

Critérios de avaliação – Educação Física – 2º ciclo – 5º Ano

Domínios	ACPA*	Pesos	Competências / Parâmetros de avaliação		Instrumentos e situações de avaliação (do aluno)	Documentos de registo (do professor)
Saber Fazer / Saber / Saber Estar (Conhecimentos e Capacidades) O aluno deve ficar capaz de:	C/E/G/J	55%	Atividades Físicas e Desportivas	<ul style="list-style-type: none"> • JOGOS – cooperar com os companheiros, na apresentação e organização dos jogos, e na escolha das ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo (adequadas ao objetivo e às regras do jogo); • JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Voleibol e Tag-Rugby), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras; • GINÁSTICA - realizar em exercício critério e sequência, elementos da Ginástica no solo; de aparelhos e minitrampolim, aplicando os critérios de correção técnica e combinação das destrezas; • ATLETISMO - realizar com oportunidade e correção as ações técnicas do Atletismo; • DANÇA – cooperar com os companheiros, apresentando sugestões de aperfeiçoamento da execução de habilidades e novas possibilidades de apresentação, considerando as sugestões/correções que lhe forem sugeridas. • ORIENTAÇÃO - cooperar com os companheiros, de forma a contribuir para o êxito na realização de percursos de orientação, respeitando as regras estabelecidas de participação e de segurança. 	Situação de jogo e/ou em exercício critério; sequência de elementos técnicos / gímnicos; coreografia; percurso.	Grelhas de observação e registo dos desempenhos por matéria: observação e registo de situação de jogo e/ou em exercício critério; sequência de elementos técnicos / gímnicos; coreografia; percurso.
	F/G/J	10%	Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> • 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: Aptidão Aeróbia (“vaivém”); Força Inferior (“salto horizontal”); Flexibilidade dos membros inferiores (Senta e Alcança); Flexibilidade dos ombros e Corrida de Velocidade (40m). 	Bateria de testes <i>Fitescola</i> ® de aptidão muscular e aeróbia.	Grelhas de observação e registo (plataforma <i>Fitescola</i> ®).
	A/B/D/F/I	10%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar as capacidades físicas de acordo com o esforço realizado; • Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo (frequência Cardíaca, etc...); • Compreender as relações entre o exercício físico, a recuperação, o repouso e a alimentação na melhoria da Aptidão Física. 	Testes escritos; Trabalhos escritos; Apresentações; Questionamento oral.	Grelhas de observação e classificação.
Saber Estar / Saber Ser (Atitudes)	E/F/G	25%	Comportamento	<ul style="list-style-type: none"> • Aceita as decisões da arbitragem e trata com cordialidade e respeito os colegas de equipa e adversários; e todos os agentes educativos. 	Desempenho comportamental na sala de aula.	Grelhas de observação de desempenhos comportamentais.
			Empenho	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora na preparação, arrumação, preservação do diverso material utilizado. • Empenha-se ativamente em todas as tarefas propostas pelo professor, revelando atenção e interesse. 		
			Cooperação	<ul style="list-style-type: none"> • Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (“êxito pessoal e do grupo”). 		
			Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> • Traz todo o material necessário para a aula. • Realiza as propostas de trabalho de uma forma responsável, garantindo a segurança na realização das mesmas. • É pontual. 		

*ACPA – 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.

OBSERVAÇÃO: Os alunos dispensados da componente prática da disciplina de Educação Física, por períodos de tempo prolongados, cumprirão os objetivos definidos para as áreas dos Conhecimentos e Atitudes, de acordo com a seguinte ponderação: Saber (*CONHECIMENTOS*) – 60 % e Saber Ser / Saber Estar (*ATITUDES*) – 40 %

Critérios de avaliação – Educação Física – 2º ciclo – 6º Ano

Domínios	ACPA*	Pesos	Competências / Parâmetros de avaliação		Instrumentos e situações de avaliação (do aluno)	Documentos de registo (do professor)
Saber Fazer / Saber / Saber Estar (Conhecimentos e Capacidades) O aluno deve ficar capaz de:	C/E/G/J	55%	Atividades Físicas e Desportivas	<ul style="list-style-type: none"> • JOGOS – cooperar com os companheiros, na apresentação e organização dos jogos, e na escolha das ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo (adequadas ao objetivo e às regras do jogo); • JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS - cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Andebol, Basquetebol, Futebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras; • GINÁSTICA - realizar em exercício critério e sequência, elementos da Ginástica no solo; de aparelhos e minitrampolim, aplicando os critérios de correção técnica e combinação das destrezas; • ATLETISMO - realizar com oportunidade e correção as ações técnicas do Atletismo; • DANÇA – cooperar com os companheiros, apresentando sugestões de aperfeiçoamento da execução de habilidades e novas possibilidades de apresentação, considerando as sugestões/correções que lhe forem sugeridas. • ORIENTAÇÃO - cooperar com os companheiros, de forma a contribuir para o êxito na realização de percursos de orientação, respeitando as regras estabelecidas de participação e de segurança. 	Situação de jogo e/ou em exercício critério; sequência de elementos técnicos / gímnicos; coreografia; percurso.	Grelhas de observação e registo dos desempenhos por matéria: observação e registo de situação de jogo e/ou em exercício critério; sequência de elementos técnicos / gímnicos; coreografia; percurso.
	F/G/J	10%	Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> • 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: Aptidão Aeróbia (“vaivém”); Força Inferior (“salto horizontal”); Abdominais; Flexibilidade dos ombros e Corrida de Velocidade (40m). 	Bateria de testes <i>Fitescola</i> ® de aptidão muscular e aeróbia.	Grelhas de observação e registo (plataforma <i>Fitescola</i> ®).
	A/B/D/F/I	10%	Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer sumariamente a participação dos diferentes sistemas na manutenção da postura e na produção de movimento; • Conhecer e interpretar os indicadores da Aptidão Física; • Compreender as relações entre o exercício físico, a recuperação, o repouso e a alimentação na melhoria da Aptidão Física. 	Testes escritos; Trabalhos escritos; Apresentações; Questionamento oral.	Grelhas de observação e classificação.
Saber Estar / Saber Ser (Atitudes)	E/F/G	25%	Comportamento	<ul style="list-style-type: none"> • Aceita as decisões da arbitragem e trata com cordialidade e respeito os colegas de equipa e adversários; e todos os agentes educativos. 	Desempenho comportamental na sala de aula.	Grelhas de observação de desempenhos comportamentais.
			Empenho	<ul style="list-style-type: none"> • Colabora na preparação, arrumação, preservação do diverso material utilizado. • Empenha-se ativamente em todas as tarefas propostas pelo professor, revelando atenção e interesse. 		
			Cooperação	<ul style="list-style-type: none"> • Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (“êxito pessoal e do grupo”). 		
			Responsabilidade	<ul style="list-style-type: none"> • Traz todo o material necessário para a aula. • Realiza as propostas de trabalho de uma forma responsável, garantindo a segurança na realização das mesmas. • É pontual. 		

*ACPA – 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.

OBSERVAÇÃO: Os alunos dispensados da componente prática da disciplina de Educação Física, por períodos de tempo prolongados, cumprirão os objetivos definidos para as áreas dos Conhecimentos e Atitudes, de acordo com a seguinte ponderação: Saber (*CONHECIMENTOS*) – 60 % e Saber Ser / Saber Estar (*ATITUDES*) – 40 %