

EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
ENSINO SECUNDÁRIO

ÁREAS	P	M	NP	INSTRUM. DE AVALIAÇÃO	MODALIDADES		
					SUB-ÁREAS	MATÉRIAS	
ATIVIDADES FÍSICAS -PRESTAÇÃO MOTORA -EVOLUÇÃO NA APRENDIZAGEM	45%	45%	45%	Grelhas de observação e de registo	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	BASQUETEBOL, FUTEBOL, ANDEBOL, VOLEIBOL E CORFEBOL	
					GINÁSTICA	SOLO, APARELHOS E ACROBÁTICA	
					ATLETISMO	CORRIDAS, SALTOS, LANÇAMENTOS	
					RAQUETAS	BADMINTON E TÉNIS	
					DANÇA	DANÇA CRIATIVA, DANÇAS SOCIAIS E DANÇAS TRADICIONAIS	
	30%	30%	30%		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		
APTIDÃO FÍSICA	15%	15%	15%	Grelhas de registo Tabelas do FitEscola	BATERIA DE TESTES DO FITESCOOLA		
					VAI-VEM	35%	
					IMPULSÃO 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