



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)

Operacionalização dos Critérios de Avaliação na Disciplina de Educação Física do 5º Ano

Ano Letivo 2024/ 2025

Domínios	Ponderação	Aprendizagens Essenciais: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Descritores do Perfil dos Alunos	Standards e Descritores de Desempenho					TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
				5	4	3	2	1	
				Excelente	Satisfaz Bastante	Satisfaz	Não Satisfaz	Não Satisfaz/ Fraco	
ÁREA DAS ATIVIDADE ES FÍSICAS	70%	<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>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos 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>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 e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p> <p>Realizar, do ATLETISMO, saltos,</p>	<p>Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo / Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/ Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p>	<p>Adquiriu com muita facilidade as aprendizagens essenciais. Com excelente domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela excelente consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com facilidade as aprendizagens essenciais. Com bom domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela boa consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com alguma facilidade as aprendizagens essenciais. Com algum domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela alguma consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com alguma dificuldade parte das aprendizagens disciplinares essenciais. Com pouco domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela pouca consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Não adquiriu as aprendizagens essenciais. Sem domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela muito pouca consciência e domínio do corpo.</p>	Grelhas de Registo de Desempenho Prático



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)

		<p>corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETAS (Badminton) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações individuais e a pares, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente.</p>	<p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>						
--	--	---	---	--	--	--	--	--	--



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)

<p>ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA</p>	<p>20%</p>	<p>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.</p>		<p>O aluno atinge a zona saudável em todos os testes da aptidão física realizados</p>	<p>O aluno atinge a zona saudável em mais de metade dos testes da aptidão física realizados</p>	<p>O aluno atinge a zona saudável em metade dos testes da aptidão física realizados</p>	<p>O aluno atinge a zona saudável em menos de metade dos testes da aptidão física realizados</p>	<p>O aluno não atinge na zona saudável em todos os testes da aptidão física realizados</p>	<p>Grelhas de Registo de Desempenho da Plataforma Fitescola</p>
<p>ÁREA DO CONHECIMENTO</p>	<p>10%</p>	<p>Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado.</p>		<p>Revela excelente domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela bom domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela suficiente domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela pouco domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela fraco domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Grelhas Registo para apresentação o escrita, digital ou oral, (fichas de avaliação escritos, digitais e/ou orais, ...)</p>



Operacionalização dos Critérios de Avaliação na Disciplina de Educação Física do 6º Ano

Ano Letivo 2024/ 2025

Domínios	Ponderação	Aprendizagens Essenciais: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Descritores do Perfil dos Alunos	Standards e Descritores de Desempenho					TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
				5	4	3	2	1	
				Excelente	Satisfaz Bastante	Satisfaz	Não Satisfaz	Não Satisfaz/ Fraco	
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	70%	<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>Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos 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>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 e expressão e apreciando os esquemas de acordo com esses</p>	<p>Conhecedor/ Sabedor/ Culto/ Informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo / Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/ Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)</p>	<p>Adquiriu com muita facilidade as aprendizagens essenciais. Com excelente domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela excelente consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com facilidade as aprendizagens essenciais. Com bom domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela boa consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com alguma facilidade as aprendizagens essenciais. Com algum domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela alguma consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Adquiriu com alguma dificuldade parte das aprendizagens disciplinares essenciais. Com pouco domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela pouca consciência e domínio do corpo.</p>	<p>Não adquiriu as aprendizagens essenciais. Sem domínio da linguagem e textos específicos, da informação e comunicação, do raciocínio e resolução de problemas quando aplicável e do pensamento crítico e criativo. Revela muito pouca consciência e domínio do corpo.</p>	Grelhas de Registo de Desempenho Prático



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)

		<p>critérios.</p> <p>Realizar, do ATLETISMO, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares.</p> <p>Interpretar sequências de habilidades específicas elementares das ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade considerados, de acordo com os motivos das composições.</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos JOGOS DE RAQUETAS (Badminton) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações individuais e a pares, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar PERCURSOS (Orientação) elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação e de preservação da qualidade do ambiente.</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>Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p>						
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	20%	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.		O aluno atinge a zona saudável em todos os testes da aptidão física realizados	O aluno atinge a zona saudável em mais de metade dos testes da aptidão física realizados	O aluno atinge a zona saudável em metade dos testes da aptidão física realizados	O aluno atinge a zona saudável em menos de metade dos testes da aptidão física realizados	O aluno não atinge na zona saudável em todos os testes da aptidão física realizados	Grelhas de Registo de Desempenho da Plataforma Fitescola



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)

<p>ÁREA DO CONHECIMENTO</p>	<p>10%</p>	<p>Identificar 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</p>	<p>Revela excelente domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela bom domínio de conhecimento o informação e outros saberes</p>	<p>Revela bom domínio de conhecimento o informação e outros saberes</p>	<p>Revela suficiente domínio de conhecimento o informação e outros saberes</p>	<p>Revela pouco domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Revela fraco domínio de conhecimento informação e outros saberes</p>	<p>Grelhas Registo para apresentação escrita, digital ou oral, (fichas de avaliação escritos, digitais e/ou orais, ...)</p>
-----------------------------	------------	--	---	---	---	--	---	---	--



Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)
