



DISCIPLINA: Desporto e Vida Saudável
Ano Letivo: 2019/2020
ANO DE ESCOLARIDADE: 9ºPCA

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

1 - COMPETÊNCIAS COGNITIVO/OPERATIVAS (60%)

1.1 - Atividades físicas (40%)

O aluno evidencia qualidade e progressão ao nível das diversas matérias das atividades físicas selecionadas, ao nível dos seus benefícios:

1.1.1. Diretos – 20%

Aptidão física, fisiológica e na saúde;

1.1.2. Indiretos – 20%

Qualidade de Vida:

- a) Prevenção e controlo de comportamentos de risco;
- b) Alimentação;
- c) Bem estar psicológico;

1.2 - Progressão e envolvimento no trabalho (20%)

- a) Autonomia (10%);
- b) Dinâmica individual e de grupo (10%).

2. DOMÍNIO DAS COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS (40%)

- 2.1) Assiduidade e Pontualidade; **8%**
- 2.2) Respeito pelas normas estabelecidas; **8%**
- 2.3) Cumprimento atempado de tarefas; **8%**
- 2.4) Organização do material escolar; **8%**
- 2.5) Integração no ritmo e dinâmica da aula; **4%**
- 2.6) Capacidade de auto e heteroavaliação. **4%**



DISCIPLINA: Desporto e Vida Saudável
Ano Letivo: 2019/2020
ANO DE ESCOLARIDADE: PCA

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
(ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO SUPERIOR A 30 DIAS)

1 - COMPETÊNCIAS COGNITIVO/OPERATIVAS (60%)

- 1.1** - Conhecimentos avaliados através dos testes escritos e/ou trabalhos de pesquisa/relatórios **(20%)**
- 1.2** - Coopera com colegas, professor e assistentes operacionais na gestão da aula **(20%)**

1.2 - Progressão e envolvimento no trabalho (20%)

- a) Autonomia (10%);
- b) Dinâmica individual e de grupo (10%).

2. DOMÍNIO DAS COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS (40%)

- 2.1) Assiduidade e Pontualidade; **8%**
- 2.2) Respeito pelas normas estabelecidas; **8%**
- 2.3) Cumprimento atempado de tarefas; **8%**
- 2.4) Organização do material escolar; **8%**
- 2.5) Integração no ritmo e dinâmica da aula; **4%**
- 2.6) Capacidade de auto e heteroavaliação. **4%**