



Critérios de Avaliação de Educação Física – 10º ANO

| Domínio | Ponderações específicas | | | |
|--|---|---------------------------------|---|--|
| | Conhecimentos, capacidades e atitudes | Competências do perfil do aluno | Estratégias | Instrumentos de Avaliação |
| Área das Atividades Físicas 80% | <ul style="list-style-type: none">• Conhecimentos e capacidades relativas às matérias selecionadas (Ver planificações) - 50%• Atitudes e Valores<ul style="list-style-type: none">• Participação e empenho – 15%• Pontualidade – 5%• Portador de material necessário – 10% | A, B, C, D, E, F, G, H, I, J | Exercícios critério; Jogos reduzidos; Jogos condicionados; Jogos formais; Grupos homogéneos e heterogéneos. | Grelhas de registo Relatórios/trabalhos |
| Área da Aptidão Física 10% | <ul style="list-style-type: none">• 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. | B, F, G, I, J | | Aplicação da bateria de testes Fitescola® |
| Área dos conhecimentos 10% | <ul style="list-style-type: none">• Conhecimentos e capacidades relativas às matérias selecionadas (Ver planificações) | A, B, C, D, E, F, G, H, I | | Relatórios/trabalhos |

Obs: O aluno com atestado médico prolongado, ao estar impossibilitado de realizar a componente prática da disciplina, deve ser avaliado teoricamente (ex: trabalhos escritos, apresentações, fichas...) na Área das Atividades físicas e na Área da Aptidão Física. Na Área dos Conhecimentos o aluno é avaliado de acordo com os critérios aplicados a todos os alunos.