



Critérios Específicos de Avaliação 2024 / 2025

Nível de Ensino: Ensino Secundário – Cursos Profissionais Disciplina: Modalidades Individuais, Modalidades Coletivas, Modalidades de Ginásio e de Exploração da Natureza e *Teoria do Desporto Departamento: Expressões Grupo Disciplinar: Educação Física e Desporto

Dimensão: Conhecimentos e Capacidades

Domínios	Descritores de desempenho conforme as Aprendizagens Essenciais	Processos de recolha de informação	Ponderação	
Atividades Físicas	<p>Jogos Desportivos Coletivos</p> <ul style="list-style-type: none">- Realiza com oportunidade e correção as diferentes ações técnico-táticas dos Jogos Desportivos Coletivos, nas diversas posições, em situações defensivas e ofensivas individuais e em grupo, cumprindo as regras, de acordo com os programas das UFCF.- Conhece e aplica os aspetos técnicos, táticos, físicos e regulamentares das práticas desportivas. <p>Modalidades Individuais e Coletivas ou das Modalidades de Ginásio e Atividades de Exploração da Natureza</p> <ul style="list-style-type: none">- Realiza com oportunidade e correção as diferentes ações técnico-táticas ou técnicas específicas das Modalidades Individuais e Coletivas, das Modalidades de Ginásio e Atividades de Exploração da Natureza, respeitando as regras de segurança e a integridade física, de acordo com os programas das UFCF;- Assegura a montagem e desmontagem de equipamentos desportivos e preparação de espaços relativos às várias modalidades.	<ul style="list-style-type: none">• Testes de avaliação• Questões-aula• Questionários online• Exposições orais• Trabalhos de pesquisa• Portefólio• Atividades, tarefas e exercícios-critério, com observação direta e registo	60%	7



Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none">- Conhece os mecanismos básicos e limites biológicos de adaptação e treino em situações de atividade desportiva.- Conhece os princípios orientadores do treino desportivo e a influência dos fatores do treino no rendimento desportivo.- Conhece os benefícios da(s) prática(s) física(s) em termos de saúde, bem-estar e desenvolvimento físico e intelectual.- Identifica as principais situações de risco no desporto, os principais tipos de lesão associados às modalidades desportivas, e as técnicas de primeiros socorros adequadas aos principais tipos de lesão.- Conhece os diferentes espaços e materiais de prática dos Desportos Coletivos, Desportos Individuais e das Atividades de Ginásio e Atividades de Exploração da Natureza, bem como as regras elementares das mesmas.- Conhece as destrezas elementares que compõem as diferentes AFD (Jogos Desportivos Coletivos, Desportos Individuais e Atividades de Ginásio e Atividades de Exploração da Natureza), e descreve-as usando terminologia específica.	<ul style="list-style-type: none">• Testes de avaliação• Questões-aula• Questionários online• Exposições orais• Trabalhos de pesquisa• Portefólio	10%	
---------------	---	--	-----	--

* Nos módulos teóricos da Disciplina de Teoria do Desporto, o Domínio Cognitivo vale 70% e o Domínio Sócio-Afetivo 30%.



Dimensão: Desenvolvimento pessoal e social

Domínios	Descritores de desempenho conforme as Aprendizagens Essenciais	Processos de recolha de informação	Ponderação
Trabalho colaborativo Cumprimento de orientações Participação Autonomia e responsabilidade	<p>É capaz de realizar trabalho num grupo/turma.</p> <ul style="list-style-type: none">• Concretiza/colabora nos trabalhos propostos, em ambiente de aula ou extra-aula, partilhando saberes e responsabilidades.• Respeita a opinião dos outros e aceita as diferenças.• É pontual, assíduo e comparece às aulas com o material necessário.• Revela autonomia e iniciativa nas atividades propostas.• Respeita o cumprimento de normas de segurança pessoais e ambientais.• Cumpre as orientações do professor	<ul style="list-style-type: none">• Observação em contexto de aula, com base nas evidências recolhidas.	30%

Aprovado em reunião de Área Disciplinar de 15/07/2024

Ratificado em Conselho Pedagógico de 04/09/2024

O/A Representante de área disciplinar: João Campinas

O diretor: _____