

## CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

### 5º Ano de Escolaridade

DOMÍNIOS	DESCRIPTORIOS DO DESEMPENHO	FATOR DE PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ATIVIDADE FÍSICA	<p>Desenvolver as competências essenciais, de <b>nível introdução em 3 matérias</b>, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Patinagem, Atividades Rítmicas Expressivas e Outras.</p> <p><b>-SUBÁREA JOGOS</b></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><b>-SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</b></p> <p>- Cooperar 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><b>-SUBÁREA GINÁSTICA</b></p> <p>-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, expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p><b>-SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <p>-Realizar do <b>ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos</b>, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e regulamentares.</p> <p><b>-SUBÁREA PATINAGEM</b></p> <p>- Patinar 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>-SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</b></p> <p>- Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</b>, em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p> <p><b>- OUTRAS</b></p> <p>- Realizar ações de oposição direta solicitadas de <b>COMBATE (Luta)</b>, utilizando as técnicas fundamentais de controlo e desequilíbrio, com segurança (própria e do opositor), aplicando as regras e os princípios éticos.</p> <p>Deslocar-se com segurança no <b>MEIO AQUÁTICO (Natação)</b>, coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.</p>	55 %	<p>- Observação contínua;</p> <p>- Registos de observação direta.</p>

	- Participar ativamente e cooperar nas situações de aprendizagem/organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom clima relacional, na atividade da turma.		
<b>CONHECIMENTOS</b>	- Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. - Conhecer as técnicas/táticas e as regras das atividades desportivas, utilizando a terminologia correta.	<b>15 %</b>	- Testes escritos; - Trabalhos individuais ou de grupo; - Questionamento oral.
<b>APTIDÃO FÍSICA</b>	-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. - Procurar elevar os seus níveis de aptidão física.	<b>10 %</b>	- Registo do nível de aptidão física.
<b>ATITUDES / COMPORTAMENTOS</b>	<b>Sentido de responsabilidade</b> - O aluno é pontual e apresenta-se devidamente equipado para a realização da aula. <b>Comportamento</b> - O aluno revela um comportamento adequado para a aula, cumprindo com as regras estabelecidas, e participa com empenho nas tarefas. <b>Assiduidade</b> - O aluno é assíduo. <b>Espírito de cooperação</b> - O aluno realiza as tarefas propostas em cooperação com os colegas e professor com vista á obtenção do sucesso individual e coletivo.	<b>20 %</b>	- Registos de observação direta.

	Atividades Físicas	Aptidão Física	Conhecimento
1 → 0 – 19%	<b>1I</b>	1ZSAF	Não cumpre os itens da área
2 → 20 – 49 %	<b>2I</b>	2ZSAF	
3 → 50 – 69 %	<b>3I</b>	3ZSAF	O aluno demonstra conhecimentos definidos para o 5º ano
4 → 70 - 89 %	<b>4I</b>	4ZSAF	
5 → 90 – 100%	<b>5I</b>	5ZSAF	

## ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

DOMÍNIOS	DESCRIPTORIOS DO DESEMPENHO	FATOR DE PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
ATIVIDADE FÍSICA	<p>-Desenvolver as competências essenciais, de <b>nível introdução em 3 matérias</b>, de diferentes subáreas: Jogos, Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo, Patinagem, Atividades Rítmicas Expressivas e Outras.</p> <p><b>-SUBÁREA JOGOS</b></p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo em JOGOS, desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras, como árbitro.</p> <p><b>-SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</b></p> <p>- Cooperar 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, como árbitro.</p> <p><b>-SUBÁREA GINÁSTICA</b></p> <p>- Analisar 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, expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p><b>-SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <p>- Analisar do <b>ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos</b>, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e regulamentares, como juiz.</p> <p><b>-SUBÁREA PATINAGEM</b></p> <p>- Analisar o equilíbrio, a segurança, as ações de deslocamento na realização de sequências rítmicas, percursos ou jogos.</p> <p><b>-SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS</b></p> <p>- Apreciar sequências de habilidades específicas elementares das <b>ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais)</b>, em coreografias individuais e/ou em grupo.</p> <p><b>- OUTRAS</b></p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo em <b>ATIVIDADE DE COMBATE (Luta)</b>, aplicando as regras, como árbitro.</p> <p>- Analisar da <b>Natação</b>, as destrezas específicas das técnicas selecionadas.</p>	55 %	<p>- Testes escritos;</p> <p>- Trabalhos individuais ou de grupo;</p> <p>- Questionamento oral;</p> <p>- Tarefas de apoio à aula;</p> <p>- Arbitragens.</p>
	<p>- Participar ativamente nas tarefas de organização e apoio da aula e cooperar nas situações de aprendizagem/organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom clima relacional, na atividade da turma.</p>		

<b>CONHECIMENTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</li> <li>- Conhecer as técnicas/táticas e as regras das atividades desportivas, utilizando a terminologia correta.</li> </ul>	<b>25 %</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Testes escritos;</li> <li>- Trabalhos individuais ou de grupo;</li> <li>- Questionamento oral.</li> </ul>
<b>ATITUDES / COMPORTAMENTOS</b>	<b>Sentido de responsabilidade</b> - O aluno é pontual e apresenta-se devidamente equipado para a realização da aula.	<b>20 %</b>	Registos de observação direta.
	<b>Comportamento</b> - O aluno revela um comportamento adequado para a aula, cumprindo com as regras estabelecidas, e participa com empenho nas tarefas.		
	<b>Assiduidade</b> - O aluno é assíduo.		
	<b>Espírito de cooperação</b> - O aluno realiza as tarefas propostas em cooperação com os colegas e professor com vista á obtenção do sucesso individual e coletivo.		