

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Ensino Básico 5º Ano
2019-2020

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% </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.	Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e dos outros (B, E, F, G) 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	Bateria Fitescola Ficha escrita Questionamento Projeto de Pesquisa Relatórios de Atividades	(2) – 10% (3) - 15% (DAC - 10% CON - 5%)
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA (2)	Desenvolver capacidades motoras que evidenciem aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.			
ÁREA DOS CONHECIMENTOS/ DAC (3)	Identificar as capacidades físicas: Resistência Agilidade e Coordenação (Geral) de acordo com as características do esforço realizado. Conhecer o objetivo dos jogos e as suas principais regras. Conhecer a função e o modo de execução das ações técnico-táticas dos Jogos e o modo de execução das destrezas/ações motoras realizadas. Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas assim como as regras de higiene e de segurança.			
ÁREA DAS ATITUDES	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidade (10%) (Pontualidade, cumprimento de normas e instruções estabelecidas, respeito por materiais e equipamentos,			
			Observação Direta	

(4)	<p>apresentação do material necessário, cumprimento de tarefas e prazos, participação.)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autonomia (10%) (Realização das atividades escolares, curiosidade e iniciativa, espírito de observação e sentido crítico, capacidade de se auto e heteroavaliar.) • Trabalho colaborativo (10%) (Contributo para a concretização de tarefas comuns, respeito pelas opiniões e ações dos outros, espírito de entreajuda, defesa dos seus pontos de vista, reflexão sobre o trabalho desenvolvido.) 		Grelhas de registo	(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
----------------------	---	--	---	--	--