

## CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho)

1º e 2º ano dos Cursos Profissionais

DOMÍNIOS	DESCRIPTOR DESEMPENHO	FATORES DE PONDERAÇÃO			INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO
		M1, M3, M4, M5, M6, M7, M8, M9, M11, M12, M13, M14	M2, M10 e M15	M16	
ATIVIDADES FÍSICAS	<p>MÓDULOS 1 / 6 / 11 – DESPORTOS COLETIVOS I / II / III</p> <p>Atingir o Nível Introdução num jogo desportivo coletivo (1), o Nível Introdução nouro jogo desportivo coletivo (6) e Nível Elementar num jogo desportivo coletivo (11).</p> <p>MÓDULOS 5 / 7 / 14 - GINÁSTICA I / II / III</p> <p>Atingir Nível Introdução na ginástica de solo e num aparelho da ginástica de aparelhos (5), o Nível Elementar na ginástica de solo e Introdução nouro aparelho da ginástica de aparelhos (7) e Nível Introdução na ginástica acrobática (14).</p> <p>MÓDULOS 3 / 8 - ATL/RAQ/PAT I/II</p> <p>Atingir Nível Introdução numa matéria deste grupo (3) e Nível Introdução noutra matéria deste grupo ou nível Elementar na matéria selecionada para o módulo anterior (8).</p> <p>MÓDULOS 13 – AT. EXPL. NATUREZA</p> <p>Atingir Nível Introdução numa das matérias desta área.</p> <p>MÓDULO 4 / 9 / 12 – DANÇA I / II / III</p> <p>Atingir o nível Introdução das Danças Sociais ou Tradicionais Portuguesas (4), outra dança do nível Introdução das Danças Sociais ou Tradicionais Portuguesas (9) e uma dança do nível Elementar das Danças Sociais ou Tradicionais Portuguesas (12).</p>	70%	--	--	<p>- Observação contínua;</p> <p>- Registos de observação direta.</p>
CONHECIMENTOS	<p>- Identifica e conhece, teoricamente, as regras / componentes críticas / técnicas / práticas / coreografias dos módulos abordados.</p>	10%	--	--	
	<p>MÓDULO 2 – ATIVIDADE FÍSICA / CONTEXTOS SAÚDE I</p> <p>- Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>- Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, tais como doenças, lesões, substâncias dopantes e condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança.</p> <p>- Identifica fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades</p>		80%	--	<p>- Testes escritos;</p> <p>- Trabalhos individuais ou de grupo;</p> <p>- Questionamento oral.</p>

	<p>MÓDULO 10 – ATIVIDADE FÍSICA / CONTEXTOS SAÚDE II</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhece processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou inadaptção à exercitação praticada, evitando riscos para a Saúde, tais como: dores, mal-estar, dificuldades respiratórias, fadiga e recuperação difícil.</li> <li>- Compreende, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Identificando as características que lhe conferem essa dimensão;</li> <li>– Reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam;</li> <li>– Distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.</li> </ul> </li> </ul> <p>MÓDULO 15 – ATIVIDADE FÍSICA / CONTEXTOS SAÚDE III</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica 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.</li> <li>- Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas “perversões”, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> <li>– A especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces;</li> <li>– A dopagem e os riscos de vida e/ou saúde;</li> <li>– A violência (dos espectadores e dos atletas) vs espírito desportivo;</li> <li>– A corrupção vs verdade desportiva.</li> </ul> </li> </ul>				
APTIDÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</li> </ul>			80%	- Registo do nível de aptidão física.
DESENVOLVIMENTO PESSOAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cumprir regras de interação social;</li> <li>- Ser assíduo;</li> <li>- Ser pontual;</li> <li>- Trazer o material necessário;</li> <li>- Cumprir as regras de “sala” de aula.</li> </ul>	20%			- Registos de observação direta.

NOTA: O módulo 16 – Aptidão Física, apesar de ser avaliado nos três anos do Curso, apenas terá classificação final no 3º ano, sendo o valor final encontrado através da média aritmética dos 3 anos.

ALUNOS COM ATESTADO: Em caso de alunos com atestado médico de longa duração, a ponderação passa a ser de 80% para o Domínio dos Conhecimentos e de 20% para o Domínio do Desenvolvimento Pessoal.