

DOMÍNIOS	CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	DESCRITORES	INSTRUMENTOS	COTAÇÕES
Atividades Físicas Desportivas	Cooperação	Aceita e dá sugestões que favoreçam a melhoria das suas ações, cumprindo as regras de segurança, bem como da preparação, da arrumação e da preservação do material.	Grelha de Registo de Observação	Nível Introdutório – I Nível Elementar – E
	Correção Técnica	Realiza com oportunidade e correção técnica todos os gestos/elementos/conteúdos solicitados.		CrITÉrio de Êxito 10ºano O aluno desenvolve as competências essenciais de nível Introdutório em 5 matérias e de nível Elementar em 1 matéria, pertencentes a diferentes subáreas: Suficiente – 5 I + 1 E Bom – 4 I + 2 E Muito Bom – 2 I + 4 E
	Componente Tática	Realiza as ações táticas adequadas face à oposição em situação de jogo.		CrITÉrio de Êxito 11ºano O aluno desenvolve as competências essenciais de nível Introdutório em 4 matérias e de nível Elementar em 2 matérias, pertencentes a diferentes subáreas: Suficiente – 4 I + 2 E Bom – 2 I + 4 E Muito Bom – 6 E
	Consistência	Executa os gestos/conteúdos de acordo com os respetivos modelos técnicos, mostrando um padrão uniforme de correta execução.		
	Aplicação de regras de jogo	Conhece e aplica as regras não só como jogador, mas também como árbitro. Compreende as decisões do árbitro.		
	Ritmo	Apresenta ritmo de execução adequado, nomeadamente em cada elemento gímico e na passagem entre elementos gímnicos, passos e/ou conteúdos solicitados.		
	Superação	Demonstra intenção e capacidade para ultrapassar os seus limites, procurando progredir ao longo do ano letivo nas suas aprendizagens.		
	Atitudes	É assíduo e pontual, trabalhando ativamente para o sucesso individual e de grupo, demonstrando empenho.		

Aptidão Física	Cooperação	Aceita e dá sugestões que favoreçam a melhoria das suas ações, cumprindo as regras de segurança, bem como da preparação, da arrumação e da preservação do material.	Grelha de Registo de Observação	Critério de Êxito 12ºano O aluno desenvolve as competências essenciais de nível Introdutório em 3 matérias e de nível Elementar em 3 matérias, pertencentes a diferentes subáreas: Suficiente – 3 I + 3 E Bom – 1 I + 5 E Muito Bom – 6 E
	Correção Técnica	Analisa e realiza as provas de aptidão física do programa FitEscola, cumprindo as exigências do Protocolo.		
	Amplitude/ Tempo de execução/ Número de repetições	É capaz de desenvolver as suas capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) do programa FitEscola, para a sua idade e género, de acordo com o previsto nas tabelas de referência.		
	Persistência	Não desiste, mesmo após várias tentativas falhadas, de atingir os objetivos pretendidos, mantendo o interesse na atividade e evidencia progressão/regularidade.		
	Atitudes	É assíduo e pontual, trabalhando com o objetivo de, progressivamente, melhorar os resultados obtidos e consequentemente melhorar a aptidão das suas capacidades motoras.		
Conhecimentos	Mobilização do Conhecimento	Interpreta e mobiliza os conhecimentos das matérias abordadas.	Testagem	
	Aplicação de conhecimentos	Gera e aplica conhecimentos adquiridos em novas situações e em contextos específicos.		

Observações:

Aptidão Física - Fitescola: 6 Testes Perfil Atlético (+1 VALOR); Apto (0 VALORES); Não Apto (-1 VALOR).

Conhecimentos - Apto (0, +1 ou +2 VALORES); Não Apto (-1 ou -2 VALOR).

Ponderação Positiva (+1 VALOR) - Contribui de forma relevante para o sucesso do coletivo ou dos alunos mais fracos.

Ponderação Negativa (-1 VALOR) - Apresenta entre 6 a 10 registos no somatório de: Faltas de Assiduidade, Faltas de Pontualidade, Faltas de Material (ausência do equipamento desportivo obrigatório do Colégio, ténis e sapatilhas e/ou meias antiderrapantes e elástico no cabelo), atitudes de falta de respeito e cooperação, falta de interesse e de participação nas aulas e comparência nas aulas com “adornos” (fios, pulseiras, colares ou unhas compridas).

Ponderação Negativa (-2 VALORES) - Apresenta mais de 11 registos no somatório de: Faltas de Assiduidade, Faltas de Pontualidade, Faltas de Material (ausência do equipamento desportivo obrigatório do Colégio, ténis e sapatilhas e/ou meias antiderrapantes e elástico no cabelo), atitudes de falta de respeito e cooperação, falta de interesse e de participação nas aulas e comparência nas aulas com “adornos” (fios, pulseiras, colares ou unhas compridas).