

**Critérios Específicos de Avaliação e Perfis de Desempenho  
de Educação Física – 9.º Ano de Escolaridade**

Ano Letivo: 2024/2025

\*No caso de alunos com Adaptações Curriculares Significativas, os domínios poderão não ser contemplados na sua totalidade e a ponderação deverá ser priorizada em função das características de cada um.

\*\*Objetivos gerais e Conteúdos globalizantes, elaborados a partir dos respetivos Referenciais de Formação da disciplina (componente tecnológica de Curso Profissional).

DOMÍNIOS* e PONDERAÇÃO (TEMAS ORGANIZADORES)	APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS/OBJETIVOS GERAIS/CONTEÚDOS GLOBALIZANTES**: CONHECIMENTOS, CAPACIDADES E ATITUDES O aluno deve ficar capaz de:	DESCRITORES DO PERFIL DOS ALUNOS/ACPA	MEIOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<p><b>ATIVIDADES FÍSICAS</b></p> <p><b>60%</b></p>	<p><b>- Jogos Desportivos Coletivos:</b></p> <p>Conhecer o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo.</p> <p><b>Rugby:</b> a) Passe lateral ou direto e cruzado; b) Pontapé: colocado e balão; c) Receção; d) Formação ordenada; e) Alinhamento, f) Toque na meta / ensaio, g) ações atacantes: avançar; fintas e mudanças de direção; apoio ao portador da bola; h) Ações defensivas: pressionar e tocar</p> <p><b>Futsal:</b> a) receção de bola, b) remate, c) condução de bola, d) passe, e) desmarcação e f) marcação, e em situação de exercício g) cabeceamento.</p> <p><b>Basquetebol:</b> a) fintas de arranque em drible, b) receção-enquadramento, c) lançamento em salto, d) drible de progressão com mudanças de direção pela frente, e) drible de proteção, f) passe com uma mão, g) passe e corte, h) ressalto, i) posição defensiva básica e j) enquadramento defensivo e em exercícios critério.</p> <p><b>- Ginástica acrobática:</b> cooperar com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, desempenhar correctamente as funções, quer como base quer como volante, na sincronização dos diversos elementos acrobáticos a pares, trios e em grupo com correção técnica as pegas, os montes e desmontes do tipo simples ligados aos elementos a executar.</p> <p><b>- Atletismo:</b> Realizar e analisar a Corrida de Barreiras, o Salto em comprimento e Corrida de Velocidade, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.</p>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo /Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/ Investigador/Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)</p> <p>Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)</p> <p>Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador</p>	<p>A recolha de informação será realizada por alguns destes instrumentos:</p> <p>- Grelhas de observação</p> <p>- Escalas de classificação</p> <p>- Listas de verificação</p> <p>- Planos Individuais de Trabalho</p> <p>- Trabalhos de pesquisa</p> <p>- Relatórios</p> <p>- Portefólios</p> <p>- Grelhas de Auto e de Heteroavaliação</p> <p>- Provas de avaliação escrita.</p>

A Subcoordenadora Disciplinar:	A Coordenadora do Departamento de Expressões:	Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de EF:	Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:	Página
Ana Topete	Ana Topete	2024/2025	2024/10/09	1 de 4

	<p>- <b>Dança:</b> Apreciar, compor e realizar, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo no tipo de dança seleccionada – livre ou social.</p> <p>- <b>Badminton:</b> a) posição base, b) deslocamentos, c) serviço curto/comprido, d) clear, e) lob, f) amortie, g) drive, h) remate.</p>	(transversal às áreas)	
<b>APTIDÃO FÍSICA</b> 30%	- Desenvolver as Capacidades motoras de forma a enquadrar-se na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola		
<b>CONHECIMENTOS</b> 10%	<p>- Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>- Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das actividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p>		

