

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - Educação Física/Ensino Básico - 5º Ano de escolaridade

DOMÍNIOS/ TEMAS		APRENDIZAGENS ESSENCIAIS: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS	ATIVIDADES/INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	FATOR DE PONDERAÇÃO
C A P A C I D A D E S E C O N H E C I M E N T O S	ÁREA DAS ATIVI- DADES FÍSICAS	O aluno desenvolve as competências essenciais para o 5º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em três matérias, de diferentes subáreas de acordo com as seguintes opções:		PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO: - Cooperar com os companheiros na procura do êxito pessoal e do grupo; - Cooperar, provendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e gosto proporcionado pelas atividades; - Ser autónomo na realização das tarefas; - Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor.	
		SUBÁREA JOGOS PRÉ DESPORTIVOS (uma matéria) - Participar em JOGOS, 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 movimento.	Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo. (A, E, F, G, J)	PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO: - Adquirir com rigor, conhecimento e outros saberes; - Analisar os seus desempenhos e os dos outros, dando e aceitando sugestões de melhoria.	ATIVIDADES FÍSICAS (50%)
		SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria) - Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Futebol, Basquetebol e Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.	Crítico/ Conhecedor/ Sabedor/ Analítico. (A, B, C, D, E, F, G, I)	PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO: - Realizar em situações de aprendizagem, tarefas a pares ou em grupos homogêneos e heterogêneos que possibilitem aos alunos: - Elaborar sequências de habilidades; - Elaborar coreografias; - Explorar materiais; - Explorar relações interpessoais.	CONHECIMENTOS (10%)
		SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) - Compor e realizar, na GINÁSTICA (Solo e Aparelhos), 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.		PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO: - Realizar em situações de aprendizagem, tarefas a pares ou em grupos homogêneos e heterogêneos que possibilitem aos alunos: - Elaborar sequências de habilidades; - Elaborar coreografias; - Explorar materiais; - Explorar relações interpessoais.	ATITUDES (30%)
		SUBÁREAS ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS, RAQUETAS E OUTRAS (três matérias)		PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO: - Conhecer e aplicar cuidados de higiene; - Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros;	
		SUBÁREA ATLETISMO - Realizar do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões	Criativo/Expressivo (C, E, F, H, J)		

C A P A C I D A D E S E C O N H E C I M E N T O S	ÁREA DAS ATIVI- DADES FÍSICAS	<p>simplificados e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS</p> <p>- Interpretar sequências de habilidades específicas elementares da Dança, em pequenas coreografias individuais e/ou grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>SUBÁREA RAQUETAS</p> <p>– Cooperar com os companheiros, nas diferentes situações, das Raquetas (BADMINTON), escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas.</p> <p>SUBÁREA APTIDÃO FÍSICA</p> <p>-Desenvolve as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável da Aptidão física do programa FITescola, para a sua idade e sexo através da aplicação dos testes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Flexibilidade dos membros inferiores; - Força superior; - Força média; - Aptidão aeróbia. <p>CONHECIMENTOS</p> <p>- Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação(geral) de acordo com as características do esforço realizado.</p> <p>Nota: será privilegiada uma lógica de trabalho de projeto e interdisciplinar desenvolvido, preferencialmente, no âmbito do Domínio de Autonomia Curricular (DAC).</p>	Cuidador de si e do outro (C, E, F, G, J)	<p>- Promover o gosto pela prática regular de atividade física.</p> <p>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</p> <p>-- Explorar o espaço, ritmos, música, relações interpessoais;</p> <p>- Formar grupos de trabalho homogêneos e heterogêneos;</p> <p>- Aceitar opções, falhas e erros dos companheiros;</p> <p>- Aceitar o apoio dos companheiros;</p> <p>- Promover estratégias que induzam respeito por diferenças de características, crenças ou opiniões.</p> <p>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <p>- Fichas de registo de observação direta; auto e heteroavaliação dos alunos.</p> <p>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</p> <p>- Aplicar processos de elevação do nível funcional da Aptidão física;</p> <p>- Reforçar o gosto pela prática regular de atividade física;</p> <p>- Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros.</p> <p>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <p>- Testes de Aptidão Física - Bateria FITescola.</p> <p>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</p> <p>- Adquirir, com rigor, conhecimentos e outros saberes;</p> <p>- Analisar situações, identificando os seus elementos ou dados;</p> <p>- Desenvolver ações de comunicação verbal e não verbal multidirecional;</p> <p>- Aceitar e argumentar pontos de vista diferentes.</p> <p>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <p>- Questionamento oral; trabalhos de projeto/pesquisa; fichas/teste.</p> <p>- -DAC (Avaliado dentro da Área onde for</p>	<p>ATIVIDADES FÍSICAS (50%)</p> <p>APTIDÃO FÍSICA (10%)</p> <p>CONHECIMENTOS (10%)</p> <p>ATITUDES (30%)</p> <p>CONHECIMENTOS (10%)</p>
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA		Respeitador da diferença/ Expressivo. (D, E, H, F, J)		
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS		Cuidador de si e dos outros. (A, B, E, F, G)		
			Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado. (A, B, C, D, F)		

<p>A T I T U D E S E V A L O R E S</p>	<p>ÁREA DAS ATITUDES</p>	<p>ATITUDES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza as tarefas propostas e procurar o êxito pessoal e do grupo;. - Envolve-se nas tarefas da aula. - Cumpre os prazos estipulados. - Apresenta os materiais necessários à aula. - Respeita as normas de funcionamento das aulas e das instalações. - Considerar as propostas apresentadas pelos companheiros; - Assumir compromissos e responsabilidade de organização, cooperar, participar, colaborar, aceitar as suas falhas e as dos outros; - Agir com cordialidade respeito; - Cumprir e fazer cumprir regras de participação e de arbitragem, de preservação do ambiente e dos materiais; - Ser cuidador de si e dos outros (cuidados de higiene, regras de segurança, gosto pela prática da atividade física); - Respeitar a diferença. 	<p>(A, B,E, F, G)</p>	<p>desenvolvido).</p> <p>PROPORCIONAR ATIVIDADES FORMATIVAS QUE PERMITAM AO ALUNO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conhecer e aplicar as regras de higiene; - Conhecer e aplicar as regras de segurança pessoal e dos companheiros; - Conhecer e aplicar as regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente; - Reforçar o gosto pela atividade física; <p>INTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observação direta. - Auto e heteroavaliação 	<p>ATITUDES (30%)</p> <p>*Atitudes, hábitos e Valores – 20%;</p> <p>*Faltas de Material -10%</p>
--	------------------------------	--	-----------------------	--	--