



DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES

Critérios Transversais/Específicos de Avaliação

Educação Física – 5.º Ano



Ano letivo de 2023-2024



Organizador Domínio/Tema	AE: Conhecimentos/Capacidades/Atitudes Descritores	PASEO	Instrumentos e Técnicas de Avaliação
<u>Conhecimentos (70%)</u> Conhecimentos 10%	Identifica as capacidades físicas; Resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. Conhece regras e Gestos Técnicos dos Desportos Coletivos e individuais. Identifica os Elementos Gímnicos na Ginástica de Solo e de Aparelhos.	Linguagem e textos (A) Informação e comunicação (B) Saber científico, técnico e tecnológico (I) Relacionamento Interpessoal (E) Consciência e domínio do corpo (J)	Para cada domínio é fundamental a diversificação de instrumentos de avaliação que permitam, simultaneamente, aprender, ensinar e avaliar. ▪ Fichas formativas; ▪ Fichas sumativas; ▪ Trabalhos individuais, de grupo/pares; ▪ Grelha de Observação de Aula; ▪ Trabalhos de Pesquisa; ▪ Utilização das TIC.



Organizador Domínio/Tema	AE: Conhecimentos/Capacidades/Atitudes Descritores:	PASEO	Instrumentos e Técnicas de Avaliação
<u>Conhecimentos (70%)</u> Aptidão física 10%	Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo. IMC Vai e vem Impulsão Vertical Impulsão Horizontal Abdominais Senta e Alcança	Linguagem e textos (A) Informação e comunicação (B) Saber científico, técnico e tecnológico (I) Relacionamento Interpessoal (E) Consciência e domínio do corpo (J)	Para cada domínio é fundamental a diversificação de instrumentos de avaliação que permitam, simultaneamente, aprender, ensinar e avaliar. ▪ Fichas formativas; ▪ Fichas sumativas; ▪ Trabalhos individuais, de grupo/pares; ▪ Grelha de Observação de Aula; ▪ Trabalhos de Pesquisa; ▪ Utilização das TIC.



AE: Capacidades/Atitudes Descritores:		PASEO	Instrumentos e Técnicas
Autonomia e cooperação 20%	Manifesta perseverança, autonomia e responsabilidade no cumprimento das suas tarefas. (10%) Autorregula a sua aprendizagem. (5%) Revela espírito de colaboração, cooperação e partilha de saberes. (5%)	Participativo/Colaborador (E) Responsável/Autónomo /A) Cuidador de si e do outro	Para cada domínio é fundamental a diversificação de instrumentos de avaliação que permitam, simultaneamente, aprender, ensinar e avaliar. <ul style="list-style-type: none">▪ Trabalhos individuais, de grupo/pares;▪ Observação de Aula;▪ Intervenções orais;▪ Trabalhos de Pesquisa;▪ Rubricas.
Pensamento crítico e criativo 10%	Demonstra iniciativa, participação e capacidade de argumentação. (5%) Desenvolve ideias e soluções de forma criativa e inovadora. (5%)	Pensamentos crítico e criativo (D) Participativo/Colaborador (E)	
Todas as crianças e jovens devem ser encorajados, nas atividades escolares, a desenvolver e a pôr em prática valores: a - Responsabilidade e integridade; b - Excelência e exigência; c - Curiosidade, reflexão e inovação; d - Cidadania e participação; e - Liberdade			



Departamento de Expressões

CONHECIMENTOS/CAPACIDADES (70%) - Perfis de Desempenho de Educação Física – 5.º ano

