

EDUCAÇÃO FÍSICA - 2º CICLO

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	<i>Muito Bom</i> <i>Nível 5 (90-100%)</i> <i>18-20 valores</i>	<i>Bom</i> <i>Nível 4 (70-89%)</i> <i>14-17 valores</i>	<i>Suficiente</i> <i>Nível 3 (50-69%)</i> <i>10-13 valores</i>	<i>Insuficiente</i> <i>Nível 2 (20-49%)</i> <i>5-9 valores</i>	<i>Insuficiente</i> <i>Nível 1 (0-19%)</i> <i>0-4 valores</i>
Conhecimento Científico	Adquire e aplica sempre/quase sempre os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos	Adquire e aplica muitas vezes os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos	Adquire e aplica algumas vezes os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos	Adquire e aplica poucas vezes os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos	Raramente adquire e aplica os conhecimentos e conceitos previstos nas aprendizagens essenciais, as metodologias e as técnicas ao nível dos domínios: Atividades Física, Aptidão Física e Conhecimentos
Comunicação	Comunica sempre/quase sempre com correção , nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe sempre/quase sempre o seu trabalho de forma adequada.	Comunica muitas vezes com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe frequentemente o seu trabalho de forma adequada.	Comunica algumas vezes com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe algumas vezes o seu trabalho de forma adequada.	Comunica poucas vezes com correção, nas diferentes situações com clareza e pertinência. Produz materiais em diferentes formatos e expõe poucas vezes o seu trabalho de forma adequada.	Comunica com grandes dificuldades . Não produz produtos em diferentes formatos e não expõe o trabalho que produz de forma adequada.
Atitudes e Valores	Revela sempre/quase sempre hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta sempre/quase sempre ideias, diversificadas e originais. Evidencia sempre/quase sempre atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela muitas vezes hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta muitas ideias, diversificadas e originais. Evidencia muitas vezes atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela a algumas vezes hábitos de pensamento crítico, contribuindo para o debate de ideias com posições bem fundamentadas e argumentações sólidas e pertinentes. Apresenta ideias, diversificadas e originais. Evidencia algumas vezes atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Revela poucas vezes hábitos de pensamento crítico. Apresenta poucas vezes ideias, diversificadas e originais. Evidencia poucas vezes atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.	Não revela hábitos de pensamento crítico. Não apresenta ideias diversificadas e originais. Não evidencia atitudes que demonstram um exercício de responsabilidade e de cidadania.

Áreas de Competência (PASEO)	Critérios de Avaliação	Domínios	Pesos / Ponderações	Descritores de desempenho	Instrumentos de Recolha de Informação
A. Linguagens e textos B. Informação e comunicação C. Raciocínio e resolução de problemas D. Pensamento crítico e criativo E. Relacionamento interpessoal F. Desenvolvimento pessoal e autonomia G - Bem-estar, saúde e ambiente	Conhecimento Científico 60%	ATIVIDADES FÍSICAS	70%	5ºANO O aluno desenvolve as competências essenciais para o 5.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em três matérias de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: SUBÁREA JOGOS SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS SUBÁREA GINÁSTICA SUBÁREA ATLETISMO SUBÁREA ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS SUBÁREA OUTRAS 6ºANO O aluno desenvolve as competências essenciais para o 6.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em quatro matérias de diferentes subáreas do seguinte conjunto de possibilidades: SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (uma matéria) SUBÁREA GINÁSTICA (uma matéria) SUBÁREA ATLETISMO, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS RAQUETAS E OUTRAS (duas matérias)	Ficha de registo de observação em contexto de aula Fichas de avaliação formativa e de avaliação sumativa Observação direta: situações de jogo, exercícios critério e circuitos técnicos, Questionamento na aula Aplicação dos conhecimentos Ficha de registo decorrentes do questionamento oral Grelha de autoavaliação

H. Sensibilidade estética e artística I. Saber científico, técnico e tecnológico J - Consciência e domínio do corpo		APTIDÃO FÍSICA	30%	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.	Grelha de registo Observação direta: Vaivém ou milha Abdominais Flexões de braços Impulsão horizontal Flexibilidade dos membros inferiores Flexibilidade dos membros superiores IMC
	Comunicação 20%	CONHECIMENTOS	20%	5º ANO Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. 6º ANO Identifica 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.	Ficha de registo decorrentes do questionamento oral Apresentação de trabalhos dos conhecimentos Fichas de avaliação sumativa
	Atitudes e Valores 20%	Responsabilidade (Assiduidade, Pontualidade, Material Escolar) Relacionamento Interpessoal (Cidadania Ativa, Cooperação, Comportamento)	4 8	20%	É sempre assíduo, pontual e portador do equipamento necessário à prática das atividades físicas; Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e o do grupo; Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros; Aceita o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio; Interessa-se e apoia os esforços dos companheiros e promove a entreatajuda; Cooperar nas situações de

		Interesse/Empenho (Participação, Realização de Tarefas)	4	aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma; Apresenta iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade; Combina com os companheiros decisões e tarefas de grupo com respeito pelas possibilidades individuais.	
		Autonomia e Criatividade	4		