

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (2º ciclo) 2019-2020

		DOMÍNIOS	DESCRITORES DE DESEMPENHO	Áreas de competência do Perfil dos Alunos	PONDERAÇÃO
					TOTAL
COMPETÊNCIAS	CONHECIMENTOS / CAPACIDADES	ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> 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 movimentos. Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos 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. Compor e realizar, 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. Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. Interpretar, nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente. 	A,B,C,D,E,F,G, H,I,J	75%
		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 Fitescola®, para a sua idade e sexo. 	G,I,J	
		CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. 	A,B,C,D,F,I,J	
	ATTITUDES	RESPONSABILIDADE	<ul style="list-style-type: none"> Manifesta respeito por si e pelos outros; Cuida dos espaços comuns à comunidade; Faz-se acompanhar do material necessário; É pontual. 	D, E, F	25%
		EMPENHO	<ul style="list-style-type: none"> Procura apresentar trabalhos com qualidade; Trabalha para atingir o melhor resultado; É determinado perante as dificuldades 	D, E, F	
		CURIOSIDADE, REFLEXÃO, INOVAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> Quer aprender mais; Sabe refletir e criticar; É criativo / procura novas soluções e aplicações. 	D, E, F	
		PARTICIPAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> É interventivo / Participa de forma oportuna; Coopera com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas; 	D, E, F	
		AUTONOMIA	<ul style="list-style-type: none"> É autónomo, estabelecendo objetivos, traçando planos e projetos; Defende os direitos humanos; Defende o bem comum. 	D, E, F	

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS
<p>I -Fichas de avaliação sumativa</p> <p>II -Questão aula ou participação oral</p> <p>III -Fichas de trabalho individuais e/ou de grupo</p> <p>IV - Relatórios de aula</p> <p>V - Grelhas de observação direta focalizadas em (exercícios critério) e (no interesse; na capacidade de intervenção e argumentação na participação; na autonomia e no empenho)</p> <p>VI - Testes de desempenho físico</p>	<p>A - Linguagens e textos</p> <p>B- Informação e comunicação</p> <p>C- Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D- Pensamento crítico e criativo</p> <p>E- Relacionamento interpessoal</p> <p>F- Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>G- Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>H- Sensibilidade estética e artística</p> <p>I- Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J- Consciência e domínio do corpo</p>
<p>Nota: No final de cada semestre, a classificação final do aluno resulta da média ponderada de todas as classificações obtidas nos instrumentos de avaliação realizados até ao momento.</p>	

COMPETÊNCIA - CAPACIDADES E CONHECIMENTOS			
PERFIL DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO - 5º ANO			Nível
ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas	Muito Insuficiente	1
	O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	Insuficiente	2
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos três subáreas.	Suficiente	3
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas.	Bom	4
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos cinco subáreas.	Muito Bom	5
APTIDÃO FÍSICA	O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável	Muito Insuficiente	1
	O aluno apresenta três valores fora da zona saudável sendo um deles em resultado do teste de aptidão aeróbia	Insuficiente	2
	O aluno apresenta apenas dois valores fora da zona saudável, tendo o teste de aptidão aeróbia dentro da zona saudável	Suficiente	3
	O aluno apresenta apenas um valor fora da zona saudável, tendo o teste de aptidão da aeróbia dentro da zona saudável	Bom	4
	O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável	Muito Bom	5
CONHECIMENTOS	O aluno não domina os conteúdos	Muito Insuficiente	1
	O aluno apresenta dificuldades nos conteúdos	Insuficiente	2
	O aluno domina alguns conteúdos	Suficiente	3
	O aluno domina a maioria dos conteúdos	Bom	4
	O aluno domina a totalidade dos conteúdos	Muito Bom	5

COMPETÊNCIA - CAPACIDADES E CONHECIMENTOS			
PERFIL DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO - 6º ANO			Nível
ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno não desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas	Muito Insuficiente	1
	O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas.	Insuficiente	2
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos quatro subáreas.	Suficiente	3
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório, em pelo menos cinco subáreas.	Bom	4
	O aluno desenvolveu as competências essenciais de nível introdutório em três subáreas e ainda o nível elementar em duas subáreas.	Muito Bom	5
APTIDÃO FÍSICA	O aluno não apresenta nenhum valor que se encontre dentro da zona saudável	Muito Insuficiente	1
	O aluno apresenta três valores fora da zona saudável sendo um deles em resultado do teste de aptidão aeróbia	Insuficiente	2
	O aluno apresenta apenas dois valores fora da zona saudável, tendo o teste de aptidão aeróbia dentro da zona saudável	Suficiente	3
	O aluno apresenta apenas um valor fora da zona saudável, tendo o teste de aptidão da aeróbia dentro da zona saudável	Bom	4
	O aluno apresenta todos os valores dentro da zona saudável	Muito Bom	5
CONHECIMENTOS	O aluno não domina os conteúdos	Muito Insuficiente	1
	O aluno apresenta dificuldades nos conteúdos	Insuficiente	2
	O aluno domina alguns conteúdos	Suficiente	3
	O aluno domina a maioria dos conteúdos	Bom	4
	O aluno domina a totalidade dos conteúdos	Muito Bom	5