Nível 5 MUITO BOM	Nível 4 BOM	Nível 3 SUFICIENTE	Nível 2 INSUFICIENTE	Nível 1 M INSUFICIENTE
<ul style="list-style-type: none"> - Conhece/Executa com facilidade e qualidade a maioria das tarefas motoras propostas e com muito bom ritmo; - Utiliza muito bem os conceitos da disciplina; - Interpreta muito bem a informação, pesquisa em fontes diversas e toma decisões para resolver questões; - Conhece/Realiza muito bem as atividades propostos à turma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conhece/Executa grande parte das tarefas motoras propostas com facilidade e com bom ritmo; - Utiliza bem os conceitos da disciplina; - Interpreta bem a informação, pesquisa em fontes diversas e toma decisões para resolver questões; - Conhece/Realiza bem as atividades propostos à turma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conhece/Executa com algumas dificuldades as tarefas motoras e em ritmo razoável - Utiliza os conceitos básicos da disciplina; - Interpreta informação, pesquisa e resolve questões básicas; - Conhece/Realiza algumas das atividades propostos à turma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conhece/Executa com grandes dificuldades a maioria das tarefas motoras propostas e em ritmo lento; - Utiliza alguns conceitos básicos da disciplina; - Não interpreta informação nem resolve questões básicas; - Não Conhece/Não realiza muitas das atividades propostos à turma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Não Conhece/Não Executa grande parte das tarefas motoras e executa as outras com grande dificuldade; - Não utiliza os conceitos básicos da disciplina; - Não interpreta informação nem resolve questões básicas; - Não Conhece/Não realiza nenhuma das atividades e projetos propostos à turma.



Departamento de Expressões

AUTONOMIA E COOPERAÇÃO (20%) - Perfis de Desempenho de Educação Física – 5.º ano

Nível 5 MUITO BOM	Nível 4 BOM	Nível 3 SUFICIENTE	Nível 2 INSUFICIENTE	Nível 1 M INSUFICIENTE
<p>Manifesta muita perseverança e responsabilidade no cumprimento das tarefas.</p> <p>Autorregula com muita facilidade a sua aprendizagem.</p> <p>Revela espírito de colaboração, cooperação e partilha de saberes.</p>	<p>Manifesta perseverança e responsabilidade no cumprimento das tarefas.</p> <p>Autorregula com facilidade a sua aprendizagem.</p> <p>Revela espírito de colaboração, cooperação e partilha de saberes.</p>	<p>Manifesta pontualmente perseverança e responsabilidade no cumprimento das tarefas.</p> <p>Autorregula a sua aprendizagem.</p> <p>Revela algum espírito de colaboração, cooperação e partilha de saberes.</p>	<p>Manifesta pouca perseverança e responsabilidade no cumprimento das tarefas.</p> <p>Autorregula a sua aprendizagem com o apoio do professor.</p> <p>Revela pouco espírito de colaboração, cooperação e partilha de saberes.</p>	<p>Ainda não manifesta perseverança nem responsabilidade no cumprimento das tarefas.</p> <p>Ainda não autorregula a sua aprendizagem.</p> <p>Ainda não revela espírito de colaboração, cooperação e nem partilha de saberes.</p>



Departamento de Expressões

PENSAMENTO CRÍTICO E CRIATIVO (10%) - Perfis de Desempenho de Educação Física – 5.º ano

Nível 5 MUITO BOM	Nível 4 BOM	Nível 3 SUFICIENTE	Nível 2 INSUFICIENTE	Nível 1 M INSUFICIENTE
Demonstra muita iniciativa, participação e capacidade de argumentação. Desenvolve ideias e soluções de forma muito criativa e inovadora	Demonstra iniciativa, participação e capacidade de argumentação. Desenvolve ideias e soluções de forma criativa e inovadora.	Demonstra alguma iniciativa, participação e capacidade de argumentação. Desenvolve irregularmente ideias e soluções de forma criativa e inovadora.	Demonstra pouca iniciativa, participação e capacidade de argumentação. Desenvolve ideias e soluções de forma pouco criativa e inovadora.	Ainda não demonstra iniciativa, participação nem capacidade de argumentação. Ainda não desenvolve ideias e soluções de forma criativa e inovadora.

Aprovado em reunião de Departamento 19/07/2022

Aprovado em Conselho Pedagógico 05/09/2022