

Critérios Específicos de Avaliação

**Ensino Secundário Profissional
Componente Científica**

2025-2026

3º Ano

Disciplina: Estudo do Movimento

Para a atribuição de cada uma das classificações na avaliação sumativa do aluno são tidas em consideração não só os Conhecimentos e Capacidades desenvolvidas face aos conteúdos previstos nos Domínios/Temas organizadores das Aprendizagens essenciais, para o seu ano de escolaridade (nota 1), como também as Atitudes que demonstrou durante todo o processo educativo (saber estar).

A importância relativa dos Conhecimentos, Capacidades e Atitudes na avaliação do aluno encontra-se definida no Projeto Educativo do Agrupamento, consoante o ciclo de escolaridade e natureza da disciplina, sendo nos Cursos Profissionais de 80% para os Conhecimentos e Capacidades e de 20% para as Atitudes.

1.	Avaliação dos Domínios/Módulos da disciplina	80 % na avaliação sumativa
-----------	---	-----------------------------------

Módulos		Instrumentos de avaliação privilegiados
3	Controlo e coordenação do Movimento	- Testes escritos de avaliação; Questões de aula; - Apresentações orais; - Grelha de avaliação de organizadores gráficos (quadros ou mapas de conceitos), em diários de aprendizagem ou de cadernos digitais; - Grelha de avaliação de trabalho prático/de investigação, realizado em grupo ou individualmente.
7	Qualidades Físicas	

O perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória afirma-se como referencial para as decisões a adotar em cada escola, designadamente ao nível da definição de estratégias, metodologias e procedimentos pedagógico-didáticos a utilizar na prática letiva e na avaliação interna dos alunos.

O trabalho a realizar ao longo do ano letivo centra-se no desenvolvimento de áreas de competências (nota2), que são combinações de conhecimentos, capacidades e atitudes, pretendendo-se que no final do ano/ciclo, o

Nota¹ - As Aprendizagens Essenciais para a disciplina podem ser consultadas em [ANQEP - Documentos](#)

Nota² - Áreas de competência: **A.** Linguagens e textos; **B.** Informação e comunicação; **C.** Raciocínio e resolução de problemas; **D.** Pensamento crítico e pensamento criativo; **E.** Relacionamento interpessoal; **F.** Desenvolvimento pessoal e autonomia; **G.** Bem-

aluno seja: Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G).

PERFIL DE APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS para o ano de escolaridade (descritores de desempenho):

Módulos	NÍVEIS DE DESEMPENHO DOS CONHECIMENTOS E CAPACIDADES - Descritores				
	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
	Revela muita dificuldade	Revela dificuldade	Revela alguma facilidade	Revela facilidade	Revela bastante facilidade
3 Controlo e coordenação do Movimento	Conhecer a organização geral do sistema nervoso, com ênfase particular para o sistema nervoso central e recetores sensoriais mais importantes na regulação do comportamento motor.				
	Compreender e analisar o movimento dos mecanismos de coordenação neuromuscular nos níveis intra e intermuscular.				
	Compreender os processos de regulação central do movimento.				
	Compreender o processo de regulação do equilíbrio				
	Compreender e relacionar as adaptações neuromusculares agudas (fadiga muscular) e crónicas ao exercício físico.				
7 Qualidades Físicas	Compreender o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respetivas formas de manifestação.				
	Relacionar cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas.				
	Conhecer e compreender os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.				

2.	Avaliação das Atitudes face à aprendizagem	20 % na avaliação sumativa
----	--	----------------------------

Parâmetros de avaliação		% b)	Indicadores do desempenho
1	Responsabilidade	30	Pontualidade e assiduidade

estar, saúde e ambiente; H. Sensibilidade estética e artística; I. Saber científico, técnico e tecnológico; J. Consciência e domínio do corpo.

			Posse, utilização e organização adequada do material obrigatório
			Cumprimento de prazos
			Cumprimento adequado das tarefas solicitadas
			Concentração/Atenção
2	Autonomia	40	Hábitos de trabalho
			Colaboração nas tarefas de grupo/pares
			Autonomia / iniciativa
			Interesse / empenho
			Intervenção adequada nos assuntos tratados
3	Respeito pelo cumprimento das regras	30	Cumprimento de regras em sala de aula
			Correção com os colegas/professores
			Solidariedade e cooperação
			Participação de forma organizada
Total		100	
b) - Importância relativa de cada parâmetro na avaliação das Atitudes			

Atitudes	NÍVEIS DE DESEMPENHO - Descritores				
	0-4 valores	5-9 valores	10-13 valores	14-17 valores	18-20 valores
	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1	É pontual ou assíduo; traz o material necessário para a realização da atividade; respeita os prazos definidos para entrega/apresentação dos trabalhos; tem uma atitude correta nas atividades; está atento, concentrado.				
2	Empenha-se para superar as suas dificuldades e evoluir; colabora na organização e gestão dos materiais para a atividade; é autónomo na realização das tarefas; realiza as tarefas de forma organizada.				
3	Cumpre as regras de utilização dos materiais; cumpre as regras de segurança pessoal e dos colegas definidas para a atividade; contribui para um clima de aula que favoreça a aprendizagem; respeita os colegas e professora; aceita o apoio dos colegas nos esforços de aperfeiçoamento próprio; ajuda os colegas a superar as suas dificuldades.				