CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE PODERAÇÃO

Ensino Profissional|Técnico de Desporto 1ºAno **Ano Letivo:2026/27**

Português (Profissional) Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Oralidade	Competência da oralidade (compreensão e expressão) com base em textos/discursos de géneros adequados a propósitos comunicativos como informar com base numa perspetiva crítica em relação ao mundo atual, explicar e argumentar em situações de debate e de confronto de perspetivas.	Comunicador (A, B, D, E, H) Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)	20%	Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação; Trabalho de projeto/experimental; Debates e/ou diálogo argumentativo; Ficha/teste de avaliação ou questão-aula; Portefólio de evidências de aprendizagem individual.
Leitura	Competência da leitura centrada predominantemente em: Textos próprios do relato (relato de viagem), da transmissão de conhecimento (exposição) e da crítica (apreciação crítica e cartoon);	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Leitor (A, B, C, D, F, H, I)	20%	Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação; Trabalho de projeto/experimental; Debates e/ou diálogo argumentativo; Ficha/teste de avaliação ou questão-aula; Portefólio de evidências de aprendizagem individual.
Educação literária	Educação literária não só para conhecimento,	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G,	20%	Registos de observação:

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	leitura e apreciação estética de obras portuguesas que constituíram um marco do pensamento e da literatura portugueses entre os séculos XII e XX, mas também para desenvolvimento de hábitos de leitura.	I, J) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Criativo (A, C, D, J) Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Leitor (A, B, C, D, F, H, I) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)		intervenções orais e escritas, autoavaliação; Trabalho de projeto/experimental; Debates e/ou diálogo argumentativo; Ficha/teste de avaliação ou questão-aula; Portefólio de evidências de aprendizagem individual.
Escrita	Competência da escrita que inclua obrigatoriamente saber escrever: Sínteses, exposições sobre um tema e apreciações críticas.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Criativo (A, C, D, J) Comunicador (A, B, D, E, H) Responsável/ autónomo (C, D, E, F, G, I, J)	20%	Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação; Trabalho de projeto/experimental; Debates e/ou diálogo argumentativo; Ficha/teste de avaliação ou questão-aula; Portefólio de evidências de aprendizagem individual.
Gramática	Competência gramatical por meio de um conhecimento explícito sistematizado sobre aspetos essenciais dos diversos planos (fonológico, morfológico, das classes de palavras, sintático, semântico e textual-discursivo) da língua.	Questionador (A, F, G, I, J) Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)	20%	Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação; Trabalho de projeto/experimental; Debates e/ou diálogo argumentativo; Ficha/teste de avaliação ou questão-aula;

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
				Portefólio de evidências de aprendizagem individual.

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas. Demonstra um domínio pleno das aprendizagens essenciais previstas por unidade, aplicando os conceitos de forma eficaz e consistente em diferentes situações, incluindo contextos novos e complexos. Demonstra uma compreensão profunda e integrada dos conteúdos. Faz claras referências científicas a autores, sempre de forma correta e contextualizada. Faz referências científicas e cita autores de forma clara, precisa e contextualizadas, integrando as ideias dos autores citados de forma coesa e crítica e seguindo as normas académicas. Transforma claramente a informação em conhecimento. Transforma informação em conhecimento de maneira eficaz. Compreende e retém informação, conseguindo aplicá-la em contextos familiares e em situações mais		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas. Domina a maioria das aprendizagens essenciais previstas por unidade, aplicando corretamente os conceitos em situações familiares. Apresenta dificuldades em contextos mais complexos ou novos. Faz suficientes referências científicas a autores de forma nem sempre correta e contextualizada. Faz referências científicas e cita autores, mas com algumas falhas de clareza, correção e contextualização, revelando falhas na integração crítica das ideias dos autores citados e no cumprimento das normas académicas. Transforma suficientemente a informação em conhecimento. Transforma informação em conhecimento de forma pouco consistente. Compreende e retém informação, conseguindo aplicá-la em contextos familiares, mas revela dificuldade em aplicá-la em situações		Não domina as aprendizagens essenciais previstas. Não demonstra compreensão das aprendizagens essenciais previstas por unidade. Não consegue aplicar conceitos básicos. Não faz referências científicas a autores, de forma correta e contextualizada. Faz referências científicas e cita autores de maneira muito deficiente ou inexistente. As citações estão ausentes ou com graves falhas de clareza, correção e contextualização, não cumprindo as normas académicas. Não transforma a informação em conhecimento. Demonstra dificuldade em transformar informação em conhecimento. Reproduz informação sem compreender os conceitos. Não utiliza instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	complexas ou novas. Utiliza e domina sempre instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade. Utiliza uma ampla gama de instrumentos de pesquisa de forma eficaz, crítica e autónoma. Demonstra um domínio exemplar na avaliação, validação e mobilização de informações, verificando cuidadosamente a credibilidade de várias fontes documentais.		mais complexas ou novas. Utiliza e domina com regularidade instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade. Utiliza alguns instrumentos de pesquisa de forma adequada, mas com limitações no sentido crítico e na autonomia. Demonstra domínio da avaliação, validação e mobilização de informações, com lacunas, ao nível da verificação da credibilidade das fontes documentais.		documentais e a sua credibilidade. Não utiliza eficazmente instrumentos de pesquisa, apresentando uma grande falta de sentido crítico e de autonomia. A avaliação e validação das informações são quase inexistentes, e a verificação da credibilidade das fontes documentais é ausente ou completamente inadequada.
Consistência	Revela total compreensão do problema, estabelecendo relações/conexões entre os dados. Mobiliza, com claro sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Desenvolve sempre ideias e projetos adequados ao contexto como resultado da reflexão pessoal. Demonstra uma capacidade excecional de desenvolver ideias e projetos altamente adequados ao contexto, que refletem uma reflexão pessoal profunda e inovadora, superando expetativas.		Revela parcial compreensão do problema, nem sempre estabelecendo relações entre os dados. Mobiliza, com suficiente sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Desenvolve às vezes ideias e projetos adequados ao contexto como resultado da reflexão pessoal. Desenvolve ideias e projetos que são geralmente adequados ao contexto e que demonstram uma reflexão pessoal. As ideias são bem fundamentadas e os projetos mostram uma boa compreensão		Não revela compreensão do problema. Não mobiliza, com sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Não desenvolve ideias e projetos adequados ao contexto como resultado da reflexão pessoal. O aluno demonstra uma capacidade limitada para desenvolver ideias e projetos adequados ao contexto. As ideias são pouco originais e frequentemente não refletem uma reflexão pessoal. Os projetos apresentam desconexões com o contexto e carecem de coerência.

