



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2024/2025

DEPARTAMENTO CURRICULAR EXPRESSÕES.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE – EDUCAÇÃO FÍSICA_ 5ºANO

Domínios	Ponderação	Descritores de desempenho	Articulação com o 1º PASEO	Processos de recolha de informação
D1 - ATIVIDADES FÍSICAS Jogos Pré Desportivos Jogos Desportivos Coletivos Ginástica Atletismo Patinagem Raquetes Outros	60%	- Utiliza linguagem e símbolos associados à disciplina . Domina e interpreta códigos relativos à linguagem específica da disciplina. . Utiliza linguagens verbais e não-verbais para significar e comunicar, recorrendo a gestos, sons, palavras, números e imagens. . Sabe questionar uma situação. - Utiliza estratégias diversificadas para obter informação e comunicar . Pesquisa sobre matérias escolares e temas do seu interesse. . Descreve, explica e justifica as suas ideias, procedimentos e raciocínios. . É capaz de argumentar. . Adquire e articula, com rigor, conhecimento, informação e outros saberes para participar de forma adequada e resolver problemas em contextos diferenciados. . Seleciona informação pertinente que permita analisar e interpretar atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética	A B C D E F G H I J	• Observações diretas (formais e informais) • Formulação de questões • Produção de Relatórios • Apresentações • Debates • Trabalho individual • Listas / grelhas de verificação • Autoavaliação e heteroavaliação dos alunos

1 Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2024/2025

Domínios	Ponderação	Descritores de desempenho	Articulação com o 1º PASEO	Processos de recolha de informação
		desportiva, etc. . Executa tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos. . Estabelece relações intra e interdisciplinares. - Desenvolve a sensibilidade estética e artística, e a consciência e domínio do corpo . Desenvolve ideias criativas e com sentido no contexto a que dizem respeito. . Recorre à imaginação, desenvoltura e flexibilidade. . Revela sentido estético e valoriza diferentes manifestações culturais. . Participa em JOGOS PRÉ DESPORTIVOS (Bola ao Capitão, Bola oval ou azeitona, “Bitoque” rãguebi, Raquetes, ...) 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, Futsal, Voleibol), desempenhando com oportunidade e correção as ações solicitadas pelas situações de jogo, aplicando a ética do jogo e as suas regras.		

1 Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2024/2025

Domínios	Ponderação	Descritores de desempenho	Articulação com o 1º PASEO	Processos de recolha de informação
		. Compõe, realiza e analisa da GINÁSTICA (Solo, Aparelhos), as destrezas elementares dos saltos, do solo e nos aparelhos (plinto, boque e minitrampolim), em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios. . Realiza e analisa, do ATLETISMO, saltos (Salto em comprimento) e corridas (Resistência, Velocidade), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. . Na PATINAGEM, patina adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais». . Elabora sequências de habilidades. . Elabora coreografias. . Resolve problemas em situações de jogo. . Explora materiais. . Explora o espaço, ritmos, música, relações interpessoais, etc. . Cria um objeto, texto ou solução, face a um desafio.		

1 Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS**
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2024/2025

Domínios	Ponderação	Descritores de desempenho	Articulação com o PASEO ¹	Processos de recolha de informação
D2 - APTIDÃO FÍSICA Resistência Força Velocidade Flexibilidade	10%	. Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de APTIDÃO FÍSICA do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.	C F G J	• Testes • Observações diretas (formais e informais) • Produção de Relatórios • Listas / grelhas de verificação • Autoavaliação e heteroavaliação dos alunos
D3 - CONHECIMENTOS	10%	- Procura respostas para novas situações, analisa a informação e aplica-a em contextos específicos . Define e executa estratégias adequadas para responder às questões colocadas. . Analisa criticamente as conclusões a que chega, reformulando, se necessário, as estratégias adotadas. . Trabalha com recurso a materiais e conhecimentos técnicos, científicos e socioculturais. . Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde. . Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado; . Conhece o objetivo de cada modalidade / matéria, as suas habilidades básicas e ações técnico táticas	C D I	• Formulação de questões • Produção de Relatórios • Apresentações • Debates • Trabalho individual • Listas / grelhas de verificação • Autoavaliação e heteroavaliação dos alunos

1 Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

ANO LETIVO 2024/2025

Domínios	Ponderação	Descritores de desempenho	Articulação com o PASEO ¹	Processos de recolha de informação
		fundamentais; . Conhece os aspetos regulamentares mais importantes das diferentes modalidades / matérias. . Aplica com correção e assertividade as ações técnicas e/ou táticas de acordo com a situação em que se encontra.		
D4 - DESENVOLVIMENTO PESSOAL E RELACIONAMENTO INTERPESSOAL	20%	- Contribui para o bom funcionamento da aula (relacionamento interpessoal; cooperação; solidariedade; mediação de conflitos). - Sabe trabalhar em grupo, desempenhando diferentes papéis, respeitando, ouvindo e promovendo a participação de todos os elementos do grupo. - Revela interesse/empenho; atenção/concentração; autonomia; capacidade de iniciativa; curiosidade. - Cumpre normas e regras (pontualidade, assiduidade, material). - Realiza as tarefas propostas utilizando o <i>feedback</i> para adquirir/ melhorar/ consolidar aprendizagens. - Faz auto e heteroavaliação, de forma fundamentada, identificando pontos fracos e fortes.	E F	• Registos de observação direta (formal e informal); • Auto e heteroavaliação dos alunos

1 Áreas de competência do Perfil dos Alunos: A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo; E - Relacionamento interpessoal; F – Desenvolvimento Pessoal e Autonomia; G – Bem-estar, saúde e ambiente; H – Sensibilidade estética e artística; I – Saber científico, técnico e tecnológico; J – Consciência e domínio do corpo