

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2023/ 2024

DISCIPLINA Educação Física – 5.º ANO

DOMÍNIOS		INDICADORES/DESCRITORES DE DESEMPENHO	Instrumentos e Técnicas	Contributos Perfil Aluno	Ponderação	
					Parcial	Total
COMPETÊNCIAS	CAPACIDADES / CONHECIMENTOS	<p>1- Domínio das Atividades Físicas</p> <p>Aquisição, aplicação e articulação dos diferentes conhecimentos das atividades físicas abordadas, dos respetivos regulamentos e ainda das regras de montagem e desmontagem do material específico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conhece e aplica os principais aspetos técnicos, táticos e regulamentos das atividades físicas abordadas; • Conhece e aplica os regulamentos e regras de montagem/desmontagem de material específico; • Joga/pratica as atividades físicas utilizando os principais aspetos técnicos táticos e regulamentos, contribuindo para a melhoria do nível de jogo; • Progride na aprendizagem; • Eleva a sua aptidão física de forma transversal e na perspetiva da manutenção e educação para a saúde, de acordo com os padrões da sua idade; • Cumpre as tarefas em cada aula, dando continuidade às aprendizagens, melhorando a sua prestação refletindo-se na melhoria geral da sua saúde e bem-estar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Observação direta/ grelhas de observação • Testes práticos de avaliação – 3 instrumentos de avaliação por período • Auto e heteroavaliação 	A, B, C, D, G, H, J	60%	70%
		<p>2- Domínio da Aptidão Física</p> <p>- Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fitescola (resultados registados em grelha própria) 	B,E,F,G	5%	
		<p>3- Domínio dos Conhecimentos</p> <p>- Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicação de questionários usando ferramentas digitais 	B,E,F,G	5%	



DOMÍNIOS	INDICADORES/DESCRITORES DE DESEMPENHO	Instrumentos e Técnicas	Contributos Perfil Aluno	Ponderação	
				Parcial	Total
	<i>A avaliação final das capacidades e competências (3.º Período) é, de acordo com as orientações emanadas das Aprendizagens Essenciais, a média aritmética das 3 melhores matérias de Subáreas distintas de entre as abordadas ao longo dos três períodos.</i>				
ATITUDES	Relacionamento interpessoal e de grupo: Cooperação, mediação de conflitos e solidariedade	Observação direta/ registo	A, B, D, E, F	10%	30%
	Participação Interesse/empenho; atenção/concentração; autonomia na realização das tarefas; tipo de intervenções na aula; capacidade de iniciativa.		A, B, D, E, F	10%	
	Responsabilidade: Assiduidade; pontualidade; realização de tarefas em tempo útil; posse e utilização adequada do material obrigatório na sala de aula.		A, B, D, E, F	10%	

ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS

- A - Linguagens e textos
- B - Informação e comunicação
- C - Raciocínio e resolução de problemas
- D - Pensamento crítico e pensamento 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

VALORES

- a) Responsabilidade e integridade
- b) Excelência e exigência
- c) Curiosidade, reflexão e inovação
- d) Cidadania e participação
- e) Liberdade