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	Identifica claramente áreas de interesse e de necessidade de aquisição de novas competências. Mobiliza, sempre com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. Demonstra uma capacidade excecional para mobilizar aprendizagens de forma totalmente autónoma e inovadora na construção de estratégias de resolução de problemas /ou na concretização de projetos. Aplica o conhecimento de forma altamente eficaz, resultando em soluções e produtos de grande qualidade. Manifesta clara perseverança perante as dificuldades. Revela uma perseverança excecional, mostrando determinação e resiliência exemplar diante das dificuldades. Trabalha de forma proativa para superar desafios, mantendo um alto nível de esforço e otimismo.		das exigências do contexto, embora possa faltar originalidade ou inovação em alguns aspetos. Identifica às vezes áreas de interesse e de necessidade de aquisição de novas competências. Nem sempre mobiliza com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Demonstra capacidade em mobilizar aprendizagens de forma geralmente autónoma e adequada para a construção de estratégias de resolução de problemas e a concretização de projetos. Aplica o conhecimento com alguma eficácia, mas apresenta alguma necessidade de orientação em situações mais complexas. Manifesta suficiente perseverança perante as dificuldades. O aluno demonstra uma suficiente capacidade de perseverança, persistindo diante das dificuldades e mantendo um esforço razoável para resolver problemas. Ocasionalmente precisa de incentivo para superar obstáculos.		Não identifica áreas de interesse e de necessidade de aquisição de novas competências. Não mobiliza, com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Demonstra uma capacidade muito limitada para mobilizar as aprendizagens de forma autónoma. Requer apoio constante para construir estratégias de resolução de problemas e para desenvolver projetos ou produtos. Não manifesta perseverança perante as dificuldades. Demonstra pouca ou nenhuma perseverança quando enfrenta dificuldades. Desiste diante de desafios.
Comunicação	Exprime-se sempre com rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e		Exprime-se com suficiente rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e		Não se exprime com correção nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	contextos de comunicação. Exprime-se de forma clara e correta, com excecional rigor, correção, coerência e estruturação. Mobiliza com eficácia diferentes linguagens não-verbais. Utiliza com elevada eficácia elementos como gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, complementando e reforçando a mensagem de maneira clara e envolvente. Argumenta e defende ideias, com muita facilidade. Argumenta e defende ideias com extrema facilidade, utilizando uma lógica clara, bem estruturada e persuasiva. Os argumentos são sólidos, coerentes e sustentados por evidências robustas. Antecipa e responde a objeções de forma eficaz, demonstrando domínio completo do tema. Manifesta claras competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas. Relaciona-se de forma exemplar com os colegas, promovendo um ambiente de trabalho colaborativo e inclusivo. Atua como líder natural ou facilitador, assegurando que todos os membros do		contextos de comunicação. Nem sempre se exprime de forma clara e correta, com rigor, correção, coerência e estruturação. Mobiliza com alguma eficácia diferentes linguagens não-verbais. Utiliza elementos como gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, nem sempre contribuindo para reforçar a mensagem de maneira clara. Argumenta e defende ideias, com algumas facilidade. Demonstra uma capacidade razoável de argumentar e defender ideias, embora com algumas limitações. Os argumentos são geralmente coerentes, mas podem ser superficiais ou não completamente desenvolvidos. Responde com alguma dificuldade a objeções, demonstrando pouco sólido do tema. Manifesta suficientes competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas. Relaciona-se bem com os colegas, contribuindo positivamente para o grupo e demonstrando uma boa capacidade de comunicação e cooperação, ainda que possa melhorar em alguns aspetos.		comunicação. Não se exprime de forma clara e correta, com rigor, correção, coerência e estruturação. Não mobiliza linguagens não-verbais. Não utiliza elementos como gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, para reforçar a mensagem. Não argumenta nem defende ideias. É incapaz de argumentar e defender ideias de maneira eficaz. Os argumentos apresentados são confusos, incoerentes ou inexistentes. Não consegue responder a contra-argumentos, demonstrando uma compreensão insuficiente do tema. Não manifesta competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas. Manifesta dificuldades em se relacionar com os colegas, o que frequentemente resulta em conflitos ou isolamento nas tarefas em grupo. A colaboração é mínima e o aluno raramente contribui de forma significativa.

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	grupo estejam envolvidos e que as tarefas sejam realizadas de forma eficiente e harmoniosa.		Mostra disposição para ouvir e integrar diferentes perspetivas, contribuindo para a coesão do grupo.		
Consciência	Adota sempre comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. Adota consistentemente comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar em sala de aula. Mostra-se sempre respeitoso, cooperativo e atento às necessidades dos colegas e professores, contribuindo para um ambiente de sala de aula positivo e saudável. Participa ativamente nas atividades, servindo como modelo para os outros. Manifesta sempre consciência e responsabilidade ambiental e social. Valoriza sempre o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades. Aplica sempre conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada em iniciativas de participação cidadã.		Adota com alguma regularidade comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. Nem sempre adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar em sala de aula. Demonstra quase sempre respeito e cooperação, havendo momentos de distração ou desinteresse que comprometem o bem-estar coletivo. Nem sempre manifesta consciência e responsabilidade ambiental e social. Valoriza com frequência o papel das várias formas de expressão artística e do património material e imaterial na vida e na cultura das comunidades. Aplica com alguma regularidade conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada em iniciativas de participação cidadã.		Não adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. Raramente/nunca adota comportamentos que promovam a saúde e o bem-estar em sala de aula. Frequentemente exibe atitudes desrespeitosas, que comprometem o ambiente de aprendizagem e o bem-estar dos colegas. Não manifesta consciência e responsabilidade ambiental e social. Não valoriza o papel das várias formas de expressão artística e do património na vida e na cultura das comunidades. Não aplica conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada em iniciativas de participação cidadã.
Criatividade	Apresenta sempre ideias e soluções inovadoras. É reconhecido pela sua capacidade excecional de pensar fora da caixa,		Apresenta às vezes ideias e soluções inovadoras. Apresenta ideias e soluções que, embora criativas, são geralmente pouco		Não apresenta ideias e soluções inovadoras. Mostra pouca iniciativa em propor novas abordagens.

Descritores de Desempenho|Português (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	propondo abordagens criativas que desafiam o convencional e frequentemente resultam em soluções pioneiras. Mobiliza, sempre com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. Integra conhecimentos de diferentes áreas de forma original e criativa, desenvolvendo soluções e estratégias perfeitamente adaptadas ao contexto. Participa sempre de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. Participa de forma excecionalmente criativa no desenvolvimento de projetos, sendo reconhecido pelas suas ideias inovadoras e transformadoras. Apresenta contribuições altamente originais que frequentemente definem o rumo do projeto. Utiliza sempre os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora. Utiliza de forma excecional e consistente, criativa e inovadora os diversos suportes comunicativos. As suas abordagens são reconhecidas pelo impacto significativo na qualidade e eficácia da comunicação.		inovadoras, tendendo a servir variações de soluções já conhecidas. Mobiliza às vezes, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Nem sempre integra conhecimentos de diferentes áreas de forma original e criativa, revelando alguma dificuldade no desenvolvimento de estratégias adaptadas ao contexto. Nem sempre participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. Participa no desenvolvimento de projetos mostrando alguma criatividade, mas sem grande impacto no desenvolvimento dos mesmos. Apresenta sugestões que, embora adequadas, são previsíveis e pouco diferenciadas. Utiliza às vezes os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e ou digitais de forma criativa e inovadora. Demonstra alguma capacidade em utilizar diversos suportes comunicativos de forma criativa e inovadora. As suas abordagens são variadas e mostram alguma originalidade, contribuindo para uma comunicação suficientemente eficaz e envolvente.		Não mobiliza, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Não integra conhecimentos de diferentes áreas de forma original e criativa, não desenvolvendo estratégias adaptadas ao contexto. Não participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. Raramente participa de forma criativa no desenvolvimento de projetos. Apresenta contribuições mínimas e pouco inovadoras. Não utiliza os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e ou digitais de forma criativa e inovadora. Raramente utiliza suportes comunicativos, de forma criativa e inovadora. As suas abordagens são padronizadas, sem originalidade ou diversidade.

