|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Domínios** | **Descritores** | **Ponderação** | **Instrumentos de Avaliação** |
| **Competências****Motoras** | Técnica.Tática (composição/interpretação).Evolução/Progressos. | 40% | Exercícios CritérioSituação de Jogo/competição (formal/adaptada) |
| **Competências Físico – Motoras** | **Capacidades físicas:** Resistência; velocidade; força; flexibilidade; coordenação, agilidade, equilíbrios, destreza geral.Evolução/Progressos. | Protocolo de Apheear adaptado e/ou FitnessGramExercícios critério |
| **Competências Cognitivas** | Regras da aula e dos jogos;Função e modo de execução das ações técnicas - táticas, bem como do nome, organização e manipulação dos materiais. | Testes escritosQuestionamento oralTrabalhos individuaisoutros |
| **Competências Sócio-Afectivas****Valores/Atitudes** | **Assiduidade/Responsabilidade:**É assíduo;É pontual;Traz o material necessário;Mantem a higiene pessoalComportamento/ Autodisciplina**Participação/Cooperação:**Realiza as atividades propostas;Intervém oportunamente e quando solicitado;Coopera e é cordial com os outros. Participação/ **Empenho**/ Esforço**Respeito:**Respeita processos, materiais e espaços;Respeita as orientações do formador/professor;Respeita os outros (colegas, formadores/professores e funcionários);Respeita as regras de convivência social. | 60% | Grelhas de Observação |
| **Total** | **100%** |  |