



ESCOLA CERTIFICADA COM O SELO DE GARANTIA DA QUALIDADE NA EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Ano letivo: 2023-2024	4 DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA	CURSO: TODOS
Ano de Escolaridade: 10º ano		
Ciclo de Formação: 2023-2026		PORTARIA: 235-A/2018, 2018-08-23

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
MÓDULO: 1 JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS I	Rubrica	Exercício Critério	Atitudes e Valores Conhecimento Aplicação/Apropriação	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
		Situação de Jogo	Atitudes e Valores Comunicação Conhecimento	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
	Questionários (orais e/escritos)		Conhecimento	Saber científico, técnico e tecnológico

**DIMENSÃO ESCRITA: 5%**

**DIMENSÃO ORAL: 5%**

**DIMENSÃO PRÁTICA/EXPERIMENTAL: 90%**

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
MÓDULO: 4 GINÁSTICA I	Rubrica	Exercício Critério	Atitudes e Valores Conhecimento Aplicação/Apropriação	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
	Questionários (orais e/escritos)		Conhecimento	Saber científico, técnico e tecnológico

**DIMENSÃO ESCRITA: 5%**

**DIMENSÃO ORAL: 5%**

**DIMENSÃO PRÁTICA/EXPERIMENTAL: 90%**



ESCOLA CERTIFICADA COM O SELO DE  
GARANTIA DA QUALIDADE  
NA EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Ano letivo: 2023-2024	4 DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA	CURSO: TODOS
Ano de Escolaridade: 10º ano		
Ciclo de Formação: 2023-2026		PORTARIA: 235-A/2018, 2018-08-23

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
MÓDULO: 7 OUTRAS ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS	Rubrica	Exercício Critério	Atitudes e Valores Conhecimento Aplicação/Apropriação	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
		Situação de Jogo	Atitudes e Valores Comunicação Conhecimento	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
	Questionários (orais e/escritos)		Conhecimento	Saber científico, técnico e tecnológico

**DIMENSÃO ESCRITA: 5%**

**DIMENSÃO ORAL: 5%**

**DIMENSÃO PRÁTICA/EXPERIMENTAL: 90%**

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
MÓDULO: 10 DANÇA I	Rubrica	Coreografia	Atitudes e Valores Conhecimento Aplicação/Apropriação Ritmo	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
	Questionários (orais e/escritos)		Conhecimento	Saber científico, técnico e tecnológico

**DIMENSÃO ESCRITA: 5%**

**DIMENSÃO ORAL: 5%**

**DIMENSÃO PRÁTICA/EXPERIMENTAL: 90%**



ESCOLA CERTIFICADA COM O SELO DE  
GARANTIA DA QUALIDADE  
NA EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Ano letivo: 2023-2024	4 DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA	CURSO: TODOS
Ano de Escolaridade: 10º ano		
Ciclo de Formação: 2023-2026		PORTARIA: 235-A/2018, 2018-08-23

DOMÍNIOS /TEMAS	PROCESSO DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO PARA UTILIZAÇÃO SUMATIVA, COM VISTA À CLASSIFICAÇÃO DOS ALUNOS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO
MÓDULO: 13 ATIVIDADE FÍSICA / CONTEXTO E SAÚDE I	Rubrica	Trabalho de pesquisa / Apresentação Oral	Atitudes e Valores Conhecimento Comunicação	Relacionamento Interpessoal; Consciência e domínio do corpo; Informação e comunicação; Bem-estar, saúde ambiental; Saber científico, técnico e tecnológico; Pensamento crítico
	Questionários (orais e/escritos)		Conhecimento	Saber científico, técnico e tecnológico

**DIMENSÃO ESCRITA: 60%**

**DIMENSÃO ORAL: 20%**

**DIMENSÃO PRÁTICA/EXPERIMENTAL: 20%**

DESCRITORES					
CRITÉRIOS	DESCRITORES DE DESEMPENHO				
	Muito Bom (18-20)	Bom (14-17)	Suficiente (10-13)	Insuficiente (7-9)	Insuficiente (1-6)
<b>ATITUDES E VALORES</b>	Cumprir os deveres do aluno e empenha-se sistematicamente na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático.				Cumprir os deveres de aluno(a) e empenha-se na partilha de ideias/estratégias, negociando soluções e respeitando o outro, com empatia e espírito democrático, mas não o faz regularmente.
<b>APLICAÇÃO/ APROPRIAÇÃO</b>	Otimizar os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	Otimizar alguns recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.		Não otimizar os recursos educativos analógicos e digitais para evoluir técnica e cientificamente.	



ESCOLA CERTIFICADA COM O SELO DE  
GARANTIA DA QUALIDADE  
NA EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Ano letivo: 2023-2024	4 DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA	CURSO: TODOS
Ano de Escolaridade: 10º ano		
Ciclo de Formação: 2023-2026		PORTARIA: 235-A/2018, 2018-08-23

DESCRITORES					
CRITÉRIOS	DESCRITORES DE DESEMPENHO				
	Muito Bom (18-20)	Bom (14-17)	Suficiente (10-13)	Insuficiente (7-9)	Insuficiente (1-6)
<b>CONHECIMENTO</b>	Adquiriu todos os conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece muito bem e com pertinência relações entre os conceitos.		Adquiriu alguns conteúdos das aprendizagens essenciais e utiliza-os na resolução das tarefas propostas. Estabelece com alguma pertinência relações entre os conceitos		Não adquiriu os conteúdos das aprendizagens essenciais, o que o impede de resolver as tarefas propostas. Não estabelece relações entre os conceitos.
<b>COMUNICAÇÃO</b>	Comunica e/ou participa, sempre, com correção científica, de forma clara, organizada e rigorosa.		Comunica e/ou participa, por vezes, com correção científica, mas de forma nem sempre clara, organizada e rigorosa.		Não comunica e/ou participa, com correção científica, nem o faz de forma clara, organizada e rigorosa.
<b>RITMO</b>	Executa a coreografia com cadência entre os diferentes elementos entre 81 A 100% das vezes.	Executa a coreografia com cadência entre os diferentes elementos entre 41 A 60% das vezes.	Executa a coreografia com cadência entre os diferentes elementos menos de 20% das vezes.		

Aprovado em Conselho Pedagógico de 4 de outubro 2023