

## RUBRICA DE AVALIAÇÃO

Aptidão Física					
Critérios transversais da tarefa	N5	N4	N3	N2	N1
	Descritores de desempenho				
<b>Responsabilidade</b>	- Cumpre as regras de segurança e preocupa-se com a correta utilização dos materiais utilizados para o teste.		- Não se preocupa com a sua segurança ou com a dos demais ou não se preocupa com a correta utilização de materiais.		- Não se preocupa com a sua segurança ou com a dos demais.  - Não se preocupa com a correta utilização de materiais.
<b>Participação</b>	- Compreende e aceita os procedimentos, expondo oportunamente as suas dúvidas. Ajuda os colegas de forma adequada na realização dos respetivos testes quando necessário.  - Executa o teste de aptidão de acordo com o protocolo prescrito e explicado pelo professor.		- Compreende os procedimentos, embora levante dúvidas não pertinentes no que diz respeito à aplicação da bateria de testes. Ajuda os colegas sem no entanto se preocupar com a correção da ajuda.  - Executa o teste de aptidão demonstrando hesitação ou dificuldade em manter o procedimento correto.		- Não compreende os procedimentos do teste, criando situações de demora e esclarecimentos fora de tempo. não ajuda os colegas na realização do teste, quando solicitado.  - Executa o teste sem obedecer ao protocolo.

## RUBRICA DE AVALIAÇÃO

<b>Aquisição e aplicação de conhecimentos</b>	- Situa-se no nível atlético da aptidão física.		- Situa-se na zona saudável da aptidão física.		- Situa-se abaixo da zona saudável da aptidão física
---	---	--	--	--	--