

ANO LETIVO

2025/2026

DISCIPLINA

Estudo do Movimento

DOCUMENTO

Critérios de Avaliação

ANO

11º

ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS

Os critérios apresentados pela disciplina têm por base as “Áreas de competências do perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória” elencadas no documento *Aprendizagens Essenciais*, a saber:

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

DOMÍNIOS/TEMAS	SUBDOMÍNIO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO
SABERES SABER FAZER SABER SER EMPENHO	MÓDULOS: ✓ FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO ✓ ANÁLISE DA PARTICIPAÇÃO MUSCULAR NO MOVIMENTO ✓ QUALIDADES FÍSICAS	Comentário crítico; Exposição oral; Ficha de trabalho; Organização de uma exposição de trabalhos; Portfólio; Questionário escrito; Questionário oral; Trabalho de grupo; Registo de uma observação; Registo de auto e heteroavaliação; Relatório de uma atividade ou visita; Teste; Visita de estudo e observação. (...)	RESULTADO - SABERES: Domínio de conteúdos estudados: 1- REVELA MUITO POUCO/INEXISTENTE 2- REVELA POUCO 3- REVELA SUFICIENTE 4- REVELA BOM 5- REVELA MUITO BOM RESULTADO - SABER FAZER: Domínio nas práticas realizadas: 1- NÃO PRÁTICA 2- PRÁTICA INSUFICIENTE 3- PRÁTICA SUFICIENTE 4- PRÁTICA BOA 5- PRÁTICA MUITO BOA RESULTADO - SABER SER: Manifestação de comportamentos visados: 1- REVELA 1 OU NENHUM. 2- REVELA 2 OU 3. 3- REVELA 4 OU 5. 4- REVELA 6 OU 7. 5- REVELA 8 OU 9. EMPENHO: Manifestação de comportamentos visados: 1- REVELA 1 OU NENHUM. 2- REVELA 2. 3- REVELA 3. 4- REVELA 4. 5- REVELA 5.

Nota:

As Aprendizagens Essenciais (AE) desta disciplina, base da planificação, realização e avaliação do ensino e da aprendizagem, contribuem para o desenvolvimento das áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, tendo por base os documentos curriculares em vigor.

<http://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais-ensino-basico>

<http://www.dge.mec.pt/aprendizagens-essenciais-ensino-secundario>

REFERENCIAIS DE CONVERGÊNCIA E AJUSTAMENTO COMPORTAMENTAL

SABER-SER (COMPORTAMENTOS VISADOS)

1. Cumpre regras, deveres, compromissos, tarefas e funções.
2. Adapta-se a diferentes grupos e contextos, bem como às diferenças individuais de cada um, estabelecendo relações interpessoais empáticas e confiáveis.
3. Comunica de forma clara, precisa, persuasiva e assertiva, demonstrando segurança e confiança nas suas ações.
4. Motiva e valoriza o comportamento dos colegas, promovendo o espírito de equipa, o espírito desportivo e o sentido de responsabilidade no grupo.
5. Revela estabilidade emocional e autocontrolo, mesmo em situações críticas e de conflito.
6. Demonstra autonomia e criatividade na resolução de problemas e situações imprevistas.
7. Age em conformidade com as normas de segurança e de proteção do ambiente.
8. Manifesta e estimula os colegas para a adoção de hábitos saudáveis e de cuidados quotidianos de higiene.
9. Adapta-se e cumpre regras das diversas instalações e equipamentos utilizados.

EMPENHO e DESEMPENHO (COMPORTAMENTOS VISADOS)

1. Assiduidade e Pontualidade
2. Competição intensa, mas saudável
3. Empatia e cooperação com o grupo
4. Responsabilidade e cumprimento de compromissos dentro dos prazos definidos
5. Persistência nas tarefas, procurando a superação, demonstrando brio e exigência pessoal na sua prestação