



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

PROJETO DE AUTONOMIA E FLEXIBILIDADE CURRICULAR - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina: Educação Física –CURSOS PROFISSIONAIS, 10º Ano

2020-2021

Módulo 16 (Aptidão Física)

Domínios	Subdomínios	Ponderação	Áreas de Competência	Instrumentos de Avaliação	Tipo de Trabalho
CONHECIMENTOS / CAPACIDADES / ATITUDES	Aptidão Física	70%	B C D E F G H J	<u>Grelhas de observação:</u> - testes de aptidão física; - 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	<b>Síncrono:</b> - Presencial - À distância  <b>Assíncrono</b> (Autónomo, via EDMODO)
	Conhecimentos	30%	A I		



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

PROJETO DE AUTONOMIA E FLEXIBILIDADE CURRICULAR - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina: Educação Física – CURSOS PROFISSIONAIS, 10º Ano

2020-2021

Módulo 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 (Atividades Físicas)

Domínios	Subdomínios	Ponderação	Áreas de Competência	Instrumentos de Avaliação	Tipo de Trabalho
CONHECIMENTOS / CAPACIDADES / ATITUDES	Atividades Físicas	70%	B C D E F G H J	<p><u>Grelhas de observação:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- situações de exercício critério e de jogo reduzido/condicionad o e formal; situações de jogo formal;</li> <li>- sequências gímnicas; coreografia;</li> <li>- Arbitragem</li> <li>- Questões-Aula</li> <li>- Relatórios; Reflexão oral/escrita</li> <li>- Debate</li> <li>- Posters</li> <li>- Ficha de autoavaliação</li> </ul>	<p><b>Síncrono:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presencial</li> <li>- À distância</li> </ul> <p><b>Assíncrono</b> (Autónomo, via EDMODO)</p>
	Conhecimentos	30%	A I		



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

PROJETO DE AUTONOMIA E FLEXIBILIDADE CURRICULAR - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Disciplina: Educação Física – CURSOS PROFISSIONAIS, 10º Ano

2020-2021

Módulo 13, 14 e 15 (Contextos e Saúde I, II e III)

Domínios	Subdomínios	Ponderação	Áreas de Competência	Instrumentos de Avaliação	Tipo de Trabalho
CONHECIMENTOS / CAPACIDADES / ATITUDES	Conhecimentos	100%	A I	<p><u>Grelhas:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Questões-Aula</li> <li>- Testes</li> <li>- Relatórios; - Reflexão oral/escrita</li> <li>- Debate</li> <li>- Posters</li> <li>- Trabalho de investigação/pesquisa (individual ou em grupo; com ou sem exposição oral)</li> <li>- Trabalho de projeto</li> <li>- Portefólio</li> <li>- Ficha de autoavaliação</li> </ul>	<p><b>Síncrono:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Presencial</li> <li>- À distância</li> </ul> <p><b>Assíncrono</b> (Autónomo, via EDMODO)</p>