

PERFIL DE DESEMPENHO - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 5º ANO

Competências Perfil do aluno	ÁREAS	SUBÁREAS	MB 5	Bom 4	S 3	Insuficiente 2	MB 1	P o n d.	
<p>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</p>	Atividades Físicas	<p><b>JPD - Jogos pré desportivos</b> e <b>JDC -Jogos Desportivos Coletivos</b> - Participar em jogos realizando habilidades básicas e ações técnico-táticas fundamentais, com oportunidades. <b>GIN - Ginástica</b> Compor, realizar e apreciar as destrezas elementares de solo e aparelhos <b>ATL - Atletismo</b> Realizar, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados. <b>ARE - Dança</b> Interpretar, criar e apreciar sequências de habilidades específicas elementares das danças, <b>PAT - Patinagem</b> Patinar com equilíbrio e segurança <b>Outras – Natação / Luta ...</b></p>	<p><b>Supera o nível Bom</b></p>	<p>O aluno atinge competências de nível introdutório em: <b>4 subáreas diferentes</b></p>	<p><b>Nível Intermediário</b></p>	<p>O aluno não atinge competências de nível introdutório em: <b>3 subáreas diferentes</b></p>	<p><b>Não atinge o nível Insuficiente</b></p>	<p><b>60%</b></p>	
	Aptidão física	<p><b>Resistência</b> - Ações motoras globais de longa duração com intensidade moderada a vigorosa <b>Força</b> - ações motoras de contração muscular localizada, vencendo resistências, de carga fraca ou ligeira. <b>Flexibilidade</b>- ações motoras com grande amplitude, à custa de elevada mobilidade articular e elasticidade muscular, <b>Velocidade</b>- ações motoras globais de curta duração com o máximo de intensidade naquele tempo. <b>Destreza geral</b> - movimentos de deslocamento no espaço associados a movimentos segmentares, com alternância de ritmos e velocidade</p>		<p>O aluno atinge a zona saudável de aptidão física em: 3 testes da bateria FitEscola:  Um de resistência Um de força Um de flexibilidade</p>		<p>O aluno não progride, com evidência, no seu desempenho ao nível do(s) testes de em que não se encontra na zona saudável</p>			<p><b>20%</b></p>
	Conhecimentos	<p><b>Aptidão Física – capacidades físicas</b></p>		<p>O aluno <b>identifica</b> e <b>relaciona</b> as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade e coordenação, de acordo com o tipo de esforço realizado</p>		<p>O aluno <b>não identifica</b> as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação.</p>			<p><b>20%</b></p>
				<p>o aluno demonstra cada uma das competências do perfil do aluno</p>		<p>o aluno não demonstra as competências do perfil do aluno</p>			

Notas: - a avaliação é sempre formativa, mesmo a que resulta de uma classificação no final do 1.º semestre, com exceção da avaliação do final do 2.º semestre, que é sumativa e que resulta do juízo globalizante do ano; - os instrumentos de avaliação devem ser diversificados; - a dificuldade registada num determinado momento do ano não deve ser considerada na avaliação do 2.º semestre, quando se deteta que o aluno já superou o problema.



