



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

PROJETO DE AUTONOMIA E FLEXIBILIDADE CURRICULAR - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina: Educação Física – 10º Ano

2020-2021

Domínios	Subdomínios	Ponderação	Áreas de Competência	Instrumentos de Avaliação	Tipo de Trabalho
CONHECIMENTOS / CAPACIDADES / ATITUDES	Atividades Físicas	70%	B C D E H J	<p><u>Grelhas de observação:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - testes de aptidão física; - situações de exercício critério e de jogo reduzido/condicionado e formal; - sequências gímnicas; coreografia; - Arbitragem; - Questões-Aula; - Testes; - Relatórios; - Reflexão oral/escrita; - Debate; - Posters; - Trabalho de investigação/pesquisa (individual ou em grupo; com ou sem exposição oral); - Trabalho de projeto; - Portefólio; - Ficha de autoavaliação. 	<p>Síncrono:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Presencial - À distância <p>Assíncrono (Autónomo, via EDMODO)</p>
	Aptidão Física	20%	F G		
	Conhecimentos	10%	A I		

¹ – Descrição em: http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/2_ciclo/5_educacao_fisica.pdf

² – Descritores em: http://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf