

Critérios Específicos - Educação Física | 7.º Ano

	Domínios	Descritores de Desempenho	Ponderação (%)		Instrumentos de avaliação
Conhecimentos e Capacidades A, B, C, D, E, F, G, H, I, J	ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Realiza os gestos técnicos/táticos das atividades físico-desportivas selecionadas.	60%	65%	▪ Observação direta / Fichas de registo; ▪ Trabalho individual; ▪ Trabalhos escritos / relatórios; ▪ Testes práticos; ▪ Grelhas de Registo.
	ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Condição Física.	5%		
	ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Interioriza as aprendizagens elementares e domina os conceitos básicos; Relaciona as aprendizagens adquiridas; Aplica o conhecimento de regras em situação de jogo e de arbitragem.	20%	20%	
Atitudes e Valores E, F, G, H	RESPONSABILIDADE E INTEGRIDADE	Ser assíduo; Ser pontual; Trazer o material necessário; Realizar as tarefas propostas; Respeitar as regras e agir corretamente.	5%	15%	
	EXCELÊNCIA E EXIGÊNCIA	Revelar empenho; Demonstrar brio e rigor nas tarefas; Ter cuidados básicos de higiene.	3%		
	CURIOSIDADE, REFLEXÃO E INOVAÇÃO	Demonstrar interesse; Revelar espírito crítico; Ser criativo; Ser autónomo e proativo.	4%		
	CIDADANIA, PARTICIPAÇÃO E LIBERDADE	Respeitar e ser tolerante com os outros. Demonstrar sentido de interajuda e cooperação. Respeitar o espaço envolvente preservando o meio ambiente.	3%		