Inglês (continuação) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Competência Comunicativa - Compreensão Oral	• Compreender as ideias principais identificando informações específicas em discursos, em diversos suportes, relacionados com as temáticas abordadas. • Compreender discursos orais em diferentes formatos. • Selecionar informação relevante verbal e não verbal em textos de tipologia diversa. • Inferir o sentido da mensagem do discurso oral	Conhecedor|Sabedor|Culto|Informado (A, B, E, G, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Crítico|Analítico (A, B, C, D, G) Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H)	20%	-Teste de compreensão do oral
Competência Comunicativa/ Interação/ Produção Oral	• Interagir em situações bem estruturadas pedindo e dando informação, solicitando clarificação e/ou repetição e adequando o nível de língua ao interlocutor. • Usar formas alternativas de expressão e compreensão. • Interagir com eficácia progressiva, participando em conversas sobre a temática em estudo. • Expressar-se, com correção, em situações previamente preparadas; • Compreender e usar vocabulário específico; • Apresentar trabalhos previamente preparados, usando marcas do discurso oral expressando-se sobre temas explorados em aula.	Comunicador (A, B, D, E, I, J) Indagador|Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador|Organizador (A, B, C, D, I) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F) Crítico|Analítico (A, B, C, D, G) Criativo (A, C, D, F, I, J) Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H)	20%	- Registos de observação das intervenções (diálogos; simulações; dramatizações; debates) - Apresentações orais; - Intervenções orais;
Competência Comunicativa - Compreensão Escrita	• Identificar o tipo e o contexto da mensagem. • Identificar e reconhecer diversos tipos de texto. • Descodificar palavras-chave/ideias presentes no texto. • Ler e compreender textos relativos às temáticas abordadas;	Conhecedor|Sabedor|Culto|Informado (A, B, E, G, I) Questionador (A, B, D, F, G, I) Crítico|Analítico (A, B, C, D, G, H)	20%	- Testes de compreensão escrita.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	Interpretar informação explícita, pontos de vista e intenções do(a) autor(a)	Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H		
Competência Comunicativa/ Interação/ Produção Escrita	• Responder a questionários e inquéritos; preencher formulários; pedir e dar informações por e-mail. • Participar em fóruns de modo estruturado, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos. • Planificar e elaborar uma atividade de escrita de acordo com as convenções textuais e sociolinguísticas, dentro das áreas temáticas apresentadas, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos.	Conhecedor|Sabedor|Culto|Informado (A, B, E, G, I) Questionador (A, F, G, I) Crítico|Analítico (A, B, C, D, G) Criativo (A, C, D, F, I) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F) Indagador|Investigador (A, C, D, F, H, I) Sistematizador|Organizador (A, B, C, I) Comunicador (A, B, D, E, H, I) Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H)	20%	- Teste de interação/produção escrita; - Questão aula. - Rubricas
Competência Estratégia	• Pesquisar, selecionar e organizar informação sobre o mundo que nos rodeia, utilizando fontes e suportes tecnológicos diversos. • Demonstrar progressiva autonomia pesquisando, selecionando e organizando informação, utilizando fontes e suportes tecnológicos diversos. • Mobilizar e desenvolver estratégias autónomas e colaborativas, adaptando-as de modo flexível às exigências das atividades propostas.	Sistematizador|Organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J) Crítico|Analítico (A, B, C, D, E, H) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/Autónomo (C, D, E, F, G, I, J)	20%	- Trabalhos de grupo e/ou pares - Registos de observação: intervenções e realização das atividades / tarefas

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Manifestar uma atitude proativa perante o processo de aprendizagem. • Relacionar o que ouve, lê e produz com o seu conhecimento e vivência pessoais, recorrendo ao pensamento crítico e criativo. • Comunicar online a uma escala local, nacional e internacional. • Desenvolver a literacia em língua inglesa, lendo textos informativos, de opinião e literários e adaptando o discurso ao registo do interlocutor através do uso adequado de vocabulário, expressões idiomáticas correntes, estruturas frásicas diversas.			

Descritores de Desempenho|Inglês (continuação)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	• Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas por domínio. • Compreende e retém informação, conseguindo mobilizá-la de modo muito eficaz em contextos familiares e em novas situações.		• Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas por domínio. • Compreende e retém informação, conseguindo aplicá-la em contextos familiares, mas revela dificuldade em aplicá-la em situações mais complexas ou novas.		• Não domina as aprendizagens essenciais previstas por domínio. • Reproduz informação, mas sem a compreender.
Consistência	• Mobiliza com muita eficácia e sentido crítico os conhecimentos adquiridos perante novas situações apresentadas.		• Mobiliza, com alguma eficácia e sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas.		• Não mobiliza os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas.

Descritores de Desempenho|Inglês (continuação)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	• Manifesta clara perseverança perante as dificuldades. • Reflete e (co)avalia sistematicamente a eficiência do seu trabalho.		• Manifesta suficiente perseverança perante as dificuldades. • Reflete e (co)avalia ocasionalmente a eficiência do seu trabalho.		• Não manifesta perseverança perante as dificuldades. • Não reflete nem (co)avalia a eficiência do seu trabalho.
Comunicação	• Exprime-se com muito rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Mobiliza com muita eficácia diferentes linguagens não-verbais (gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, …) que complementam e reforçam a mensagem de maneira clara e envolvente. • Argumenta e defende ideias, com muita facilidade.		• Exprime-se com suficiente rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Mobiliza com alguma eficácia diferentes linguagens não-verbais (gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, …) para reforçar a mensagem. • Argumenta e defende ideias, com alguma facilidade.		• Não se exprime com correção nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Não mobiliza linguagens não-verbais (gestos, expressões faciais, tom de voz, movimentos, …) para reforçar a mensagem. • Não argumenta nem defende ideias.
Consciência	• Adota sempre comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar.		• Adota, com alguma regularidade, comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar.		• Não adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar.
Criatividade	• Apresenta ideias e soluções inovadoras. • Utiliza os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos.		• Apresenta, às vezes, ideias e soluções inovadoras. • Utiliza, às vezes, os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos.		• Não apresenta ideias e soluções inovadoras. • Não utiliza os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa no desenvolvimento dos diferentes projetos.

Área de Integração (Profissionais) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Cognitivo	Área I - A PESSOA Identificação de conceitos relativos ao sujeito comunicante, gnosiológico e cultural. Identificação de conceitos relativos à compreensão do sujeito histórico-social e identificação de diferentes sistemas de relações entre o ser humano e a natureza Análise crítica de informação proveniente de fontes diversificadas – verbais, audiovisuais e informáticas, com desenvolvimento do discurso argumentativo. Intervenção, junto da comunidade escolar, face a problemáticas com relevância. Área II – A SOCIEDADE Identificação de caraterísticas físicas e humanas que constituem a identidade da região onde a escola se insere. Observação de elementos naturais e humanos das paisagens e tratamento gráfico e cartográfico de informação. Conhecimento do espaço europeu e os caminhos da integração na União Europeia. Identificação de conceitos relativos à problemática sociológica sobre trabalho, emprego e formação e questionamento sobre as relações trabalhador-trabalho-formação nas sociedades tecnológicas. Seleção e organização de informação sobre novos modelos e novas atitudes face ao trabalho. Área III – O MUNDO Identificação de aspetos sócio- económicos; culturais, informacionais e ambientais da globalização. Identificação de problemas à escala global Elaboração de propostas de solução Identificação de conceitos	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/analítico (A, B, C,D,G) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador/desenvolvimento da linguagem e da oralidade (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	80%	- Trabalho de aula /Observação direta - Pesquisa orientada - Debates e/ou diálogo argumentativo - Ficha de Trabalho - Ficha de Trabalho associada a recurso audiovisual - Trabalho de Grupo - Teste

