

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9450 ESCALADA - MANOBRA DE CORDAS	Utilizar os diferentes materiais e equipamentos de escalada quer para a progressão, quer para as manobras de progressão - A, B, C, D, E, F, I, J.	A-Linguagens e textos	30%	Testes escritos
	Executar vias de escalada de diferentes níveis de dificuldade - C, D, E, F, I, J	B-Informação e comunicação		
	Executar descida em rape em diferentes condições de prática - C, D, E, F, I, J	C- Raciocínio e resolução de problemas	20%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	Executar tarefas de segurança ativa e passiva de operacionalização e enquadramento de grupo na acessibilidade e execução nos diferentes aparelhos - A, B, C, D, E, F, I, J	D - Pensamento crítico e pensamento criativo	50%	
		E - Relacionamento interpessoal		
		F - Desenvolvimento pessoal e autonomia		Registo do desempenho motor
		I - Saber científico, técnico e tecnológico		
		J – Consciência e domínio do corpo		

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
<p style="text-align: center;">7250 ÉTICA E DEONTOLOGIA NO DESPORTO</p>	<p>Princípios fundamentais dos valores éticos e culturais – A, B, D, E, F, I;</p> <p>Normas deontológicas e profissionais na sua prática profissional - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Fatores éticos de promoção do desenvolvimento institucional - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Condutas éticas conducentes à preservação da solidariedade e do respeito numa comunidade global - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Identificar as condutas éticas de intervenção aplicáveis aos agentes desportivos - A, B, C, D, E, F, I;</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B-Informação e comunicação</p> <p>C-Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D-Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E-Relacionamento interpessoal</p> <p>F-Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I-Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p style="text-align: center;">60%</p> <p style="text-align: center;">30%</p> <p style="text-align: center;">10%</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Trabalhos de grupo e/ou individuais</p> <p>Apresentações práticas</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9502 FUTEBOL – CARATERIZAÇÃO DO ESFORÇO	<p>Caracterizar o esforço específico do jogador de futebol – A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Identificar as variáveis fundamentais na organização do treino de futebol - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Utilizar os jogos reduzidos no condicionamento físico do futebolista - A, B, C, D, E, F, I;</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B-Informação e comunicação</p> <p>C-Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D-Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E-Relacionamento interpessoal</p> <p>F-Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I-Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>50%</p> <p>40%</p> <p>10%</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Trabalhos de grupo e/ou individuais</p> <p>Apresentações práticas</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9498 FUTEBOL – CAPACIDADES MOTORAS	<p>Distinguir a componente condicional do rendimento e a sua importância no futebol – A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Diagnosticar as exigências físicas colocadas pelo jogo e treino de Futebol em função do estatuto posicional - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Interpretar a influência das características morfofuncionais na escolha do estatuto posicional - A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Descrever os mecanismos básicos da adaptação funcional em função dos exercícios utilizados no treino de Futebol - A, B, C, D, E, F, I;</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B-Informação e comunicação</p> <p>C-Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D-Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E-Relacionamento interpessoal</p> <p>F-Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I-Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>50%</p> <p>40%</p> <p>10%</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Trabalhos de grupo e/ou individuais</p> <p>Apresentações práticas</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9456 GINÁSTICA AERÓBICA – MONTAGEM COREOGRÁFICA	<p>Aplicar as regras básicas utilizadas na construção de sequências coreográficas e as diferentes formas de comunicação (verbal e gestual) e a sua utilização nos exercícios com música. - A, B, C, D, E, F, I, J;</p> <p>Aplicar regras de segurança e princípios orientadores para a montagem coreográfica na aula de ginástica aeróbica - A, B, C, D, E, F, I, J;</p> <p>Reconhecer e aplicar sequências coreográficas - A, B, C, D, E, F, I, J;</p> <p>Reconhecer e aplicar métodos e estratégias de ensino de montagem coreográfica na ginástica aeróbica - A, B, C, D, E, F, I, J.</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B- Informação e comunicação</p> <p>C- Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D - Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E - Relacionamento interpessoal</p> <p>F - Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I - Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo</p>	<p>50%</p> <p>50%</p>	<p>Fichas ou trabalhos</p> <p>Trabalhos práticos ou apresentações de grupo e/ou individuais</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9442 HÓQUEI EM PATINS - METODOLOGIA DA PATINAGEM	Distinguir os diferentes tipos de patins e componentes - A, B, I.	A-Linguagens e textos	30%	Testes escritos
	Aplicar as regras de segurança na patinagem - A, B, I.	B-Informação e comunicação		
	Aplicar as técnicas de patinagem - A, B, C, E, F, I, J.	C- Raciocínio e resolução de problemas	20%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	Identificar os erros mais comuns na patinagem - A, B, C, D, E, F, I, J	D - Pensamento crítico e pensamento criativo		
Identificar progressões pedagógicas para o ensino das técnicas de patinagem - A, B, C, D, E, F, I, J	E - Relacionamento interpessoal	50%	Registo do desempenho motor	
	F - Desenvolvimento pessoal e autonomia			
	I - Saber científico, técnico e tecnológico			
	J – Consciência e domínio do corpo			

