

EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
3º CICLO

ÁREAS	P	M	NP	INSTRUM. DE AVALIAÇÃO	MODALIDADES	
					SUB-ÁREAS	MATÉRIAS
ATIVIDADES FÍSICAS -PRESTAÇÃO MOTORA -EVOLUÇÃO NA APRENDIZAGEM	55%	55%	55%	Grelhas de observação e de registo	JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS	RABIA, JOGO DOS PASSES, BOLA AO FUNDO, BOLA AO CAPITÃO
					JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	BASQUETEBOL, FUTEBOL, ANDEBOL, VOLEIBOL E CORFEBOL
					GINÁSTICA	SOLO, APARELHOS E ACROBÁTICA
					ATLETISMO	CORRIDAS, SALTOS, LANÇAMENTOS
					RAQUETAS	BADMÍNTON E TÊNIS
	DANÇA	DANÇA CRIATIVA, DANÇAS SOCIAIS E DANÇAS TRADICIONAIS				
	ATITUDES E VALORES					
	COOPERAÇÃO E RESPEITO PELO OUTRO					
	EMPENHO, RESPONSABILIDADE E AUTONOMIA					
	PARTICIPAÇÃO NAS ATIVIDADES					
APRESENTAÇÃO, ORGANIZAÇÃO E UTILIZAÇÃO DOS MATERIAIS E EQUIPAMENTOS						
ASSIDUIDADE E PONTUALIDADE						
25%	25%	25%				

APTIDÃO FÍSICA	10%	10%	10%	Grelhas de registo Tabelas do FitEscola	BATERIA DE TESTES DO FITESCOLA	
					VAI-DEM	35%
					IMPULSO HORIZONTAL	15%
					ABDOMINAIS	20%
					FLEXÕES DE BRAÇOS	15%
					SENTA E ALCANÇA	15%

CONHECIMENTOS	10%	10%	10%	FICHAS TESTES TRABALHOS QUESTÕES NA AULA RELATÓRIOS	TEMAS	
					CAPACIDADES MOTORAS	
					BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA A SAÚDE	
					ALIMENTAÇÃO E SAÚDE	
					APTIDÃO FÍSICA	
					JOGOS OLÍMPICOS E ÉTICA DESPORTIVA	

P – Presencial

M – Misto

NP – Não Presencial