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	axiológicos Problematização de valores ético-políticas, religiosos e estéticos, a partir de dados fornecidos pela Sociologia e Antropologia contemporâneas Formação de uma sensibilidade moral e de uma sensibilidade estética em relação ao mundo natural e à arte.			
Cidadania e Comunicação	Entrega os trabalhos produzidos conforme os requisitos solicitados. Demonstra autonomia, responsabilidade Demonstra capacidade de argumentação. Respeita as ideias dos outros. Revela capacidade de iniciativa na resolução de situações concretas Comunica utilizando termos técnicos.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo (A, C, D, J) Crítico/analítico (A, B, C,D,G) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I) Questionador (A, F, G, I, J) Comunicador/desenvolvimento da linguagem e da oralidade (A, B, D, E, H) Autoavaliador (transversal às áreas) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F) Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro	20%	- Trabalho de aula /Observação direta - Pesquisa orientada - Debates e/ou diálogo argumentativo - Ficha de Trabalho - Ficha de Trabalho associada a recurso audiovisual - Trabalho de Grupo - Teste

Descritores de Desempenho|Área de Integração (Profissionais)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas por Unidade. Faz claras referências científicas e a autores, sempre de forma correta e		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas por tema. Faz suficientes referências científicas e a autores de forma nem sempre correta e		Não domina as aprendizagens essenciais previstas por tema. Não faz referências científicas e a autores, de forma correta e contextualizada. Não transforma a

Descritores de Desempenho|Área de Integração (Profissionais)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	contextualizada. Transforma claramente a informação em conhecimento. Utiliza e domina sempre instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade.		contextualizada. Transforma suficientemente a informação em conhecimento. Utiliza e domina com regularidade instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade.		informação em conhecimento. Não utiliza instrumentos diversificados para pesquisar, descrever, avaliar, validar e mobilizar informação, de forma crítica e autónoma, verificando diferentes fontes documentais e a sua credibilidade.
Consistência	Revela total compreensão do problema, estabelecendo relações e conexões entre os dados. Mobiliza, sempre com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. Manifesta clara perseverança perante as dificuldades.		Revela parcial compreensão do problema, nem sempre estabelecendo relações entre os dados. Nem sempre mobiliza com autonomia as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Manifesta suficiente perseverança perante as dificuldades.		Não revela compreensão do problema. Não mobiliza, com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Não manifesta perseverança perante as dificuldades. Demonstra pouca ou nenhuma perseverança quando enfrenta dificuldades.
Comunicação	• Exprime-se sempre com rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Mobiliza com eficácia diferentes linguagens não verbais. • Argumenta e defende ideias, com muita facilidade. • Manifesta claras competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da		• Exprime-se com suficiente rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Mobiliza com alguma eficácia diferentes linguagens não-verbais. • Argumenta e defende ideias, com algumas facilidade. • Manifesta suficientes competências		• Não se exprime com correção nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. • Não mobiliza linguagens não-verbais. • Não argumenta nem defende ideias. • Não manifesta competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas.

Descritores de Desempenho|Área de Integração (Profissionais)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	realização de tarefas colaborativas.		associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas.		
Consciência	• Adota sempre comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar.		• Adota com alguma regularidade comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar.		• Não adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar
Criatividade	• Apresenta sempre ideias e soluções inovadoras. • Mobiliza, sempre com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. • Participa sempre de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. • Utiliza sempre os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.		• Apresenta às vezes ideias e soluções inovadoras. • Mobiliza às vezes, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. • Nem sempre participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. • Utiliza às vezes os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.		• Não apresenta ideias e soluções inovadoras. o Mostra pouca iniciativa em propor novas abordagens. • Não mobiliza, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. • Não participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos. • Não utiliza os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.

Capacitação Profissional (Economia/Geografia) Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Recolha e Tratamento da Informação	- Recolher informação utilizando diferentes meios de investigação e recorrendo a fontes físicas (livros, jornais, etc.) e/ou digitais (Internet); - Selecionar informação, elaborando sínteses de conteúdo da documentação analisada; - Transformar informação em conhecimento; - Avaliar, validar e mobilizar informação, verificando a credibilidade das fontes documentais.	- Indagador/investigador (C, D,F,H,I) - Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J) - Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) - Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J) - Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) - Auto avaliador	30%	Registos de observação; Interação na sala de aula; Trabalhos individuais e/ou de grupo; Portefólio de evidências de aprendizagem individual. Autoavaliação.
Compreensão do Mundo do Trabalho	- Adquirir instrumentos para compreender a dimensão económica da realidade social, descodificando a terminologia económica, atualmente muito utilizada quer nos meios de comunicação social, quer na linguagem corrente; - Mobilizar conhecimentos para compreender aspetos relevantes da organização económica, nomeadamente relacionados com o mercado de trabalho; - Compreender melhor as sociedades contemporâneas, em especial a portuguesa,	- Indagador/investigador (C, D,F,H,I) - Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J) - Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) - Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J) - Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) - Auto avaliador	30%	Registos de observação; Interação na sala de aula; Trabalhos individuais e/ou de grupo; Portefólio de evidências de aprendizagem individual. Autoavaliação.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	bem como os seus problemas, contribuindo para a educação para a cidadania, para a mudança e para o desenvolvimento; - Desenvolver o espírito crítico e de abertura a diferentes perspetivas de análise da realidade empresarial; - Mobilizar as aprendizagens para a construção de uma estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos.			
Comunicação e Participação	- Apresentar comunicações orais e escritas recorrendo a suportes diversificados de apresentação da informação. - Desenvolver o espírito crítico e de abertura a diferentes perspetivas de análise. - Participar ativamente nas atividades. - Desenvolver competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas, promovendo a proatividade e responsabilidade.	- Indagador/investigador (C, D,F,H,I) - Sistematizador/organizador (A, B, C, I, J) - Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) - Responsável/autónomo (C, D, E, F, G, I, J) - Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) - Auto avaliador	40%	Registos de observação; Interação na sala de aula; Trabalhos individuais e/ou de grupo; Portefólio de evidências de aprendizagem individual. Autoavaliação.

Descritores de Desempenho|Capacitação Profissional (Economia/Geografia)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas - aptidão física - conhecimentos. Conhece claramente a modalidade desportiva, identifica as regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, bem como as componentes críticas dos gestos técnicos. Identifica claramente o tipo de atividade desportiva ou outra cuja prática pode, face especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar. Conhece claramente os processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou de inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a saúde. Compreende claramente a dimensão cultural da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos identificando as características que lhe conferem essa dimensão reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas - aptidão física - conhecimentos. Conhece suficientemente a modalidade desportiva, identifica algumas regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, bem como algumas componentes críticas dos gestos técnicos. Identifica suficientemente o tipo de atividade desportiva ou outra cuja prática pode, face especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar. Conhece suficientemente os processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou de inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a saúde. Compreende suficientemente a dimensão cultural da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos identificando as características que lhe conferem essa dimensão reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.		Não domina as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas - aptidão física - conhecimentos. Não conhece a modalidade desportiva, não identifica as regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, nem as componentes críticas dos gestos técnicos. Não identifica o tipo de atividade desportiva ou outra cuja prática pode, face especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar. Não conhece os processos de controlo do esforço nem os sinais de fadiga ou de inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a saúde. Não compreende a dimensão cultural da atividade física e não identifica as características que lhe conferem essa dimensão.
Consistência	Realiza com oportunidade e correção		Realiza com oportunidade e com algumas		Não realiza com oportunidade, nem com

Descritores de Desempenho|Capacitação Profissional (Economia/Geografia)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	global, no jogo - sequência gímnica - coreografia - trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/área em causa ao ano de escolaridade. Desenvolve com oportunidade as capacidades físicas evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola e no perfil atlético em todas elas. Utiliza claramente os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.		incorreções, no jogo - sequência gímnica - coreografia - trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/área em causa ao ano de escolaridade. Desenvolve com oportunidade as capacidades físicas evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola. Utiliza suficientemente os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.		correção, no jogo - sequência gímnica - coreografia - trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/área em causa ao ano de escolaridade. Não desenvolve com oportunidade as capacidades físicas, não evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se fora da Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola em todas elas. Não utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.
Comunicação	Coopera claramente com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo - sequência gímnica - coreografia, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.		Coopera suficientemente com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo - sequência gímnica - coreografia, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.		Não coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo - sequência gímnica - coreografia.
Consciência	Aceita sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo - sequência gímnica - coreografia.		Aceita suficientemente as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo - sequência gímnica - coreografia.		Não aceita as decisões da arbitragem e não trata com cordialidade e respeito os companheiros e os adversários.

