

# CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: 5º

Domínios / Temas	Descritores / Áreas de competências inscritas no PASEO	Ponderação	Instrumentos de avaliação
ATIVIDADES FÍSICAS	<p>✚ O aluno desenvolve as competências essenciais para o 5º ano de escolaridade de nível <b>INTRODUÇÃO</b> em 3 matérias de diferentes subáreas: subárea dos Jogos, subárea dos Jogos Desportivos Coletivos, subárea da Ginástica, subárea do Atletismo, subárea da Patinagem, subárea das Atividades Rítmicas e Expressivas e Outras.</p> <p>✚ O aluno cumpre o nível <b>INTRODUÇÃO</b> no domínio das Atividades Físicas quando o seu desempenho, conhecimentos e atitudes representam a totalidade do nível considerado.</p> <p>✚ O aluno é avaliado em todas as matérias lecionadas.</p> <p>✚ A seleção das matérias abaixo indicadas é feita em função dos recursos materiais e das infraestruturas existentes e/ou disponíveis.</p>	80 %	<p><b>1 - Observação direta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situações de jogo;</li> <li>Exercícios critério;</li> <li>Circuitos técnicos.</li> </ul> <p><b>2 - Avaliação dos conhecimentos específicos das matérias da Área das Atividades Físicas:</b></p> <p>* O professor poderá utilizar apenas um ou vários instrumentos dos abaixo referidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Relatórios de aula;</li> </ul> <p><b>Observação direta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Questionamento na aula;</li> <li>Aplicação dos conhecimentos nas aulas práticas.</li> </ul> <p><b>3 - Avaliação das atitudes</b></p> <p>O aluno será situado segundo o seu nível de desempenho em termos da participação, cooperação, autonomia, progressão, responsabilidade e conduta.</p>
	<p style="text-align: center;"><u>SUBÁREA JOGOS</u></p> <p>✓ O aluno participa 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 movimentos.</p>		
	<p style="text-align: center;"><u>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</u></p> <p>✓ O aluno coopera com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, 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 style="text-align: center;"><u>SUBÁREA GINÁSTICA</u></p> <p>✓ O aluno compõe e realiza, da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos, Rítmica), 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>		




# CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: 5º

Domínios / Temas	Descritores / Áreas de competências inscritas no PASEO	Ponderação	Instrumentos de avaliação
ATIVIDADES FÍSICAS	<p><b><u>SUBÁREA ATLETISMO</u></b></p> <p>✓ O aluno realiza, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p>		
	<p><b><u>SUBÁREA PATINAGEM</u></b></p> <p>✓ O aluno patina 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.</p>		
	<p><b><u>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS</u></b></p> <p>✓ O aluno interpreta sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p>		
	<p><b><u>OUTRAS</u></b></p> <p>✓ O aluno realiza ações de oposição direta solicitadas de COMBATE (Luta), utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>✓ O aluno desloca-se com segurança no MEIO AQUÁTICO (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p>		
	<p><b><u>MATÉRIAS ALTERNATIVAS</u></b></p> <p>✓ Poderão ser abordadas matérias alternativas, em função das condições materiais existentes, as quais serão igualmente alvo de avaliação.</p>		

# CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: 5º

Domínios / Temas	Descritores / Áreas de competências inscritas no PASEO	Ponderação	Instrumentos de avaliação
APTIDÃO FÍSICA	<p> O aluno deve ficar capaz de: desenvolver capacidades motoras, <b>evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF)</b> do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p> <p> O aluno realiza cinco testes da bateria FITescola®, sendo a classificação final atribuída neste domínio, em função dos resultados obtidos em cada um dos teste, segundo um quadro de valores de referência.</p>	10 %	<p><b>1 - Observação direta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bateria de testes (FITescola)</li> </ul> <p>Vaivém; Abdominais; Flexões de braços; Impulsão horizontal; Flexibilidade dos membros inferiores.</p>
CONHECIMENTOS	<p> O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</li> </ul>	10 %	<p><b>1 – Avaliação da Área dos Conhecimentos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>O professor poderá utilizar apenas um ou vários instrumentos dos abaixo referidos.</li> <li>Testes escritos;</li> <li>Trabalhos escritos;</li> </ul> <p><b>Observação direta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Questionamento na aula;</li> <li>Aplicação dos conhecimentos nas aulas práticas.</li> </ul>

