

CrITÉrios EspecÍficos de AvaliaÇão

**Ensino Secundário Profissional
Componente Tecnológica**

2025-2026

2  An 

**Disciplina: Práticas de Atividades Físicas e
Desportivas**

Para a atribuição de cada uma das classificações na avaliação sumativa do aluno são tidas em consideração não são os Conhecimentos e Capacidades desenvolvidas face aos conteúdos previstos nas Unidades de Curta Duração (UFCD), 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 das Unidades de Curta Duração	80 % na avaliação sumativa
-----------	--	-----------------------------------

UFCD		Instrumentos de avaliação privilegiados
N�	Designação	
7243	Metodologia do treino	Teste de avaliação (teórico e/ou prático); Trabalhos de pesquisa (grupo/individuais); Questionamento em aula; Apresentações orais; Observação do desempenho (aulas, atividades, eventos)
7245	Atividade Física em populações especiais	
7278	Futebol	
7281	Natação	
7291	Escalada	

O perfil dos alunos   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 (nota1), que são combinações de conhecimentos, capacidades e atitudes, pretendendo-se que no final do ano/ciclo, o 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  s áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Respons vel/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G).

Nota 1 - áreas de competéncia: A. Linguagens e textos; B. Informação e comunicação; C. Racioc nio e resolução de problemas; D. Pensamento crítico e pensamento criativo; E. Relacionamento interpessoal; F. Desenvolvimento pessoal e autonomia; G. Bem-estar, saúde e ambiente; H. Sensibilidade est tica e artística; I. Saber científico, técnico e tecnológico; J. Consciência e domínio do corpo.

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

UFCD	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
Fisiologia do Metodologia do treino (7243)	No reconhecimento do papel da fisiologia do esforço, relacionando os processos adaptativos à especificidade das situações de esforço, à fadiga e ao repouso.				
	Na identificação e descrição dos processos metabólicos (aeróbios e anaeróbios) nas atividades físicas.				
	Na identificação de respostas fisiológicas, de curto e longo prazo, em função de diferentes tipos de esforço e das características dos praticantes.				
	Na identificação e descrição das determinantes do consumo de oxigénio.				
Atividade Física em Populações Especiais (7245)	No reconhecimento e identificação de tipos de prevenção primária, secundária e terciária em atividades físicas e desportivas.				
	Na identificação de situações de risco e tipos de lesões comuns na prática das principais modalidades desportivas.				
	Na descrição de técnicas de primeiros socorros adequadas aos principais tipos de lesões desportivas.				
	Na identificação e aplicação prática do Suporte Básico de Vida (cadeia de sobrevivência, riscos para o reanimador, algoritmo SBV); Posição Lateral de Segurança e Desobstrução da Via Aérea.				
Futebol (7278)	Na caracterização da modalidade, interpretação dos contextos de prática, materiais e equipamentos e, cumprimento das condições de segurança.				
	Na interpretação da legislação e regulamentação específica da modalidade.				
	Na montagem, desmontagem e manutenção básica de equipamentos desportivos.				
	Na análise da prática através de sistemas de observação recomendados.				
	Na identificação, análise e vivência prática dos aspetos críticos técnico-táticos, físicos e psicológicos predominantes na modalidade.				
Natação (7281)	Na caracterização da modalidade, interpretação dos contextos de prática, materiais e equipamentos e, cumprimento das condições de segurança.				
	Na interpretação da legislação e regulamentação específica da modalidade.				
	Na montagem, desmontagem e manutenção básica de equipamentos desportivos.				
	Na análise da prática através de sistemas de observação recomendados.				
	Na identificação, análise e vivência prática dos aspetos críticos técnico-táticos, físicos e psicológicos predominantes na modalidade.				
Escalada (7291)	Na caracterização da modalidade, interpretação dos contextos de prática, materiais e equipamentos e, cumprimento das condições de segurança.				
	Na interpretação da legislação e regulamentação específica da modalidade.				
	Na montagem, desmontagem e manutenção básica de equipamentos desportivos.				
	Na análise da prática através de sistemas de observação recomendados.				
	Na identificação, análise e vivência dos aspetos críticos técnico-táticos, físicos e psicológicos predominantes na modalidade.				

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

Parâmetros de avaliação		% a)	Indicadores do desempenho
1	Responsabilidade	25	Assiduidade e pontualidade
			Material necessário para a aula
			Respeito pelos prazos definidos para entrega/apresentação dos trabalhos
			Atitude correta nas atividades da aula
2	Participação e Autonomia	25	Empenho/persistência para superar dificuldades e evoluir
			Colaboração na organização e gestão dos materiais para a atividade
			Autonomia na realização das tarefas
			Comportamento adequado às diferentes situações criadas na aula e intervenção de forma adequada
			Participação em atividades desportivas do PAA
3	Respeito pelo cumprimento de regras	25	Cumprimento das regras de utilização dos materiais
			Cumprimento das regras de segurança pessoal e dos companheiros, definidas para a atividade
			Contributo para um clima de aula que favoreça a aprendizagem
4	Relação interpessoal	25	Respeito pelos colegas e professor
			Aceitação do apoio dos colegas e professor no desempenho/prestação para aperfeiçoamento próprio.
			Apoio no desempenho/ prestação dos colegas de modo a favorecer o aperfeiçoamento do(s) outro(s).
Total		100	

a) - 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 prática da atividade; respeita os prazos definidos para entrega/apresentação dos trabalhos; tem uma atitude correta nas atividades				
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; está atento, concentrado e realiza tarefas de forma organizada; participa nas atividades desportivas do PAA.				
3	Cumpe 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.				
4	Respeita os colegas e professor; aceita o apoio dos colegas nos esforços de aperfeiçoamento próprio; ajuda os colegas a superar as suas dificuldades;				