Descritores de Desempenho|Capacitação Profissional (Economia/Geografia)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Criatividade	Resolve sempre com criatividade os exercícios e as situações de jogo - sequência gímnica - coreografia apresentadas.		Resolve por vezes com criatividade os exercícios e as situações de jogo - sequência gímnica - coreografia apresentadas.		Não resolve com criatividade os exercícios e as situações de jogo - sequência gímnica - coreografia apresentadas.

Capacitação Profissional (Informática) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Conhecimentos, Conceitos e Procedimentos	Competências digitais • Literacia da informação e dos media • Capacitação de alunos sobre o uso adequado das fontes de informação • Citação das fontes de informação utilizadas, respeitando os direitos de autor e propriedade intelectual • Comunicação e colaboração digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem que requeiram que os formandos usem, eficaz e responsavelmente, tecnologias digitais para comunicação, colaboração e participação cívica. • Criação de conteúdo digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem, modifiquem e criem conteúdo digital em diferentes formatos. • Uso responsável: tomar medidas que garantam o bem-estar físico, psicológico e social dos formandos enquanto usam tecnologias digitais. • Segurança: Identificar os princípios fundamentais de segurança; sensibilizar os formandos sobre os potenciais riscos; identificar procedimentos claros a adotar de forma a responder às preocupações de segurança online. • Resolução de problemas digitais Gestão de Projetos • Familiarizar-se com uma aplicação de gestão de projetos; • Elaborar cronogramas com prazos e tarefas;	Investigador | Investigador (A, B, C, D, F, H, I) Questionador (B, C, D, E, F, I) Participativo / Colaborador (B, C, D, E, F, I) Crítico | Analítico (A, B, C, D) Responsável |Autónomo (C, D, E, F, I) Criativo (A, B, C, D, E, F, I) Sistematizador|Organizador (A, B, C, I) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F, I) Autoavaliador (A, B, C, D, E, F, I	20%	Ficha(s) de trabalho Trabalho individual / grupo Teste de avaliação

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Controlar recursos e gestão de tarefas; • Monitorizar o progresso do projeto em tempo real; ? Gerar relatórios de planeamento Inteligência Artificial • Introdução à Inteligência Artificial • Ética, Segurança e Utilização Responsável • IA generativa; Ferramentas de IA Generativa • Engenharia de Prompts (Prompt Engineering) • Aplicações Profissionais da IA			
Trabalho Prático, Experimental e de Projeto	Competências digitais • Literacia da informação e dos media • Capacitação de alunos sobre o uso adequado das fontes de informação • Citação das fontes de informação utilizadas, respeitando os direitos de autor e propriedade intelectual • Comunicação e colaboração digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem que requeiram que os formandos usem, eficaz e responsavelmente, tecnologias digitais para comunicação, colaboração e participação cívica. • Criação de conteúdo digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem, modifiquem e criem conteúdo digital em diferentes formatos. • Uso responsável: tomar medidas que garantam o bem-estar físico, psicológico e social dos formandos enquanto usam tecnologias digitais. • Segurança: Identificar os princípios	Investigador | Investigador (A, B, C, D, F, H, I) Questionador (B, C, D, E, F, I) Participativo / Colaborador (B, C, D, E, F, I) Crítico | Analítico (A, B, C, D) Responsável |Autónomo (C, D, E, F, I) Criativo (A, B, C, D, E, F, I) Sistematizador|Organizador (A, B, C, I) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F, I) Autoavaliador (A, B, C, D, E, F, I	60%	Ficha(s) de trabalho Trabalho individual / grupo

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	fundamentais de segurança; sensibilizar os formandos sobre os potenciais riscos; identificar procedimentos claros a adotar de forma a responder às preocupações de segurança online. • Resolução de problemas digitais Gestão de Projetos • Familiarizar-se com uma aplicação de gestão de projetos; • Elaborar cronogramas com prazos e tarefas; • Controlar recursos e gestão de tarefas; • Monitorizar o progresso do projeto em tempo real; ? Gerar relatórios de planeamento Inteligência Artificial • Introdução à Inteligência Artificial • Ética, Segurança e Utilização Responsável • IA generativa; Ferramentas de IA Generativa • Engenharia de Prompts (Prompt Engineering) • Aplicações Profissionais da IA			
Comunicação e Cidadania	Competências digitais • Literacia da informação e dos media • Capacitação de alunos sobre o uso adequado das fontes de informação • Citação das fontes de informação utilizadas, respeitando os direitos de autor e propriedade intelectual • Comunicação e colaboração digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem que requeiram que os formandos usem, eficaz e	Investigador | Investigador (A, B, C, D, F, H, I) Questionador (B, C, D, E, F, I) Participativo / Colaborador (B, C, D, E, F, I) Crítico | Analítico (A, B, C, D) Responsável |Autónomo	20%	Trabalho individual / grupo Apresentação oral Auto e heteroavaliação

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	responsavelmente, tecnologias digitais para comunicação, colaboração e participação cívica. • Criação de conteúdo digital: incorporar atividades, tarefas e avaliações de aprendizagem, modifiquem e criem conteúdo digital em diferentes formatos. • Uso responsável: tomar medidas que garantam o bem-estar físico, psicológico e social dos formandos enquanto usam tecnologias digitais. • Segurança: Identificar os princípios fundamentais de segurança; sensibilizar os formandos sobre os potenciais riscos; identificar procedimentos claros a adotar de forma a responder às preocupações de segurança online. • Resolução de problemas digitais Gestão de Projetos • Familiarizar-se com uma aplicação de gestão de projetos; • Elaborar cronogramas com prazos e tarefas; • Controlar recursos e gestão de tarefas; • Monitorizar o progresso do projeto em tempo real; ? Gerar relatórios de planeamento Inteligência Artificial • Introdução à Inteligência Artificial • Ética, Segurança e Utilização Responsável • IA generativa; Ferramentas de IA Generativa • Engenharia de Prompts (Prompt Engineering) • Aplicações Profissionais da IA	(C, D, E, F, I) Criativo (A, B, C, D, E, F, I) Sistematizador|Organizador (A, B, C, I) Participativo|Colaborador (B, C, D, E, F, I) Autoavaliador (A, B, C, D, E, F, I		

Descritores de Desempenho|Capacitação Profissional (Informática)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas por domínio tema. Transforma claramente a informação em conhecimento.?		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas por domínio tema. Transforma suficientemente a informação em conhecimento.?		Não mobiliza, com sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Não utiliza as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema.
Consistência	Desenvolve sempre ideias e projetos adequados ao contexto como resultado da reflexão pessoal. Utiliza claramente as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema.		Mobiliza, com suficiente sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Utiliza suficientemente as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema.		Não mobiliza, com sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Não utiliza as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema.
Comunicação	Argumenta e defende ideias, com muita facilidade.?		Argumenta e defende ideias, com alguma facilidade.?		Não argumenta nem defende ideias.?
Consciência	Aplica sempre conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada e em iniciativas de participação cidadã.?		Aplica com alguma regularidade conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada e em iniciativas de participação cidadã.?		Não aplica conhecimentos adquiridos, na tomada de decisão informada e em iniciativas de participação cidadã.?
Criatividade	Participa sempre de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos.?		Nem sempre participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos.?		Não participa de forma criativa no desenvolvimento de diferentes projetos.?

