

Critérios de avaliação e classificação		Ano letivo 2024/2025
Disciplina: <u>EDUCAÇÃO FÍSICA</u>	Ano de escolaridade: <u>5º</u>	Grupo Disciplinar: <u>260</u>

CONHECIMENTOS E CAPACIDADES				
Domínio(D) /Tema/ Módulo*	Ponderação	AE/Descritores de desempenho	Perfil do aluno	Processos de recolha de informação
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	40%	<p>Desenvolver as competências essenciais para o 5º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias, de diferentes subáreas:</p> <p>SUBÁREAS JOGOS</p> <p>-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.</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</p> <p>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Andebol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA</p> <p>-Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Solo), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</p> <p>-Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Danças), seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO e OUTRAS</p> <p>-Realizar e analisar do Atletismo (Corridas), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p>-Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Natação*), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p> <p>- Deslocar-se com segurança no Meio Aquático (Canoagem**), coordenando a posição com a propulsão/deslocamento do caiaque.</p>	<p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p>	<p>Observação direta</p> <p>Grelhas de registo</p> <p>Rubricas de avaliação</p>
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	10%	<p>-Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbica, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e sexo.</p> <p>O aluno, de acordo com os respetivos valores de referência encontra-se na zona: Precisa Melhorar; Zona Saudável; Perfil Atlético.</p>	<p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p>	<p>Testes Fitescola</p>
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	20%	<p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>	<p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p>	<p>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral</p> <p>Autoavaliação</p>

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

ATITUDES E VALORES				
Critérios	Ponderação*	AE/Descritores de desempenho	Perfil do aluno	Processos de recolha de informação
Cidadania	30%	<ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreadajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	Observação direta
Participação		<ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. 		Grelhas de observação
Responsabilidade		<ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. 		Rubrica de avaliação
Autorregulação e autoavaliação		<ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. 		

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

Os alunos com atestado médico (condições especiais), estarão dispensados da componente física/prática (matérias) de acordo com o relatório médico, sendo avaliados pelos Domínios (Atitudes e Valores e Conhecimentos dos três Domínios).

Critérios de avaliação e classificação		Ano letivo 2024/2025
Disciplina: <u>EDUCAÇÃO FÍSICA</u>	Ano de escolaridade: <u>5º</u>	Grupo Disciplinar: <u>260</u>

CONHECIMENTOS						
Domínio(D) /Tema/ Módulo*	Ponderação	AE/Descritores de desempenho	Perfil do aluno	Processos de recolha de informação		
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	40%	<p>SUBÁREAS JOGOS</p> <p>-Coopera 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).</p> <p>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Andebol)</p> <p>-Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos, aplicando as regras enquanto árbitro.</p> <p>-Conhecer o objetivo do jogo, identificar e discriminar as principais ações que o caracterizam, bem como, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras.</p> <p>SUBÁREA GINÁSTICA (Solo)</p> <p>-Cooperar com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>-Compreende e aprecia as destrezas gímnicas no solo de acordo com as exigências técnicas indicadas.</p> <p>SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (Danças)</p> <p>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.</p> <p>-Conhecer a origem cultural e histórica das Danças selecionadas e identificar as suas características bem como as suas zonas geográficas.</p> <p>SUBÁREAS ATLETISMO e OUTRAS (Natação*/Canoagem** e Atletismo)</p> <p>-Cooperar com os companheiros, incentivar e apoiar a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento.</p> <p>-Conhecer o objetivo do jogo/modalidade, as regras, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando esse conhecimento às funções de juiz/árbitro.</p>	<p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)</p> <p>Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>	<p>Observação direta</p> <p>Grelhas de registo</p> <p>Rubricas de avaliação</p>		
		ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	10%	<p>-Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®.</p>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p>	<p>Trabalhos e/ou Testes escritos e/ou Questionamento oral</p>
		ÁREA DOS CONHECIMENTOS	20%	<p>-Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>	<p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p>	<p>Autoavaliação</p>

* Modalidade abordada em Alijó ** Modalidade abordada no Pinhão

ATITUDES E VALORES				
Critérios	Ponderação ⁺	AE/Descritores de desempenho	Perfil do aluno	Processos de recolha de informação
Cidadania	35%	<ul style="list-style-type: none"> - Respeitar todos os membros da comunidade escolar. - Trabalhar de modo cooperativo com espírito de partilha e entreaajuda. - Adequar o comportamento. - Argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista. - Preservar os espaços e os equipamentos. 	A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	Observação direta
Participação	20%	<ul style="list-style-type: none"> - Participar na aula com intervenções de qualidade. - Participar nas atividades propostas. - Ter espírito de iniciativa. - Contribuir com ideias/propostas (novas/criativas) válidas para o desenvolvimento de tarefas/atividades. - Procurar ser autónomo na realização das atividades/tarefas. 		Grelhas de observação
Responsabilidade	30%	<ul style="list-style-type: none"> - Ter o material necessário para a aula. - Realizar todas as tarefas propostas. - Cumprir o prazo de realização das tarefas. - Ser pontual. - Ser organizado nos materiais escolares/colaborar na sua organização. 		Rubrica de avaliação
Autorregulação e autoavaliação	35%	<ul style="list-style-type: none"> - Ser perseverante e procurar fazer mais e melhor. - Demonstrar empenho na melhoria das aprendizagens após feedback. - Reconhecer as suas dificuldades e progressos. - Ter espírito crítico. - Ter sentido de justiça em relação ao trabalho realizado. 		