



Critérios Específicos de Avaliação 2025 / 2026

Nível de Ensino: Ensino Secundário – Cursos Profissionais Disciplina: Educação Física

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	Módulo 1,2 e 3 - Jogos Desportivos Coletivos I, II e III (Futebol, Basquetebol, Voleibol e Andebol) - Cooperar com os companheiros para o alcance dos objetivos do Nível Introdução ou Elementar dos Jogos Desportivos Coletivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo.	- Testes de avaliação - Questões-aula - Questionários online - Exposições orais - Trabalhos de pesquisa - Portefólio - Atividades, tarefas e exercícios-critério, com observação direta e registo.	60%	70%
	Módulo 4,5 e 6 – Ginástica I, II e III (Solo, Aparelhos e Acrobática) - Realizar elementos, habilidades e saltos, combinando-os em esquemas individuais e a pares, do Nível Introdução ou Elementar da Ginástica de Solo, de Aparelhos e da Acrobática, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios; - Colaborar com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, compreendendo e desempenhando corretamente as funções, quer como base quer como volante, na sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, colaborando na preparação, arrumação e preservação do material.			
	Módulo 7 e 8 - Atletismo/Raquetes e Patinagem I e II - Realizar e analisar, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz: - Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas, garantindo a iniciativa e capacidade ofensiva em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.			



Atividades Físicas	- Patinar adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares». Modulo 10, 11 e 12 - Dança I, II e III - Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdutório e Elementar da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	- Testes de avaliação · - Questões-aula - Questionários online - Exposições orais - Trabalhos de pesquisa · - Portefólio - Atividades, tarefas e - exercícios-critério, com - observação direta e - registo.		
-------------------------------------	---	--	--	--



Conhecimentos	Modulo 14, 15 e 16 - Atividades Físicas/Contextos e Saúde I, II e III (1) - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e de risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança; - Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas; - Conhecer processos de controlo do esforço e identificar sinais de fadiga ou de inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a saúde; - Compreender, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos; - Identificar o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar; - Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas atividades físicas desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”. Modulo 1,2 e 3 - Jogos Desportivos Coletivos I, II e III (Futebol, Basquetebol, Voleibol e Andebol) Modulo 7 e 8 - Atletismo/Raquetes e Patinagem I e II - Conhecer o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, dos elementos gímnicos, as regras dos jogos e de segurança, aplicando-as não só como jogador mas também como árbitro. Módulo 4,5 e 6 – Ginástica I, II e III (Solo, Aparelhos e Acrobática) - Conhece os elementos, habilidades e saltos da Ginástica de Solo, de Aparelhos e da Acrobática, bem como os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios na função de juiz; Modulo 10, 11 e 12 - Dança I, II e III - Conhecer e apreciar, na função de juiz, as sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdutório e Elementar da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo.		10%	70%
----------------------	--	--	-----	-----



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	- É capaz de realizar trabalho num grupo/turma. - 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	Observação em contexto de aula, com base nas evidências recolhidas.	30%

Aprovado em reunião de Área Disciplinar de 04/09/2025

O/A Representante de área disciplinar: João Campinas

Ratificado em reunião de Conselho Pedagógico de 08/10/2025

O diretor: _____