Educação Física (Profissional 1) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	- Conhecer os objetivos, regras, gestos técnicos e materiais utilizados em cada módulo lecionado. M1- JDC I - Basquetebol – Nível Introdução - Cooperar com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas; - Aceitar as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo; - Conhecer o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras. M4 - Ginástica I – Nível Introdução - Realizar esquemas individuais, combinando habilidades do Nível Introdução da Ginástica de Solo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios; - Realizar elementos, habilidades ou saltos do Nível Introdução de um aparelho da Ginástica de Aparelhos, colaborando com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colaborando na preparação,	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	100%	Nos módulos 1,4,7,9 e 10, os PRI a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério e situação de jogo) - Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) - Fichas de trabalho (individual e/ou grupo) - Teste de Avaliação Cognitiva e/ ou questionamento oral.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	arrumação e preservação do material; - Combinar as habilidades em sequências. M7 - ARP I - Atletismo – Nível Introdução - Cooperar com os companheiros, admitindo as indicações que lhe dirigem e cumprindo as regras que garantam as condições de segurança e a preparação, arrumação e preservação do material; - Realizar e analisar do atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. M9 - AEN – Orientação/Escalada – Nível Introdução - Realizar atividades de exploração da natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação, segurança e, especialmente, de preservação da qualidade do ambiente; - Cooperar com os companheiros, de forma a contribuir para o êxito na realização de percursos de Orientação; - Realizar um percurso de Orientação simples, a par, num espaço apropriado, seguindo um mapa simples, preenchendo corretamente o cartão de controlo e doseando o esforço para resistir à fadiga; - Realizar um percurso na escola, em equipa, com o cartão de controlo preenchido corretamente, utilizando a bússola e o seu passo para determinar direções e distâncias.			

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	- Realizar uma ascensão na parede de escalada numa via de nível introdutório utilizando a técnica dos 3 apoios; - Preparar a via com a colocação da corda, e demais equipamentos de segurança. - Realizar o nó de 8 duplo; - Dar segurança a um colega. M10 - Dança – Nível Introdução - Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos, integrados no Nível Introdução da dança selecionada, em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições; - Cooperar com os companheiros, incentivando a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento e, considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas; - Conhecer a origem cultural e histórica das danças selecionadas e identificar as suas caraterísticas bem como as zonas geográficas a que pertencem; - Regadinho: dançar respeitando as diferentes posturas e posições assumidas, executando os passos em sincronia com a música, demostrando as seguintes qualidades: a) a Maria a #gingar a bacia no passo de passeio.			
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	- Elevar o nível funcional das CAPACIDADES CONDICIONAIS e COORDENATIVAS GERAIS (resistência geral de longa e de média duração; da força resistente; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência; das destrezas geral e específica. - Identificar as capacidades físicas: resistência, força, velocidade, flexibilidade, agilidade e coordenação (geral), de acordo com as características do			

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	esforço realizado. Interpretar as principais adaptações do funcionamento do seu organismo durante a atividade física.			
ÁREA DOS CON HECIMENTOS	-Relacionar a 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. - 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 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.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas) Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	100%	No módulo 14, os PRI a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério e situação de jogo) - Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) - Fichas de trabalho (individual e/ou grupo) - Teste de Avaliação Cognitiva e/ ou questionamento oral.

Descritores de Desempenho|Educação Física (Profissional 1)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas/aptidão		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas/aptidão		Não domina as aprendizagens essenciais previstas nos domínios das atividades físicas/aptidão física/conhecimentos.

Descritores de Desempenho|Educação Física (Profissional 1)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	física/conhecimentos. Conhece claramente a modalidade desportiva, identifica as regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, bem como as componentes críticas dos gestos técnicos. Conhece claramente os fatores associados a um estilo de vida saudável, relacionando-os com aptidão física e saúde. Interpreta claramente os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança. Identifica claramente os fenómenos que limitam ou potenciam a prática de atividade física. Domina claramente os procedimentos de suporte básico de vida, no contexto das atividades físicas.		física/conhecimentos. Conhece suficientemente a modalidade desportiva, identifica as regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, bem como as componentes críticas dos gestos técnicos. Conhece suficientemente os fatores associados a um estilo de vida saudável, relacionando-os com aptidão física e saúde. Interpreta suficientemente os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança. Identifica suficientemente os fenómenos que limitam ou potenciam a prática de atividade física. Domina suficientemente os procedimentos de suporte básico de vida, no contexto das atividades físicas.		Não conhece a modalidade desportiva, nem identifica as regras fundamentais, as principais ações técnico-táticas, bem como as componentes críticas dos gestos técnicos. Não conhece os fatores associados a um estilo de vida saudável, nem os relaciona com aptidão física e saúde. Não interpreta os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, não utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança. Não identifica os fenómenos que limitam ou potenciam a prática de atividade física. Não domina os procedimentos de suporte básico de vida, no contexto das atividades físicas.
Consistência	Realiza com oportunidade e correção global, no jogo/sequência gímnica/coreografia/trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/área em causa/ano de		Realiza com oportunidade e com algumas incorreções, no jogo/sequência gímnica/coreografia/trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/ área em causa/ano de		Não realiza com oportunidade, nem com correção, no jogo/sequência gímnica/coreografia/trabalho de pesquisa e em exercícios critério as ações definidas nas aprendizagens essenciais para a modalidade/área em causa/ano de

Descritores de Desempenho|Educação Física (Profissional 1)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	escolaridade. Desenvolve com oportunidade as capacidades físicas evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola® e no perfil atlético em todas elas. Utiliza claramente os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.		escolaridade. Desenvolve com oportunidade as capacidades físicas evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se na Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola®. Utiliza suficientemente os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.		escolaridade. Não desenvolve com oportunidade as capacidades físicas, não evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadrando-se fora da Zona Saudável de Aptidão Física, do programa FITescola® em todas elas. Não utiliza os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.
Comunicação	Coopera claramente com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo/sequência gímnica/coreografia, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.		Coopera suficientemente com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo/sequência gímnica/coreografia, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.		Não coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo/sequência gímnica/coreografia.
Consciência	Aceita sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo/sequência gímnica/coreografia.		Aceita por suficientemente as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo/sequência gímnica/coreografia.		Não aceita as decisões da arbitragem e não trata com cordialidade e respeito os companheiros e os adversários
Criatividade	Resolve sempre com criatividade os exercícios e as situações de jogo/sequência gímnica/coreografia		Resolve por vezes com criatividade os exercícios e as situações de jogo/sequência gímnica/coreografia		Não resolve com criatividade os exercícios e as situações de jogo/sequência gímnica/coreografia

Descritores de Desempenho|Educação Física (Profissional 1)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	apresentadas.		apresentadas.		apresentadas.