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9452 REMO	<p>Principais características do gesto de remar – A, B, C, D, E, F, I;</p> <p>Técnica base para a prática do remo indoor - A, B, C, D, E, F, I, J;</p> <p>Correção técnica e aplicação aos erros mais comuns - A, B, C, D, E, F, I, J;</p> <p>Principais diferenças entre o remo indoor e o remo na água - A, B, C, D, E, F, I, J;</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B- Informação e comunicação</p> <p>C- Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D - Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E - Relacionamento interpessoal</p> <p>F - Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I - Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo</p>	<p>30%</p> <p>20%</p> <p>50%</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Trabalhos de grupo e/ou individuais</p> <p>Registo do desempenho motor</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9443 RUGBY – INICIAÇÃO	Os valores do rugby e código de conduta – A, B, D, E, F, I;	A-Linguagens e textos	30%	Testes escritos
	Os conceitos relativos ao plano de segurança e, procedimentos em caso de lesão e emergência - A, B, C, D, E, F, I, J;	B- Informação e comunicação		
	A metodologia de ensino dos jogos preparatórios - A, B, C, D, E, F, I;	C- Raciocínio e resolução de problemas	20%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	As leis dos jogos preparatórios aos escalões de sub8 e sub14, diferenciando as faltas técnicas de outras infrações - A, B, D, E, F;	D - Pensamento crítico e pensamento criativo E - Relacionamento interpessoal F - Desenvolvimento pessoal e autonomia I - Saber científico, técnico e tecnológico J – Consciência e domínio do corpo	50%	Registo do desempenho motor

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Objetivos / Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9453 – STEP - A AULA	Identifica os passos básicos do STEP, exercícios, termos e definições. a) Domina a montagem / desmontagem e transporte do STEP b) Executa corretamente os passos básicos; c) Identifica os tempos para cada passo básico d) Executa corretamente os passos básicos em coreografia e) Domina técnica de execução – liderança à direita e esquerda Explica e estrutura uma aula de STEP	A – Linguagens e textos; B – Informação e comunicação; C – Raciocínio e resolução de problemas; D – Pensamento crítico e pensamento criativo.	70%	Avaliação da execução Prática
	a) Compreende a contagem dos tempos musicais – compasso quaternário b) Identifica o 1º tempo da frase musical; c) Aplica a coreografia em FRASE MUSICAL e BLOCO; d) Planeia considerando – Aquecimento; Fase Principal e retorno à calma Explica o efeito da velocidade da música na postura do praticante a) Relaciona a velocidade da música com a intensidade do exercício b) Explica na ficha de planificação, os princípios do treino aplicados no seu treino Conhece a história da modalidade a) Investiga e reconhece onde se iniciou a modalidade b) Reconhece as investigações científicas realizadas na área do STEP			

