

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Ensino Básico 5º Ano
2020-2021

Domínio/Áreas Temáticas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
<p style="text-align: center;"> ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (1) </p>	<p> SUBÁREA JOGOS - Participar em JOGOS (nomeadamente Jogos Pré-Desportivos) ajustando a iniciativa própria e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo e ao seu objetivo, realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidade e correção de movimentos. </p> <p> SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Basquetebol, Andebol, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras. </p> <p> SUBÁREA GINÁSTICA - Compor e realizar, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos e Acrobática), as destrezas elementares de solo, aparelhos e minitrampolim, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica e expressão, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. </p> <p> SUBÁREA ATLETISMO - Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. </p>	<p> Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) </p> <p> Questionador e comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) </p> <p> Autoavaliador/Heteroavaliador (Transversal às áreas) </p>	<p> MOMENTOS DE FUNCIONAMENTO MULTIDISCIPLINAR/DAC: </p> <p> Observação do desempenho nas atividades, recorrendo a grelhas de registo definidas pelo conselho de turma </p> <p> MOMENTOS DE FUNCIONAMENTO DISCIPLINAR: </p> <p> Observação Direta Grelhas de registo Testes práticos </p>	<p style="text-align: center;"> (1) – 45% (25% enquanto durar a situação pandémica) </p>

	<p>OUTRAS (BADMINTON E NATAÇÃO/ORIENTAÇÃO) - No Badminton, conhecer o regulamento básico da modalidade, cooperar com os colegas em situação de exercício-critério e no jogo. Na Natação, deslocar-se com segurança no meio aquático coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. Na orientação realiza um percurso de orientação simples, a par, num espaço apropriado (mata, parque, etc.), segundo um mapa simples (croqui ou planta), preenchendo corretamente o cartão de controlo e doseando o esforço para resistir à fadiga.</p>	<p>Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p>		
<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA (2)</p>	<p>Desenvolver capacidades motoras que evidenciem aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>Cuidador de si e dos outros (B, E, F, G)</p>	<p>Bateria Fitescola</p>	<p>(2) – 10% (30% enquanto durar a situação pandémica)</p>
<p>ÁREA DOS CONHECIMENTOS/ DAC (3)</p>	<p>Identificar as capacidades físicas: Resistência Agilidade e Coordenação (Geral) de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>Conhecer o objetivo dos jogos e as suas principais regras.</p> <p>Conhecer a função e o modo de execução das ações técnico-táticas dos Jogos e o modo de execução das destrezas/ações motoras realizadas.</p> <p>Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas assim como as regras de higiene e de segurança.</p>	<p>LEGENDA:</p> <p>A – Linguagens e textos B – Informação e comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e 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</p>	<p>Ficha escrita Questionamento Projeto de Pesquisa Relatórios de Atividades</p>	<p>(3) - 15% (DAC - 10% CON - 5%)</p>

ÁREA DAS ATITUDES (4)	Responsabilidade e autonomia <ul style="list-style-type: none"> Faz-se acompanhar de material necessário para realizar a aula presencial e/ou à distância; É assíduo e pontual; Cumpre as tarefas e normas / prazos propostos; É empenhado no seu processo de aprendizagem. 	Responsabilidade e Autonomia	-Observação Direta (observação do aluno em contexto de trabalho)	10%
	Participação e colaboração <ul style="list-style-type: none"> É atento; Participa (acompanha, questiona, responde). Coopera com os outros. 	Participação e colaboração	-Grelhas de registo -Análise da ficha de Autoavaliação do aluno.	10%
	Respeito pela diferença e pelo outro <ul style="list-style-type: none"> Respeita as opiniões; Respeita a diferença. 	Respeito pela diferença e pelo outro		10%
				(4) – 30%

O aluno é avaliado em cinco modalidades diferentes tendo em conta as três áreas existentes, de acordo com os níveis definidos nos PNEF (Nível de Introdução – I e Elementar - E): 2 modalidades do grupo Jogos Desportivos Coletivos, 1 modalidade do grupo Ginástica, 1 modalidade do grupo Desporto Individual e a melhor modalidade das restantes dos 3 grupos.

Domínio/Áreas Temas	Descritores de desempenho				
	F	NS	S	B	MB
Atividades Físicas	O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em nenhuma das subáreas.	O aluno desenvolveu competências essenciais de nível introdutório, apenas numa subárea.	O aluno desenvolveu competências essenciais de nível introdutório, em duas subáreas.	O aluno revela um bom domínio 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 quatro subáreas.
Aptidão Física	O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável	O aluno apresenta entre um e dois valores dentro da zona saudável.	O aluno apresenta apenas três valores dentro da zona saudável.	O aluno apresenta quatro valores dentro da zona saudável sendo um deles o teste de Vaivém.	O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável.
Conhecimentos	O aluno não identifica nenhuma das capacidades motoras condicionais/coordenativas	O aluno revela muitas dificuldades na compreensão e identificação das principais capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço	O aluno revela algumas dificuldades na compreensão e identificação das principais capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço	O aluno revela um bom domínio na identificação das capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço	O aluno revela um muito bom domínio na compreensão e identificação das capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
RESPONSABILIDADE e AUTONOMIA 10%	O aluno não é pontual e não cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Não apresenta o material necessário. Não cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e não participa de forma adequada. Nunca é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é pontual e raramente cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Por vezes não apresenta o material necessário. Poucas vezes cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e raramente participa de forma adequada. Raramente é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é pontual e cumpre quase sempre as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa habitualmente de forma adequada. Empenha-se, com alguma frequência, no seu processo de aprendizagem.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito pontual e cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma adequada. Quase sempre é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Bom	7 a 8%
	O aluno é muito pontual e cumpre com entusiasmo as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta sempre o material necessário. Cumpre rigorosamente as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma muito adequada. Revela sempre bastante empenho no seu processo de aprendizagem.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
PARTICIPAÇÃO e COLABORAÇÃO 10%	O aluno não é atento; Não participa (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Não coopera com os outros.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é atento; Poucas vezes participa (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Raramente coopera com os outros.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é atento; Participa com alguma regularidade (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Cooperar algumas vezes com os outros	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito atento; Participa com muita frequência (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Cooperar muitas vezes com os outros.	Bom	7 a 8%
	O aluno está sempre atento; Participa sempre (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Cooperar sempre com os outros.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
RESPEITO PELA DIFERENÇA e PELO OUTRO 10%	O aluno não respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Não respeita a diferença entre os colegas.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Raramente respeita a diferença entre os colegas.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita a diferença entre os colegas.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita sempre a diferença entre os colegas.	Bom	7 a 8%
	O aluno respeita claramente a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita claramente a diferença entre os colegas.	Muito bom	9 a 10%