1º Ciclo	*Departamento de 1º Ciclo* Disciplina: Expressão e Educação Físico-Motora – 1.º ano	2023/ 2024

Domínios/ Temas/ Áreas	Áreas de Competência (PASEO)	Descritores	Ponderação	Instrumentos/ tarefas de avaliação
Perícias e Manipulações	A, B, C, D, F, H, I, J	• Realiza 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	35%	Observação direta Resolução de problemas
Deslocamentos e Equilíbrios	A, B, C, D, F, H, I, J	• Realiza 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	35%	
Jogos	A, B, C, D, F, H, I, J	• Conhece, participa e aplica regras em jogos e atividades desportivas, bem como os princípios de cordialidade e respeito na relação com os colegas e professor	30%	

ÁREAS DE COMPETÊNCIA DE ACORDO COM O PERFIL DO ALUNO À SAÍDA DA ESCOLARIDADE OBRIGATÓRIA		
A – Linguagens 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 **J** – Consciência e Domínio do Corpo