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9438 TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO	Carga de treino e processos adaptativos – A, B, C, D, E, F, I;	A-Linguagens e textos	60%	Testes escritos
	Treino desportivo como sistema integrado - A, B, C, D, E, F;	B-Informação e comunicação		
	Treino das qualidades físicas - A, B, C, D, E, F, I;	C-Raciocínio e resolução de problemas	30%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	Sessão de treino - A, B, C, D, E, F, I;			
	Rendimento desportivo - A, B, C, D, E, F, I;	D-Pensamento crítico e pensamento criativo	10%	
	Planeamento da formação desportiva - A, B, C, D, E, F, I;	E-Relacionamento interpessoal		
	Estilos de vida saudáveis, lesões desportivas e aplicação dos primeiros socorros - A, B, C, D, E, F, I;	F-Desenvolvimento pessoal e autonomia		
	Introdução ao suporte básico de vida - A, B, C, D, E, F, I;	I-Saber científico, técnico e tecnológico		Apresentações práticas
	Deficiência em Portugal - A, B, C, D, E, F, I;			
	Desporto para todos - A, B, C, D, E, F, I.			

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9444 VOLEIBOL – INICIAÇÃO	<p>Descrever os regulamentos básicos do Gira- Volei, Mini A e Mini B - A, B, I</p> <p>Aplicar regras facilitadoras de aprendizagem adaptadas ao escalão Mini A - I</p> <p>Relacionar a lógica inerente à organização defensiva e ofensiva do 4x4 e suas especificidades com a evolução futura para o jogo 6x6 - D, I</p> <p>Aplicar regras didáticas que potenciem a aprendizagem ao escalão Mini B – I</p>	<p>A-Linguagens e textos</p> <p>B- Informação e comunicação</p> <p>C- Raciocínio e resolução de problemas</p> <p>D - Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>E - Relacionamento interpessoal</p> <p>F - Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>I - Saber científico, técnico e tecnológico</p> <p>J – Consciência e domínio do corpo</p>	<p>20%</p> <p>20%</p> <p>60%</p>	<p>Testes escritos</p> <p>Trabalhos de grupo e/ou individuais</p> <p>Registo do desempenho motor</p>

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9518 VOLEIBOL – OBSERVAÇÃO E ORIENTAÇÃO DA EQUIPA	Identificar o papel principal da estatística no jogo/treino de Voleibol bem como a diferente terminologia e o uso de cada método estatístico. - A, B, D, I	A-Linguagens e textos	20%	Testes escritos
	Preparar um plano de jogo de Voleibol e os diferentes pontos a considerar na reunião antes do mesmo. - A, B, C, D, E	B- Informação e comunicação		
	Identificar os diferentes aspetos a considerar na orientação da equipa de voleibol em competição e após a mesma. - A, B, D, E, I	C- Raciocínio e resolução de problemas	20%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	Executar as diferentes tarefas do treinador durante e após a competição de voleibol. - A, B, C, D, E, F, I	D - Pensamento crítico e pensamento criativo	60%	Registo do desempenho prático
	Adequar os critérios e as técnicas aos jogadores, aos exercícios e aos momentos do jogo de voleibol. - I	E - Relacionamento interpessoal		
	F - Desenvolvimento pessoal e autonomia			
	I - Saber científico, técnico e tecnológico			
		J – Consciência e domínio do corpo		

ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA
Ano Letivo 2021/2022
CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO
PROFIJ NÍVEL IV – Tipo 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

UFCD	Aprendizagens específicas	Descritores do Perfil do aluno	Ponderação	Instrumentos de Avaliação
9517 VOLEIBOL – TÁTICA	Utilizar a terminologia específica da modalidade- A, B	A-Linguagens e textos	20%	Testes escritos
	Identificar as especificidades técnicas em cada fase do jogo de voleibol - I	B- Informação e comunicação		
	Relacionar os princípios dos jogos reduzidos com o jogo 6x6 - D,I	C- Raciocínio e resolução de problemas	20%	Trabalhos de grupo e/ou individuais
	Utilizar os jogos reduzidos e o treino competitivo como principal fator de formação tática dos jogadores de voleibol, perspetivando a formação do jogador a longo prazo - D,I	D - Pensamento crítico e pensamento criativo	60%	Registo do desempenho motor
	Relacionar a lógica inerente à organização defensiva com ofensiva num jogo de duplas no voleibol de praia - D, E, J	E - Relacionamento interpessoal		
Aplicar as regras didáticas que potenciem a aprendizagem do voleibol de praia - I	F - Desenvolvimento pessoal e autonomia			
	I - Saber científico, técnico e tecnológico			
	J – Consciência e domínio do corpo			