

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Ensino Básico 5º Ano
2021-2022

Domínio/Áreas Temas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
<p>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</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>(1) – 45%</p> <p>(25% enquanto durar a situação pandémica)</p>

	<p>exigências elementares técnicas e regulamentares.</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>Observação Direta Grelhas de registo Testes práticos</p>	<p>(2) – 10% (30% enquanto durar a situação pandémica)</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>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: 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>

<p>ÁREA DAS ATITUDES (4)</p>	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidade (pontualidade, empenho, cumprimento das normas e instruções estabelecidas, respeito pelos materiais da aula e apresentação do material necessário, Cumprimento das tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participação adequada). 	Responsabilidade		10%
	<ul style="list-style-type: none"> Autonomia (incide na participação na atividade escolar, na persistência/ perseverança na superação das dificuldades, no rigor na concretização das atividades propostas, no gosto pelo estudo e vontade em evoluir, curiosidade e iniciativa, tomada de decisões e reflexão sobre as mesmas, espírito de observação, sentido crítico e capacidade de se autoavaliar e de heteroavaliar). 	Autonomia		10%
	<ul style="list-style-type: none"> Trabalho colaborativo (contribuição para a concretização de tarefas comuns, respeito pela opinião e ações dos outros, espírito de entreaajuda, explicitação dos seus pontos de vista e participação na avaliação dos procedimentos e resultados). 	Trabalho colaborativo	Observação Direta Grelhas de registo	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 muito bom domínio na compreensão e identificação das capacidades motoras condicionais/coordenativas implícitas num determinado esforço

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
RESPONSABILIDADE 10%	O aluno não é pontual e não cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Não respeita os materiais e equipamentos e não apresenta o material necessário. Não cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e não participa de forma adequada.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é pontual e raramente cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Por vezes não respeita os materiais e equipamentos e frequentemente não apresenta o material necessário. Poucas vezes cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e raramente participa de forma adequada.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é pontual e cumpre quase sempre as normas e as instruções estabelecidas. Respeita os materiais e equipamentos e apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa habitualmente de forma adequada.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito pontual e cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Respeita sempre os materiais e equipamentos e apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma adequada.	Bom	7 a 8%
	O aluno é muito pontual e cumpre com entusiasmo as normas e as instruções estabelecidas. Respeita sempre os materiais e equipamentos e apresenta sempre o material necessário. Cumpre rigorosamente as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma muito adequada.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
AUTONOMIA 10%	O aluno não participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Não revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Não demonstra gosto pelo estudo e nem vontade de evoluir. Não manifesta curiosidade e iniciativa, não toma decisões e nem reflete sobre as mesmas. Não tem espírito de observação nem sentido crítico. Não é capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Poucas vezes revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Quase nunca demonstra gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Raramente manifesta curiosidade e iniciativa, raramente toma decisões e reflete sobre as mesmas. Por vezes tem espírito de observação e sentido crítico. Ocasionalmente, é capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno participa nas atividades escolares com persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Manifesta curiosidade e iniciativa, toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem espírito de observação e sentido crítico. É capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno participa nas atividades escolares com evidente persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela sempre rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra sempre gosto pelo estudo e vontade de evoluir. Manifesta, muitas vezes, curiosidade e iniciativa, frequentemente toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem sempre espírito de observação e sentido crítico. É capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Bom	7 a 8%
	O aluno participa nas atividades escolares com muita persistência e perseverança para superar as dificuldades. Revela sempre rigor e autoconfiança na concretização das atividades propostas. Demonstra muito gosto pelo estudo e muita vontade de evoluir. Manifesta sempre curiosidade e iniciativa, toma decisões e reflete sobre as mesmas. Tem um claro espírito de observação e um apurado sentido crítico. É sempre capaz de se autoavaliar e de heteroavaliar.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
TRABALHO COLABORATIVO 10%	O aluno não contribui para a concretização de tarefas comuns. Não respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Não demonstra espírito de entreajuda. Nunca explicita os seus pontos de vista e não participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente contribui para a concretização de tarefas comuns. Raramente respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Poucas vezes demonstra espírito de entreajuda. Raramente explicita os seus pontos de vista e quase nunca participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno contribui para a concretização de tarefas comuns. Respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra espírito de entreajuda. Explicita os seus pontos de vista e participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno contribui sempre para a concretização de tarefas comuns. Respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra grande espírito de entreajuda. Explicita sempre os seus pontos de vista e participa na avaliação dos procedimentos e resultados.	Bom	7 a 8%
	O aluno contribui claramente para a concretização de tarefas comuns. Respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Demonstra sempre grande espírito de entreajuda. Explicita sempre e com convicção os seus pontos de vista e participa sempre na avaliação dos procedimentos e resultados.	Muito bom	9 a 10%