

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – Currículo ao abrigo de Decreto-Lei 55/2018

Ensino Básico (2º Ciclo) – Educação Física

Departamento Curricular: Expressões

Disciplina: Educação Física

Ano Letivo: 2020_2021

DOMÍNIO	DESCRIPTORIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO
Atividade Física e Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolve as aprendizagens essenciais de nível Introdução em matérias de diferentes subáreas (três para o 5.º ano e quatro para o 6.º Ano), do seguinte conjunto de possibilidades: Jogos (5.º Ano); Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futsal, Andebol e Voleibol; Ginástica (Solo e Aparelhos); Atletismo (Saltos, Corridas e Lançamentos); Raquetes; Outras. - Analisa e interpreta a realização das atividades físicas, utilizando os conhecimentos sobre técnica, tática, regras, organização e participação, ética desportiva, ... - Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física, para a sua idade e sexo. (5.º/6.º Anos) 	70%
Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do esforço realizado. (5.º/6.º Ano) - Interpreta as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física. (6.º Ano) 	10%
Desenvolvimento Pessoal e interpessoal	<ul style="list-style-type: none"> - Cumpre as regras de interação social - Evidencia espírito de colaboração, cooperação e entreajuda - É responsável - Respeita os outros 	20%

INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

- Grelhas de observação (atividades da aula)
- Grelhas de Avaliação (exercícios critério/ jogo)
- Testes de Aptidão Física
- Trabalhos de pesquisa/ Relatórios/ Fichas de Trabalho/ Testes escritos
- Auto e heteroavaliação