DOMÍNIOS e Ponderação	ESCALA				
	5	4	3	2	1
	DESCRITORES DE NÍVEIS DE DESEMPENHO DAS APRENDIZAGENS ESPECÍFICAS				
<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b> 60%	<p><b>SUBÁREA JDC</b></p> <p>Coopera com os companheiros nos JDC (Rugby, Futsal e Basquetebol) realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA</b></p> <p>Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática, aplicando critérios de correção</p>		<p><b>SUBÁREA JDC</b></p> <p>Coopera com os companheiros nos JDC (Rugby, Futsal e Basquetebol) realizando com correção algumas ações técnico-táticas elementares, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA</b></p> <p>Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática, aplicando alguns critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os</p>		<p><b>SUBÁREA JDC</b></p> <p>Não coopera com os companheiros nos JDC (Rugby, Futsal e Basquetebol) e não realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares.</p> <p><b>SUBÁREA GINÁSTICA</b></p> <p>Não compõe, não realiza e não analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica Acrobática.</p>

<b>A Subcoordenadora Disciplinar:</b>	<b>A Coordenadora do Departamento Expressões:</b>	<b>Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de EF:</b>	<b>Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:</b>	<b>Página</b>
Ana Topete	Ana Topete	2024/2025	2024/10/09	2 de 4

	<p>técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas</p> <p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <p>Realiza e analisa a corridas e o salto, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p><b>SUBÁREA BADMINTON</b></p> <p>Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p><b>SUBÁREA ARE - Dança</b></p> <p>Aprecia, compõe e realiza, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.</p>	<p>esquemas</p> <p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <p>Realiza e analisa a corridas e o salto, cumprindo com alguma correção as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p> <p><b>SUBÁREA BADMINTON</b></p> <p>Realiza com oportunidade e alguma correção as ações técnico-táticas elementares, com iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p><b>SUBÁREA ARE - Dança</b></p> <p>Aprecia, compõe e realiza, com alguma correção, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando com alguma correção os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições</p>	<p><b>SUBÁREA ATLETISMO</b></p> <p>Não realiza e não analisa a corridas e o salto, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento.</p> <p><b>SUBÁREA BADMINTON</b></p> <p>Não realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares».</p> <p><b>SUBÁREA ARE - Dança</b></p> <p>Não aprecia, não compõe e não realiza, sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo.</p>
<p><b>APTIDÃO FÍSICA</b></p> <p><b>30%</b></p>	<p>Desenvolve com empenho as capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia satisfatórias, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>	<p>Não desenvolve capacidades motoras de forma a atingir a Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo.</p>
<p><b>CONHECIMENTOS</b></p> <p><b>10%</b></p>	<p>Relaciona a aptidão física e saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos</p>	<p>Relaciona, com alguma dificuldade, a aptidão física e saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>Interpreta, com alguma dificuldade, a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos</p>	<p>Não relaciona a aptidão física e saúde e identifica os benefícios do exercício físico para a saúde.</p> <p>Não interpreta a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os jogos olímpicos e paralímpicos</p>

<b>A Subcoordenadora Disciplinar:</b>	<b>A Coordenadora do Departamento Expressões:</b>	<b>Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de EF:</b>	<b>Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:</b>	<b>Página</b>
Ana Topete	Ana Topete	2024/2025	2024/10/09	3 de 4

<b>Alunos com Atestado Médico</b>  Atividades físicas e desportivas/Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1.1- Desempenho aula a aula</li> <li>• 1.2 - Teste de avaliação final/Trabalho/Projeto</li> </ul> <p>Sit.1 – apresenta incapacidade total para a prática: <b>ficha formativa específica e/ou trabalho com a mesma ponderação das provas prática</b></p> <p>Sit.2 – apresenta incapacidade temporária para a prática: <b>ficha formativa específica e/ou trabalho com a mesma ponderação da(s) prova(s) prática(s) que não realizou;</b></p> <p>Sit.3 – apresenta incapacidade parcial com necessidade de adaptação e/ou impedimento total de realizar apenas alguns exercícios: <b>avaliação prática com as adaptações necessárias.</b></p> <p>Ficha de autoavaliação e/ou heteroavaliação</p>
--	---

<b>A Subcoordenadora Disciplinar:</b>	<b>A Coordenadora do Departamento Expressões:</b>	<b>Critérios Específicos e Perfis de Desempenho de EF:</b>	<b>Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico:</b>	<b>Página</b>
Ana Topete	Ana Topete	2024/2025	2024/10/09	4 de 4