Matemática (Profissionais) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Conhecimento de conceitos e procedimentos matemáticos	Dominar as aprendizagens essenciais previstas no módulo.	Saber científico, técnico e tecnológico (I)	60%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar com fins classificatórios serão selecionados de entre os seguintes: Registos de observação de intervenções orais e escritas; Trabalho de projeto/experimental; Ficha/teste de avaliação ou questão aula; Debates e/ou diálogo argumentativo; Tarefa de resolução de problemas.
Raciocínio matemático e resolução de problemas	Resolução de Problemas: Revelar compreensão do problema, estabelecendo relações/conexões entre os dados. Mobilizar, com sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Utilizar as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema. Mobilizar os processos de reflexão, comparação e argumentação em relação às produções artísticas e tecnológicas, integradas nos contextos sociais, geográficos, históricos e políticos. Pensamento computacional: Extrair a informação essencial de um problema.	Informação e comunicação (B) Raciocínio e resolução de problemas (C) Pensamento crítico e pensamento criativo (D) Saber científico, técnico e tecnológico (I)	20%	Registos de observação de intervenções orais e escritas; Trabalho de projeto/experimental; Ficha/teste de avaliação ou questão aula; Debates e/ou diálogo argumentativo; Tarefa de resolução de problemas.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	Estruturar a resolução de problemas por etapas de menor complexidade de modo a reduzir a dificuldade do problema. Reconhecer ou identificar padrões e regularidades no processo de resolução de problemas e aplicá-los em outros problemas semelhantes. Desenvolver um procedimento (algoritmo) passo a passo para solucionar o problema, nomeadamente recorrendo à tecnologia. Procurar e corrigir erros, testar, refinar e otimizar uma dada resolução.			
Comunicação matemática	Exprimir, oralmente e por escrito, ideias matemáticas, com precisão e rigor, e justificar raciocínios, procedimentos e conclusões, recorrendo ao vocabulário e linguagem próprios da Matemática (convenções, notações, terminologia e simbologia). Trabalhar em equipa e aprender a considerar diversas perspetivas e a construir consensos. Trabalhar com recurso a materiais, instrumentos, ferramentas, máquinas e equipamentos tecnológicos, relacionando conhecimentos técnicos e científicos.	Linguagens e textos (A) Informação e comunicação (B) Relacionamento interpessoal (E) Desenvolvimento pessoal e autonomia (F) Saber científico, técnico e tecnológico (I)	20%	Registos de observação de intervenções orais e escritas; Trabalho de projeto/experimental; Ficha/teste de avaliação ou questão aula; Debates e/ou diálogo argumentativo; Tarefa de resolução de problemas.

Descritores de Desempenho|Matemática (Profissionais)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Domina claramente as aprendizagens essenciais previstas por tema. - Demonstra um domínio pleno das aprendizagens essenciais previstas por tema, aplicando os conceitos de forma eficaz e consistente em diferentes situações, incluindo contextos novos e complexos. - Demonstra uma compreensão profunda e integrada dos conteúdos.		Domina suficientemente as aprendizagens essenciais previstas por tema. - Domina a maioria das aprendizagens essenciais previstas por tema, aplicando corretamente os conceitos em situações familiares. - Apresenta dificuldades em contextos mais complexos ou novos.		Não domina as aprendizagens essenciais previstas por tema. - Não demonstra compreensão das aprendizagens essenciais previstas por tema. - Não consegue aplicar conceitos básicos.
Consistência	Revela total compreensão do problema, estabelecendo relações/conexões entre os dados. Mobiliza, com claro sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Mobiliza, sempre com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. Utiliza claramente as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema. - Demonstra elevada capacidade de utilizar estratégias e ferramentas, aplicando-as para resolver problemas. Manifesta clara perseverança perante as dificuldades.		Revela parcial compreensão do problema, nem sempre estabelecendo relações entre os dados. Mobiliza, com suficiente sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Nem sempre mobiliza com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Utiliza suficientemente as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema. - Demonstra algumas falhas na compreensão das técnicas e ferramentas, nem sempre as aplicando de maneira correta. Manifesta suficiente perseverança perante as dificuldades.		Não revela compreensão do problema. Não mobiliza, com sentido crítico, os conhecimentos aprendidos perante novas situações apresentadas. Não mobiliza, com autonomia, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Não utiliza as estratégias e ferramentas adequadas para resolver o problema. Não manifesta perseverança perante as dificuldades.

Descritores de Desempenho|Matemática (Profissionais)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Comunicação	Exprime-se sempre com rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. Manifesta claras competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas.		Exprime-se com suficiente rigor, correção e coerência nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. Manifesta suficientes competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas.		Não se exprime com correção nas diferentes linguagens, associadas aos diferentes domínios e contextos de comunicação. Não manifesta competências associadas ao relacionamento interpessoal, em contexto da realização de tarefas colaborativas.
Consciência	Adota sempre comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. - Mostra-se sempre respeitoso, cooperativo e atento, contribuindo para um ambiente de sala de aula positivo e saudável.		Adota com alguma regularidade comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. - Demonstra quase sempre respeito e cooperação, havendo momentos de distração ou desinteresse que comprometem o bem-estar coletivo.		Não adota comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar. - Frequentemente exibe atitudes desrespeitosas, que comprometem o ambiente de aprendizagem e o bem-estar dos colegas.
Criatividade	Mobiliza, sempre com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia de resolução de problemas e/ou concretização de projetos/produtos. Utiliza sempre os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.		Mobiliza às vezes, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Utiliza às vezes os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.		Não mobiliza, com criatividade, as aprendizagens para a construção da sua estratégia. Não utiliza os diversos suportes comunicativos, discursivos, textuais, audiovisuais e/ou digitais de forma criativa e inovadora.

Estudo do Movimento (Profissional) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
Conhecimentos	• Identificar a posição anatómica e os planos de orientação espacial. • Distinguir os diferentes tipos de tecidos que constituem o sistema osteoarticular (conjuntivo, cartilagíneo, ósseo e adiposo). • Compreender os efeitos da atividade física sobre ligamentos, tendões, cartilagens e osso. • Conhecer os tipos de articulações e os movimentos articulares (flexão, extensão, adução, abdução, rotação, pronação e supinação). • Reconhecer a estrutura óssea e articular da cabeça, tronco e membros. • Relacionar as características da coluna vertebral e das articulações com a mobilidade e estabilidade corporal. • Identificar a organização macroscópica e microscópica do músculo esquelético. • Explicar os mecanismos de contração e relaxamento muscular. • Relacionar o metabolismo energético com o funcionamento muscular e a produção de ATP. • Distinguir os diferentes tipos de fibras musculares e as suas características. • Reconhecer os principais tipos de ação muscular (concêntrica, excêntrica, estática e ciclo alongamento-encurtamento). • Compreender as funções dos músculos agonistas, antagonistas e fixadores. • Identificar e localizar os principais grupos	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/ Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	80%	Os Processos de Recolha de informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: -Construção do Documento de trabalho (PowerPoint) -Trabalho grupo (Apresentação final) Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado) - Registos de observação: Interação na aula / Trabalho de aula; - Ficha/teste de avaliação ou questão aula; - Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) - Trabalhos de pesquisa / Conceção e aplicação de tarefas

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	musculares do tronco, membros superiores e inferiores e relacioná-los com o movimento corporal. • Distinguir a organização e as funções do Sistema Nervoso Central e Periférico. • Diferenciar o Sistema Nervoso Somático e o Sistema Nervoso Autónomo. • Conhecer a estrutura e função do neurónio e da sinapse. • Identificar as funções da medula espinal, tronco cerebral, córtex cerebral e cerebelo. • Compreender os mecanismos de coordenação neuromuscular, nomeadamente as unidades motoras e os grupos motores. • Explicar a coordenação intra e intermuscular. • Compreender os mecanismos que regulam a força e a contração muscular. • Identificar as causas e fatores da fadiga muscular. • Conhecer as adaptações neuromusculares ao exercício físico, incluindo hipertrofia e alterações metabólicas associadas ao treino.			
Atitudes	• Autonomia. • Responsabilidade pelas suas ações. • Rigor. • Sentido crítico. • Empenho e persistência. • Escuta ativa.	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)	20%	Os Processos de Recolha de informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: -Construção do Documento de

