização das tarefas. ✓ Planeia com facilidade o trabalho a desenvolver. ✓ Faz com facilidade adaptações com base no <i>feedback</i> obtido (autorregulação). ✓ Revela capacidade de iniciativa.	✓ Revela elevada autonomia na realização das tarefas. ✓ Planeia com muita facilidade o trabalho a desenvolver. ✓ Faz com muita facilidade adaptações com base no <i>feedback</i> obtido (autorregulação). ✓ Revela elevada capacidade de iniciativa.
	Empenho/participação	✓ Não demonstra responsabilidade a nível da assiduidade, pontualidade e material necessário.	✓ Raramente demonstra responsabilidade a nível da assiduidade, pontualidade e material necessário.	✓ Apresenta uma assiduidade e pontualidade regulares, trazendo regularmente o material necessário.	✓ Apresenta uma assiduidade regular e raramente chega atrasado e raramente se esquece de	✓ É assíduo, pontual e traz sempre o material necessário para a aula.

		<p>✓ Não executa as tarefas propostas de forma empenhada e nos prazos estabelecidos.</p> <p>✓ Não participa na aula de forma pertinente e oportuna.</p>	<p>✓ Raramente executa as tarefas propostas de forma empenhada e nos prazos estabelecidos.</p> <p>✓ A sua participação na aula não é pertinente nem oportuna.</p>	<p>✓ Executa regularmente as tarefas propostas de forma empenhada e nos prazos estabelecidos.</p> <p>✓ Participa na aula de forma pertinente e oportuna.</p>	<p>apresentar o material necessário para a aula.</p> <p>✓ Executa as tarefas propostas quase sempre de forma empenhada e nos prazos estabelecidos.</p> <p>✓ Participa na aula de forma muito pertinente e oportuna.</p>	<p>✓ Executa sempre as tarefas propostas de forma empenhada e nos prazos estabelecidos.</p> <p>✓ Participa plenamente na aula de forma pertinente e oportuna.</p>
	<p>Cooperação/colaboração</p>	<p>✓ Não trabalha em equipa de forma assertiva, não manifesta espírito de entreajuda nem partilha responsabilidades.</p> <p>✓ Não toma decisões conjuntas nem trabalha de forma interdependente.</p> <p>✓ Não respeita o espaço de intervenção nem a opinião dos outros.</p>	<p>✓ Trabalha em equipa de forma pouco assertiva, sem espírito de entreajuda nem partilha de responsabilidades.</p> <p>✓ Toma poucas decisões conjuntas e trabalha de forma pouco interdependente.</p> <p>✓ Tem dificuldade em respeitar o espaço de intervenção e a opinião dos outros.</p>	<p>✓ Trabalha em equipa com certa assertividade, algum espírito de entreajuda, partilhando algumas responsabilidades.</p> <p>✓ Toma algumas decisões conjuntas e trabalha, por vezes, de forma interdependente.</p> <p>✓ Respeita, por vezes, o espaço de intervenção e a opinião dos outros.</p>	<p>✓ Trabalha em equipa de forma assertiva, manifesta espírito de entreajuda, partilhando responsabilidades.</p> <p>✓ Toma decisões conjuntas e trabalha de forma interdependente.</p> <p>✓ Respeita o espaço de intervenção e a opinião dos outros.</p>	<p>✓ Trabalha plenamente e de forma assertiva em equipa, manifestando sempre espírito de entreajuda, partilhando responsabilidades.</p> <p>✓ Toma sempre decisões conjuntas e trabalha sempre de forma interdependente.</p> <p>✓ Respeita plenamente o espaço de intervenção e a opinião dos outros.</p>

	<p>Uso das tecnologias da informação e comunicação</p>	<p>✓ Não usa as TIC de forma adequada nem assertiva.</p> <p>✓ Não utiliza as TIC de forma segura nem responsável para comunicar, partilhar e interagir.</p>	<p>✓ Usa as TIC de forma pouco adequada e pouco assertiva.</p> <p>✓ Utiliza as TIC de forma pouco segura e pouco responsável para comunicar, partilhar e interagir.</p>	<p>✓ Usa satisfatoriamente as TIC de forma adequada e assertiva.</p> <p>✓ Utiliza satisfatoriamente as TIC de forma segura e responsável para comunicar, partilhar e interagir.</p>	<p>✓ Usa facilmente as TIC de forma adequada e assertiva.</p> <p>✓ Utiliza frequentemente as TIC de forma segura e responsável para comunicar, partilhar e interagir.</p>	<p>✓ Usa plenamente as TIC de forma adequada e assertiva.</p> <p>✓ Utiliza sempre as TIC de forma segura e responsável para comunicar, partilhar e interagir.</p>
--	---	---	---	---	---	---