COMPETÊNCIA - ATITUDES			
PERFIL DE APRENDIZAGEM - NÍVEIS DE DESEMPENHO - 2º CICLO			Nível
RESPONSABILIDADE	Não consegue: Manifestar respeito por si e pelos outros; Cuidar dos espaços comuns à comunidade; Fazer-se acompanhar do material necessário; Ser pontual.	Muito Insuficiente	1
	Demonstra muitas dificuldades em: Manifestar respeito por si e pelos outros; Cuidar dos espaços comuns à comunidade; Fazer-se acompanhar do material necessário; Ser pontual.	Insuficiente	2
	Demonstra algumas dificuldades em: Manifestar respeito por si e pelos outros; Cuidar dos espaços comuns à comunidade; Fazer-se acompanhar do material necessário; Ser pontual.	Suficiente	3
	Demonstra facilidade em: Manifestar respeito por si e pelos outros; Cuidar dos espaços comuns à comunidade; Fazer-se acompanhar do material necessário; Ser pontual.	Bom	4
	Demonstra muita facilidade em: Manifestar respeito por si e pelos outros; Cuidar dos espaços comuns à comunidade; Fazer-se acompanhar do material necessário; Ser pontual.	Muito Bom	5
EMPENHO	Não consegue: Apresentar trabalhos com qualidade; Trabalhar para atingir o melhor resultado; Ser determinado perante as dificuldades.	Muito Insuficiente	1
	Demonstra muitas dificuldades em: Apresentar trabalhos com qualidade; Trabalhar para atingir o melhor resultado; Ser determinado perante as dificuldades.	Insuficiente	2
	Demonstra algumas dificuldades em: Apresentar trabalhos com qualidade; Trabalhar para atingir o melhor resultado; Ser determinado perante as dificuldades.	Suficiente	3
	Demonstra facilidade em: Apresentar trabalhos com qualidade; Trabalhar para atingir o melhor resultado; Ser determinado perante as dificuldades.	Bom	4
	Demonstra muita facilidade em: Apresentar trabalhos com qualidade; Trabalhar para atingir o melhor resultado; Ser determinado perante as dificuldades.	Muito Bom	5
CURIOSIDADE, REFLEXÃO INOVAÇÃO	Não consegue: Aprender mais; Refletir e criticar; Ser criativo / procurar novas soluções e aplicações.	Muito Insuficiente	1
	Demonstra muitas dificuldades em: Aprender mais; Refletir e criticar; Ser criativo / procurar novas soluções e aplicações.	Insuficiente	2
	Demonstra algumas dificuldades em: Aprender mais; Refletir e criticar; Ser criativo / procurar novas soluções e aplicações.	Suficiente	3
	Demonstra facilidade em: Aprender mais; Refletir e criticar; Ser criativo / procurar novas soluções e aplicações.	Bom	4
	Demonstra muita facilidade em: Aprender mais; Refletir e criticar; Ser criativo / procurar novas soluções e aplicações.	Muito Bom	5
PARTICIPAÇÃO	Não consegue: Ser interventivo / Participar de forma oportuna; Cooperar com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas;	Muito Insuficiente	1
	Demonstra muitas dificuldades em: Ser interventivo / Participar de forma oportuna; Cooperar com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas;	Insuficiente	2
	Demonstra algumas dificuldades em: Ser interventivo / Participar de forma oportuna; Cooperar com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas;	Suficiente	3
	Demonstra facilidade em: Ser interventivo / Participar de forma oportuna; Cooperar com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas;	Bom	4
	Demonstra muita facilidade em: Ser interventivo / Participar de forma oportuna; Cooperar com os colegas em tarefas e/ou trabalhos comuns; Cumprir as atividades propostas;	Muito Bom	5
AUTONOMIA	Não consegue: Ser autónomo, estabelecer objetivos, traçar planos e projetos; Defender os direitos humanos; Defender o bem comum.	Muito Insuficiente	1
	Demonstra muitas dificuldades em: Ser autónomo, estabelecer objetivos, traçar planos e projetos; Defender os direitos humanos; Defender o bem comum.	Insuficiente	2
	Demonstra algumas dificuldades em: Ser autónomo, estabelecer objetivos, traçar planos e projetos; Defender os direitos humanos; Defender o bem comum.	Suficiente	3
	Demonstra facilidade em: Ser autónomo, estabelecer objetivos, traçar planos e projetos; Defender os direitos humanos; Defender o bem comum.	Bom	4
	Demonstra muita facilidade em: Ser autónomo, estabelecer objetivos, traçar planos e projetos; Defender os direitos humanos; Defender o bem comum.	Muito Bom	5