

Ficha de Observação – Avaliação Sumativa

Unidade Temática: Ginástica			Professor: Micaela Abreu		Turma: 12º08			Ano Letivo: 2025/2026					
Ginástica de Solo	Rolamento à frente (EO) – 2 valores			Rolamento à retaguarda – 1 valor		Roda (EO) – 2 valores			Avião (EO) – 2 valores			Ponte – 1 valor	Vela – 1 valor
	Queixo ao peito	Mantém direção durante o rolamento	Termina com os pés juntos	Faz repulsão dos braços na fase final	Finaliza o movimento na mesma direção do ponto de partida	Apoio alternado das mãos	Receção equilibrada	Apoio alternado dos pés	Tronco paralelo ao solo	MI em extensão	Mantém o equilíbrio	-	-
Afonso Serrado													
Ana Dias													
Artur Escaleira													
Beatriz Sousa													
Bruna Silva													
Diana Vieira													
Filipa Nunes													
Filipa Ferreira													
Iara Almas													
Inês Batista													
Jorge Abreu													
Lara Silva													
Lara Almas													
Laura Andrade													
Laura Pereira													
Lígia Jesus													
Lourenço Vieira													
Lucas Silva													
Maria Andrade													
Maria Camacho													
Matilde Ferraz													
Rodrigo Spínola													
Pedro Gouveia													

Ficha de Observação – Avaliação Sumativa

<i>Ficha de Observação – Avaliação Sumativa</i>					
Unidade Temática: Ginástica		Professor: Micaela Abreu		Turma: 12º08	
				Ano Letivo: 2025/2026	
Acrobática	2 Figuras de Pares – 3 valores	2 Figuras de Trios – 3 valores	Criatividade da coreografia - 3 valores	Cooperação e organização do grupo – 3 valores	Observações
	Grupo 1				
Grupo 2					
Grupo 3					
Grupo 4					
Grupo 5					
Grupo 6					

