



Critérios de Avaliação

ALUNOS QUE POR ATESTADO MÉDICO NÃO REALIZAM A PARTE PRÁTICA

ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Aprendizagens essenciais e área de competências	Formas de avaliação	Fator de ponderação
Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas. ➤ Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas, em aptidão física. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Teste de conhecimentos 	30%
	<p>Conhecer os conteúdos das matérias abordadas na área das atividades Físicas:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Intervenção oral e participação 	30%
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Participar em jogos, ajustando a iniciativa 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. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Trabalhos diversos: individuais, pares ou grupo 	25%
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cooperar com os companheiros para 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. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Grelhas de verificação de competências /observação direta 	15%
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Compor e realizar, da Ginástica (solo e Aparelhos) 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. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ficha de autoavaliação 	



	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realizar, do Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, segundo padrões simplificados, e cumprindo corretamente as exigências elementares técnicas e regulamentares. ➤ Patinar com equilíbrio e segurança, ajustando as suas ações para orientar o seu deslocamento com intencionalidade e oportunidade na realização de sequências rítmicas, percurso ou jogos. ➤ Natação, deslocar-se com segurança no Meio Aquático, coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas Crol e Costas. <ul style="list-style-type: none"> • (A,B,C,D,E,F,G,H, I,J) 		
--	--	--	--

• **Legenda das Áreas de Competências:**

- 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

A Subcoordenadora:

Teresa Faria