

Critérios de Avaliação – Educação Física – Ensino Secundário

Domínios Ponderações	AE: Conhecimentos, Capacidades e Atitudes	Descritores de desempenho					Instrumentos de avaliação
		0 – 4 valores	5 - 9 valores	10 – 13 valores	14 – 17 valores	18 – 20 valores	
Atividades Físicas 70%	Execução	Executa com muita dificuldade as habilidades motoras e os gestos específicos.	Executa com dificuldade as habilidades motoras e os gestos específicos.	Domina as habilidades motoras e os gestos específicos fundamentais.	Ajusta bem as habilidades motoras e os gestos específicos a novas situações.	Domina muito bem todas as habilidades motoras e os gestos específicos.	<ul style="list-style-type: none"> - Listas de verificação; - Observações informais; - Trabalhos; - Autoavaliação.
	Cooperação	Não coopera com os companheiros para o alcance dos objetivos nos jogos desportivos coletivos/ desportos individuais.	Coopera, ocasionalmente, com os companheiros para o alcance dos objetivos nos jogos desportivos coletivos/ desportos individuais.	Coopera, normalmente, com os companheiros para o alcance dos objetivos nos jogos desportivos coletivos/ desportos individuais.	Coopera, frequentemente, com os companheiros para o alcance dos objetivos nos jogos desportivos coletivos/ desportos individuais.	Coopera sempre com os companheiros para o alcance dos objetivos nos jogos desportivos coletivos/ desportos individuais.	
Aptidão Física 20%	Capacidades motoras	Apresenta valores muito distantes da ZSAF	Apresenta valores com algum distanciamento da ZSAF	Apresenta valores no limiar da ZSAF	Apresenta valores dentro da ZSAF	Apresenta valores para além da ZSAF	
Conhecimentos 10%	Interpretação	Não conhece nem interpreta os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e/ou os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.	Conhece e identifica superficialmente os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e/ou os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.	Conhece e identifica satisfatoriamente os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e/ou os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.	Conhece e identifica bem os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e/ou os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.	Conhece e identifica muito bem os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e/ou os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.	

**Departamento de Expressões
Grupo 620**