

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

**Departamento: Expressões**

**Grupo: Ed. Física**

**Disciplina: Ed. Física – 5º ano**

Dimensões	Domínios/ Temas	Fator de ponderação (para cada domínio)	Aprendizagens Específicas (AE)	Descritores do Perfil do aluno*	Instrumentos de avaliação (definidos para cada domínio)
Conhecimentos, Capacidades, Atitudes	<b>Aptidão Física</b>	20%	<b>BATERIA DE TESTES FITescola</b> 1. Avaliação da Composição Corporal. 2. Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa <i>FITescola</i> , para a sua idade e sexo.	<b>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado</b>  <b>Crítico/Analítico</b>	Encontrar a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) Aplicação da bateria de testes do FITescola.
	<b>Conhecimento</b>	10%	<b>Aptidão Física</b> 1. Identifica as capacidades físicas: Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade, Agilidade e Coordenação (Geral), de acordo com as características do esforço realizado e conhece e identifica a bateria de testes FITescola. 2. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física: da frequência cardíaca, da frequência respiratória, e sinais exteriores de fadiga, relacionando-os com as funções cardiorrespiratória, cardiovascular e músculo-articular. 3. Conhece e interpreta os indicadores que caracterizam a Aptidão Física, nomeadamente: baixos valores de frequência respiratória e cardíaca, rápida recuperação após esforço, baixa percentagem de gordura corporal.  <b>Jogos Pré-Desportivos e Desportivos Coletivos</b> 1. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras inerentes da modalidade abordada. 2. Aplica as regras / conhecimentos teóricos da modalidade em situação de arbitragem com rigor, contribuindo para o bom funcionamento do jogo.  <b>Atletismo</b> 1. Conhece as ações técnicas das disciplinas de saltos e corridas e respetivos regulamentos. 2 - Aplica o regulamento na função de juiz.  <b>Badminton</b> 1. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas. 2. Aplica as regras / conhecimentos teóricos da modalidade em situação de arbitragem com rigor, contribuindo para o bom funcionamento do jogo.  <b>Patinagem</b> 1. Conhece as regras de segurança do aluno praticante e dos companheiros. 2. Identifica e conhece o modo de execução das diferentes habilidades.  <b>Ginástica no solo</b>	<b>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador</b>  <b>Respeitador da diferença</b>  <b>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo</b>  <b>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</b>  <b>Questionador e Comunicador</b>  <b>Criativo /Expressivo/ autoavaliador</b>	Realizada em situação de: -Fichas/Testes/ Questões aula /Intervenções orais. -Trabalhos individuais/ pares/grupo. - Relatórios de aula.  Realizada em situação de execução dos exercícios críticos, e /ou em situação de jogo reduzido.  Realizada em situação de execução dos exercícios, numa coreografia individual e/ou a par e/ou em grupos com acompanhamento musical. Observação da execução técnica.  Avaliação de elementos técnicos em esquemas gímnicos individuais. Avaliação de elementos gímnicos isolados.  Realizada em situação de execução dos exercícios críticos.  Observação da execução técnica; e medição de resultados

		<p>1. Conhece as destrezas elementares da ginástica do solo e os critérios de correção técnica, expressão e combinação; 2. Analisa a ação dos companheiros, apreciando os esquemas de acordo com os critérios.</p> <p><b>Dança</b> 1. Interpreta sequência de habilidades específicas, em coreografias em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos da composição.</p>		<p>Realizada em situação de execução dos exercícios críticos, e /ou em situação de jogo reduzido.</p> <p>Realizada em situação de execução dos exercícios críticos, e /ou em situação de jogo.</p> <p>Realizada em situação de execução dos exercícios, numa coreografia individual e/ou a par e/ou em grupos com acompanhamento musical.</p> <p>Realizada em situação de execução dos exercícios critério e observação da execução técnica; e medição de resultados.</p>
<p><b>Atividades Físicas</b></p>	<p>70%</p>	<p><b>COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS A TODAS AS SUBÁREAS</b>  <b>Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e do grupo, de forma pontual e assídua.</b>  <b>Coopera com empenho nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma.</b>  <b>Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários ou árbitro, apresentando cuidados com a higiene pessoal e equipamento.</b></p> <p><b>APTIDÃO FÍSICA</b> Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica, enquadradas na Zona Saudável da Aptidão Física do Programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p> <p><b>SUBÁREA DOS JOGOS (PRÉ DESPORTIVOS)</b> Participa em JOGOS, ajustando a iniciativa e as qualidades motoras na prestação às possibilidades oferecidas pela situação de jogo.</p> <p><b>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS</b> Interpreta sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVA, em coreografias individuais e/ou em grupo.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA NO SOLO</b> Compõe e realiza da GINÁSTICA as destrezas elementares do solo, em esquemas individuais e/ou em grupo.</p> <p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b> Realiza do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares.</p> <p><b>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - VOLEIBOL</b> Coopera com os companheiros para o alcance do objetivo dos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS, realizando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo.</p> <p><b>OUTRAS:</b>  <b>SUBÁREA JOGOS DE RAQUETES - BADMINTON</b></p>		

			Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares dos JOGOS DE RAQUETES. <b>SUBÁREA PATINAGEM</b> Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.		
--	--	--	---	--	--

**Nota:** Para os alunos que se encontrarem de Atestado de Médico permanente ou temporário, os domínios definidos para a disciplina serão avaliados com os instrumentos de recolha de informação mais adequados à sua realidade.

(*) ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS			(*) VALORES	
A-Linguagens e textos	E-Relacionamento interpessoal	I-Saber científico, técnico e tecnológico	1-Responsabilidade e integridade	4-Cidadania e participação
B- Informação e comunicação	F-Desenvolvimento pessoal e autonomia	J-Consciência e domínio do corpo	2-Excelência e exigência	5 -Liberdade
C-Raciocínio e resolução de problemas	G-Bem-estar, saúde e ambiente		3-Curiosidade, reflexão e inovação	
D-Pensamento crítico e criativo	H-Sensibilidade estética e artística			

### PERFIS DE APRENDIZAGENS

Definidos a partir das Aprendizagens Essenciais e integrando descritores de desempenho - Básico

DOMÍNIO	5 MUITO BOM (100% - 90%)	4 BOM (89% - 70%)	3 SUFICIENTE (69% - 50%)	2 INSUFICIENTE (49% - 20%)	1 MUITO INSUFICIENTE (19% - 0%)
<b>APTIDÃO FÍSICA</b> 20%	O aluno cumpre muito bem com os valores de referência estipulados pela bateria FITescola.	Nível intermédio	O aluno cumpre com os valores de referência estipulados pela bateria FITescola.	Nível intermédio	O aluno não cumpre com os valores de referência estipulados pela bateria FITescola.
<b>CONHECIMENTOS</b> 10%	<p>O aluno domina sempre com precisão os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada.</p> <p>O aluno aplica sempre os conhecimentos adquiridos na resolução das tarefas propostas.</p>		<p>O aluno domina às vezes com precisão os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada.</p> <p>O aluno aplica às vezes os conhecimentos adquiridos na resolução das tarefas propostas.</p>		<p>O aluno não domina com precisão os conceitos e procedimentos relativos à modalidade abordada.</p> <p>O aluno raramente aplica os conhecimentos adquiridos na resolução das tarefas propostas.</p>
<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b> 70%	<p>O aluno executa sempre com correção as ações técnicas e/ou táticas das diferentes modalidades abordadas, quer isoladamente, quer em situação de jogo.</p> <p>Participa sempre ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e do grupo, de forma pontual e assídua.</p> <p>Relaciona-se sempre com muita cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários e/ou Árbitro, apresentando cuidados de higiene pessoal e equipamento.</p> <p>Coopera com muito empenho nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade de turma.</p>		<p>O aluno executa às vezes com correção as ações técnicas e/ou táticas das diferentes modalidades abordadas, quer isoladamente, quer em situação de jogo.</p> <p>Participa às vezes em todas as situações, mas nem sempre procura o êxito pessoal e do grupo, de forma pontual e assídua.</p> <p>Relaciona-se às vezes com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários e/ou Árbitro, apresentando cuidados de higiene pessoal e equipamento.</p> <p>Coopera às vezes com empenho nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade de turma.</p>		<p>O aluno não executa com correção as ações técnicas e/ou táticas das diferentes modalidades abordadas, quer isoladamente, quer em situação de jogo.</p> <p>Não participa em nenhuma das situações, nem procura o êxito pessoal e do grupo, de forma pontual e assídua.</p> <p>Não se relaciona com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários e/ou Árbitro, não apresentando cuidados de higiene pessoal e equipamento.</p> <p>Não coopera com empenho nas situações de aprendizagem e de organização e não escolhe as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade de turma.</p>