

UFCD	Ponderação			Competências /Descritores	Instrumentos
	1º	2º	3º		
9449 - Ténis de Mesa	70	75	80	<b>Capacidades</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Analisa e interpreta os fenómenos técnicos, táticos, físicos e metodológicos associados às atividades físicas/modalidades selecionadas.</li> <li>- Planifica e realiza atividades práticas/projetos de intervenção avaliando criticamente procedimentos e resultados.</li> <li>- Pesquisa, seleciona e sistematiza informações a partir de diferentes fontes de recolha.</li> <li>- Questiona e é capaz de justificar de forma fundamentada.</li> </ul>	Grelha de observação dos desempenhos nas situações de: <ul style="list-style-type: none"> <li>- exercícios critério / jogo;</li> <li>- organização / desenvolvimento de trabalhos e/ou projetos.</li> </ul>
				<b>Conhecimentos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhece e interpreta as modalidades desportivas selecionadas, nas suas vertentes regulamentar, material, técnica, tática, física e psicológica.</li> <li>- Domina e compreende a terminologia, conceitos, factos científicos, princípios, leis e teorias associados ao estudo da metodologia e pedagogia do treino.</li> </ul>	Grelha de observação Testes / Trabalhos escritos Apresentações Questionamento oral
9452 - Remo	30	25	20	<b>Atitudes</b>	Grelha de Avaliação de Desempenhos Comportamentais
				<b>Comportamento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aceita as decisões da arbitragem;</li> <li>- Trata com cordialidade e respeito o professor, os colegas de equipa/grupo e adversários.</li> <li>- Contribui para o normal funcionamento da aula.</li> </ul>	
				<b>Empenho</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colabora na preparação, arrumação, preservação do material utilizado.</li> <li>- Revela atenção e interesse;</li> <li>- Empenha-se nas situações de treino ou de avaliação, e aceita as indicações do professor para a melhoria das aprendizagens.</li> <li>- Cooperar com os companheiros nas situações propostas, contribuindo para a progressão nas aprendizagens (“êxito pessoal e do grupo”) e garantindo a segurança na realização das mesmas.</li> </ul>	
<b>Responsabilidade</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Traz todo o material necessário para a aula.</li> <li>- Realiza as propostas de trabalho de uma forma autónoma</li> <li>- Utiliza o material de forma adequada</li> <li>- É pontual.</li> </ul>					