

Critérios de Avaliação - EDUCAÇÃO FÍSICA – Atestado Médico – 1º Ano - CURSOS PROFISSIONAIS

Domínio de Aprendizagem (AE) e ponderação	Recolha de dados para a avaliação sumativa ¹		Critérios de avaliação transversais	Áreas de Competência do PASEO ²
	Atividade	Ferramenta de classificação ³		
A Área das Atividades Físicas 100% Módulos: 1,4,7, 9 e 10	Organização da aula / Arbitragem Trabalho de pesquisa individual ou grupo / Apresentação oral individual ou grupo. Teste	Rubrica / Observação Rubrica Grelha de classificação	Conhecimento Comunicação Resolução de problemas Pensamento crítico	A, B, C, D, E, F, I
C Área dos Conhecimentos 100% Módulo: 14	Trabalho de pesquisa individual ou grupo / Apresentação oral individual ou grupo Teste	Rubrica Grelha de classificação	Conhecimento Comunicação Resolução de problemas Pensamento crítico	A, B, C, D, E, F, I

Aprovado em conselho pedagógico de 27/07/2026

¹ Indicar os procedimentos/instrumentos que serão usadas para avaliação sumativa com intenção classificatória ao longo do ano letivo em cada domínio. Contudo, os docentes das disciplinas, em articulação com o respetivo grupo disciplinar e conselhos de turma, poderão selecionar outros procedimentos de avaliação considerados adequados às dinâmicas pedagógicas das turmas, atendendo ao princípio de diversidade previsto na alínea c do art.º 23.º da Portaria 226-A/2018 de 7 de agosto e à exequibilidade dos mesmos.

² **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

³ Grelha de classificação, rubrica, grelha de observação/verificação....

Nota: • **Só são abrangidos por este regime de avaliação os alunos que se enquadrem no Artigo 15º da Lei nº 51/2012, de 5 de setembro (estatuto do aluno).**

Educação Física - 1º Ano		Perfil de Aprendizagens Específicas - Descritores de desempenho – Alunos com Atestado Médico			
Domínio/tema e ponderação	Nível 5 (18-20)	Nível 4 (14-17)	Nível 3 (10-13)	Nível 2 (7-9)	Nível 1 (0-6)
A ATIVIDADES FÍSICAS E DESPORTIVAS 100% Módulos: 1, 4, 7, 9 e 10	Revela muito a capacidade de: • Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. • Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. • Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, • Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.		Revela satisfatoriamente a capacidade de: • Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. • Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. • Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, • Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.		Revela muitas dificuldades na capacidade de: • Conhecer as ações técnico-táticas e do regulamento dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Saber, na Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os elementos e as ações técnicas elementares. • Saber, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais) os elementos e as ações técnicas elementares. • Conhecer, no Atletismo, as ações técnicas e do regulamento, • Conhecer as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) e as regras, não só no plano teórico, mas também como árbitro. • Cooperar com responsabilidade e empenho na preparação e organização da aula.

C CONHECIMENTOS 100% Módulo: 14	Revela muito a capacidade de: - Relacionar aptidão física e saúde, identificando 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. - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e de risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: • dopagem e riscos de vida e/ou saúde; • doenças e lesões; • condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. - Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro, e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva: • cumpre e explica a importância da cadeia de sobrevivência (ligar 112, reanimar, desfibrilhar,	Revela satisfatoriamente a capacidade de: - Relacionar aptidão física e saúde, identificando 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. - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e de risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: • dopagem e riscos de vida e/ou saúde; • doenças e lesões; • condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. - Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro, e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva: • cumpre e explica a importância da cadeia de sobrevivência (ligar 112, reanimar, desfibrilhar, estabilizar); • assegura as condições de segurança para o reanimador,	Revela muitas dificuldades na capacidade de: - Relacionar aptidão física e saúde, identificando 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. - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e de risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança, nomeadamente: • dopagem e riscos de vida e/ou saúde; • doenças e lesões; • condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino. - Identificar fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro, e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva: • cumpre e explica a importância da cadeia de sobrevivência (ligar 112, reanimar, desfibrilhar, estabilizar); • assegura as condições de segurança para o reanimador,
---	--	---	--

ESCOLA SECUNDÁRIA MARTINS SARMENTO
DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES
ANO LETIVO 2026/2027

	estabilizar); • assegura as condições de segurança para o reanimador, vítima e terceiros; • realiza o exame primário da vítima, numa breve sucessão de ações, avaliando a sua reatividade, a permeabilização da via aérea e a ventilação; • contacta os serviços de emergência (112) prestando a informação necessária (vítima, local e circunstâncias) de forma clara e eficiente; • realiza as manobras de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBVDAE), de acordo com o algoritmo atual, emanado pelo European Resuscitation Council (ERC); • reconhece uma obstrução grave e ligeira da via aérea, aplicando as medidas de socorro adequadas (encorajamento da tosse, remoção de qualquer obstrução visível, palmadas interescapulares, manobra de Heimlich).		vítima e terceiros; • realiza o exame primário da vítima, numa breve sucessão de ações, avaliando a sua reatividade, a permeabilização da via aérea e a ventilação; • contacta os serviços de emergência (112) prestando a informação necessária (vítima, local e circunstâncias) de forma clara e eficiente; • realiza as manobras de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBVDAE), de acordo com o algoritmo atual, emanado pelo European Resuscitation Council (ERC); • reconhece uma obstrução grave e ligeira da via aérea, aplicando as medidas de socorro adequadas (encorajamento da tosse, remoção de qualquer obstrução visível, palmadas interescapulares, manobra de Heimlich).		vítima e terceiros; • realiza o exame primário da vítima, numa breve sucessão de ações, avaliando a sua reatividade, a permeabilização da via aérea e a ventilação; • contacta os serviços de emergência (112) prestando a informação necessária (vítima, local e circunstâncias) de forma clara e eficiente; • realiza as manobras de Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa (SBVDAE), de acordo com o algoritmo atual, emanado pelo European Resuscitation Council (ERC); • reconhece uma obstrução grave e ligeira da via aérea, aplicando as medidas de socorro adequadas (encorajamento da tosse, remoção de qualquer obstrução visível, palmadas interescapulares, manobra de Heimlich).
--	---	--	--	--	--