



| Ensino Básico |

Preparação física

**Critérios de Avaliação:**

**Escola Artística do Conservatório de Música de Coimbra**

<p><u>Atitudes e valores</u></p> <p><b>(25%)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Assiduidade;</li><li>✓ Pontualidade;</li><li>✓ Material;</li><li>✓ Comportamento;</li><li>✓ Motivação, participação, iniciativa e autonomia (5%)</li><li>✓ Capacidade de trabalho e relação com os restantes elementos da turma/grupo (4% cada parâmetro)</li></ul>
<p><u>Apreciação técnica</u></p> <p><b>(70%)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Coordenação (8%)</li><li>✓ Alinhamento (8%)</li><li>✓ Resistência (15%)</li><li>✓ Força (15%)</li><li>✓ Flexibilidade (15%)</li><li>✓ Impulsão (9%)</li></ul>



<p><u>Avaliação teórica</u> <b>(5%)</b></p>	<p>✓ <b>Compreensão teórica dos conteúdos lecionados (5%)</b></p>
---	---