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: 5º

### Observação: AVALIAÇÃO DOS ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

Os alunos que se encontram de atestado médico e que estão **impedidos de realizar 2/3, ou mais, do número de aulas práticas dadas** serão avaliados na Área das Atividades Físicas e na Área da Aptidão Física no âmbito dos conhecimentos específicos das matérias lecionadas, sendo utilizados para esta avaliação todos ou apenas alguns dos seguintes instrumentos: testes escritos, trabalhos escritos, relatórios de aula, questionamento na aula e aplicação dos conhecimentos nas aulas práticas. Assim o aluno deve ser capaz de: responder de forma correta a cada uma das questões; apresentar o trabalho/relatório, na sua forma escrita e/ou oral, cumprindo as indicações fornecidas pelo professor e deve aplicar na situação prática os conhecimentos adquiridos (arbitragem, coadjuvação aos alunos com mais dificuldades e outras).

Na avaliação das atitudes os alunos serão situados segundo o seu nível de desempenho em termos da participação, cooperação, autonomia, progressão, responsabilidade e conduta, excetuando a regra estabelecida relativamente ao banho (por não se aplicar em função da sua condição).

Na Área dos Conhecimentos serão avaliados da mesma forma que os alunos que não se encontram de atestado médico.

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO: 5º

## Níveis dos descritores de desempenho para a avaliação das ATITUDES

	PARTICIPAÇÃO	PROGRESSÃO	RESPONSABILIDADE	CONDUTA
Muito Bom	Participa sempre de forma muito empenhada em todas as tarefas das aulas.	Revela um grande desenvolvimento/ avanço continuado nas suas aprendizagens, efetuando as tarefas com um elevado e crescente nível de eficácia.	Traz sempre todo o material indispensável para o banho, utilizando-o para esse fim.  Cumpe sempre todas as regras de higiene estabelecidas.	Cumpe sempre as regras e normas orientadoras das atividades propostas.  Relaciona-se sempre com respeito e cordialidade com todos os intervenientes da comunidade educativa.
Bom	Na maioria das vezes participa de forma empenhada em todas as tarefas das aulas.	Revela um desenvolvimento/ avanço continuado nas suas aprendizagens, efetuando as tarefas com um nível de eficácia crescente.	Traz na maioria das vezes todo o material indispensável para o banho, utilizando-o para esse fim.  Cumpe na maioria das aulas todas as regras de higiene estabelecidas.	Cumpe quase sempre as regras e normas orientadoras das atividades propostas.  Relaciona-se quase sempre com respeito e cordialidade com todos os intervenientes da comunidade educativa.
Suficiente	Nem sempre participa de forma empenhada nas tarefas das aulas.	Revela algum desenvolvimento/ avanço continuado nas suas aprendizagens, efetuando as tarefas com um nível baixo de eficácia.	Nem sempre traz todo o material indispensável para o banho e nem sempre o utiliza para esse fim.  Nem sempre cumpe todas as regras de higiene estabelecidas.	Por vezes não cumpe as regras e normas orientadoras das atividades propostas.  Nem sempre se relaciona com respeito e cordialidade com todos os intervenientes da comunidade educativa.
Insuficiente e	Raramente participa de forma empenhada nas tarefas das aulas.	Revela pouco desenvolvimento/ avanço muito pequeno nas suas aprendizagens, efetuando as tarefas com um nível muito baixo de eficácia.	Raramente traz todo o material indispensável para o banho e raramente o utiliza para esse fim.  Raramente cumpe todas as regras de higiene estabelecidas.	Raramente cumpe as regras e normas orientadoras das atividades propostas.  Raramente se relaciona com respeito e cordialidade com todos os intervenientes da comunidade educativa.
Insuficiente Menos	Nunca participa de forma empenhada nas tarefas das aulas.	Não revela nenhum desenvolvimento/ avanço nas suas aprendizagens.	Nunca ou muito raramente traz todo o material indispensável para o banho e nunca ou raramente o utiliza para esse fim.  Nunca ou muito raramente cumpe todas as regras de higiene estabelecidas.	Nunca ou muito raramente cumpe as regras e normas orientadoras das atividades propostas.  Nunca se relaciona com respeito e cordialidade com todos os intervenientes da comunidade educativa.