



Critérios Específicos de Avaliação 2025 / 2026

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	Jogos Desportivos Coletivos - 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 UFCD. - Conhece e aplica os aspetos técnicos, táticos, físicos e regulamentares das práticas desportivas. Modalidades Individuais e Coletivas ou das Modalidades de Ginásio e Atividades de Exploração da Natureza - 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 UFCD; - Assegura a montagem e desmontagem de equipamentos desportivos e preparação de espaços relativos às várias modalidades.	· 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%



Conhecimentos	- 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.	· 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%.



Agrupamento de Escolas Rafael Bordalo Pinheiro



**REPÚBLICA
PORTUGUESA**

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E INOVAÇÃO

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: _____