

### CRITÉRIOS de AVALIAÇÃO de Educação Física do 3º ciclo

<b>7º Ano - Perfis de desempenho</b>			
<b>Nível de Desempenho</b>	<b>Atividades Físicas</b>	<b>Aptidão Física</b>	<b>Conhecimentos</b>
<b>5</b>	De todas as matérias abordadas, o aluno desenvolve as competências essenciais de: <b>Nível Introdução em 6 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC, 1 Ginástica, Dança (Merengue+Marrabenta) e Natação, as restantes 2 serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem e Atletismo.	Está dentro da zona saudável de aptidão física para a sua idade e sexo: <b>No teste de aptidão aeróbia e em 3 testes de aptidão muscular.</b>	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Muito Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, sempre, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem e deverá ajudar os colegas com mais dificuldades.			
<b>4</b>	<b>Nível Introdução em 5 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC, 1 Ginástica e Dança (Merengue e Marrabenta), as restantes 2 serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Natação (Outras).	<b>No teste de aptidão aeróbia e em 2 testes de aptidão muscular.</b>	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, muitas vezes, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem.			
<b>3</b>	<b>Nível Introdução em 5 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC e 1 Ginástica, as restantes 3 serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem, Dança (Merengue+Marrabenta), Atletismo e Natação (Outras).	<b>No teste de aptidão aeróbia e em 2 testes de aptidão muscular.</b>	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Suficiente deverá ser: Pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários, e deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor.			

2	Nível <b>Introdução em 3 ou 4 matérias</b> , escolhidas entre as melhores do aluno.	Em <b>3 testes de aptidão muscular</b> ou em <b>1 teste de aptidão aeróbia e 1 teste de aptidão muscular</b> .	Não aplicável a este nível.
1	Nível <b>Introdução em 1 ou 2 matérias</b> , escolhidas entre as melhores do aluno.	Em <b>1 ou 2 testes de aptidão muscular</b> (não atingindo no teste de aptidão aeróbia).	Não aplicável a este nível.

Convenção: Considera-se que o aluno alcança Nível **INTRODUÇÃO** na **Dança** do 7º ano, quando o aluno realiza em conformidade as duas Danças: Merengue e Marrabenta/I.