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Assertividade na comunicação. • Respeito pelas diferenças individuais. • Respeito pelas regras e normas definidas.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/ Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)		trabalho (PowerPoint) -Trabalho grupo (Apresentação final) Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado) - Registos de observação: Interação na aula / Trabalho de aula; - Ficha/teste de avaliação ou questão aula; - Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) - Trabalhos de pesquisa / Conceção e aplicação de tarefas

Descritores de Desempenho|Estudo do Movimento (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	Compreende claramente a constituição e o funcionamento do sistema ósseo e articular, relacionando a sua estrutura com o movimento humano. Conhece claramente a estrutura e o funcionamento do sistema muscular, compreendendo o seu papel na produção do movimento.		Compreende suficientemente/ não compreende a constituição e o funcionamento do sistema ósseo e articular, relacionando a sua estrutura com o movimento humano. Conhece suficientemente a estrutura e o funcionamento do sistema muscular, compreendendo o seu papel na produção do movimento.		Não compreende a constituição e o funcionamento do sistema ósseo e articular, relacionando a sua estrutura com o movimento humano. Não conhece a estrutura e o funcionamento do sistema muscular, compreendendo o seu papel na produção do movimento.

Descritores de Desempenho|Estudo do Movimento (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	Compreende claramente a intervenção do sistema nervoso no controlo, coordenação e adaptação do movimento humano		Compreende suficientemente a intervenção do sistema nervoso no controlo, coordenação e adaptação do movimento humano		Não compreende a intervenção do sistema nervoso no controlo, coordenação e adaptação do movimento humano
Consistência	Compreende sempre com oportunidade e correção a organização anatómica do corpo humano. Reconhece sempre com oportunidade e correção a estrutura e o funcionamento do sistema ósseo e articular, distinguindo os tipos de articulações e os movimentos articulares. Relaciona sempre com oportunidade e correção a anatomia da coluna vertebral e das articulações com a mobilidade e a estabilidade corporal. Compreende sempre com oportunidade e correção os mecanismos de contração muscular e os processos energéticos envolvidos. Relaciona sempre com oportunidade e correção os diferentes tipos de fibras e ações musculares com a produção do movimento e o desempenho físico. Compreende sempre com oportunidade e correção a participação e função dos principais grupos musculares do corpo nos		Compreende com oportunidade e algumas incorreções a organização anatómica do corpo humano. Reconhece com oportunidade e algumas incorreções a estrutura e o funcionamento do sistema ósseo e articular, distinguindo os tipos de articulações e os movimentos articulares. Relaciona com oportunidade e algumas incorreções a anatomia da coluna vertebral e das articulações com a mobilidade e a estabilidade corporal. Compreende com oportunidade e algumas incorreções os mecanismos de contração muscular e os processos energéticos envolvidos. Relaciona com oportunidade e algumas incorreções os diferentes tipos de fibras e ações musculares com a produção do movimento e o desempenho físico. Compreende com oportunidade e algumas incorreções a participação e função dos principais grupos musculares do corpo nos		Não compreende a organização anatómica do corpo humano. Não reconhece a estrutura e o funcionamento do sistema ósseo e articular, distinguindo os tipos de articulações e os movimentos articulares. Não relaciona a anatomia da coluna vertebral e das articulações com a mobilidade e a estabilidade corporal. Não compreende os mecanismos de contração muscular e os processos energéticos envolvidos. Não relaciona os diferentes tipos de fibras e ações musculares com a produção do movimento e o desempenho físico. Não compreende a participação e função dos principais grupos musculares do corpo nos movimentos humanos. Não compreende a organização e o funcionamento do sistema nervoso nem identifica as estruturas fundamentais envolvidas no controlo e na regulação do movimento.

Descritores de Desempenho|Estudo do Movimento (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	movimentos humanos. Compreende sempre com rigor, autonomia e correção a organização e o funcionamento do sistema nervoso, identificando corretamente as estruturas envolvidas no controlo e na regulação do movimento. Relaciona sempre com rigor, autonomia e correção a ação do sistema nervoso com a contração muscular, a produção de força e a realização do movimento. Analisa sempre com rigor, autonomia e correção a fadiga e as adaptações neuromusculares decorrentes do exercício físico, compreendendo os efeitos do treino no desempenho motor.		movimentos humanos. Por vezes, compreende a organização e o funcionamento do sistema nervoso, identificando algumas estruturas envolvidas no controlo e na regulação do movimento, com algumas incorreções ou necessidade de apoio. Por vezes, relaciona a ação do sistema nervoso com a contração muscular, a produção de força e o movimento, com algumas incorreções ou necessidade de apoio. Analisa a fadiga e as adaptações neuromusculares decorrentes do exercício físico, compreendendo parcialmente os efeitos do treino no desempenho motor, com algumas incorreções ou necessidade de apoio.		Não relaciona a ação do sistema nervoso com a contração muscular, a produção de força e a realização do movimento. Não analisa a fadiga e as adaptações neuromusculares nem compreende os efeitos do treino no desempenho motor.
Comunicação	Exprime-se sempre com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. Utiliza sempre com rigor a terminologia específica da disciplina.		Exprime-se, por vezes, com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. Utiliza, por vezes com rigor, a terminologia específica da disciplina.		Não se exprime com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. Não utiliza com rigor a terminologia específica da disciplina.
Consciência	Aceita sempre as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. Trata sempre com cordialidade e respeito		Aceita, por vezes, as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. Trata, por vezes, com cordialidade e		Não aceita as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. Não trata com cordialidade e respeito o

Descritores de Desempenho|Estudo do Movimento (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	o professor e os companheiros. Cumpre sempre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. Assume sempre com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		respeito o professor e os companheiros. Cumpre, por vezes, com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. Assume, por vezes, com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		professor e os companheiros. Não cumpre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. Não assume com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.
Criatividade	Resolve sempre com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. Mobiliza sempre/ por vezes/ Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. Apresenta sempre/ por vezes/ Não apresenta ideias e soluções inovadoras na aplicação de tarefas e projetos.		Resolve, por vezes, com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. Mobiliza, por vezes, com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. Apresenta, por vezes, ideias e soluções inovadoras na aplicação de tarefas e projetos.		Não resolve com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. Não apresenta ideias e soluções inovadoras na aplicação de tarefas e projetos.

Metodologia do Desporto — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
conhecimentos	• Pedagogia e Didática do Treino • Planeamento e Organização • Aprendizagem e Desenvolvimento • Observação e Avaliação • Comportamento Reflexivo • Planeamento de treino • Observação e avaliação do processo de treino. • Bioenergética e Sistemas Energéticos • Fadiga e Adaptação ao Exercício • Sistema Neuromuscular • Sistema Cardiovascular e Cardiorrespiratório • Sistema endócrino • Primeiros Socorros e Emergência Médica • Suporte Básico de Vida • Comunicação e Segurança • Trauma e Lesões • Outras emergências médicas • Planeamento de Projetos desportivos • Gestão e Colaboração em Projetos desportivos • Análise e Avaliação em Projetos desportivos	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Observação direta (evolução aula a aula do trabalho realizado, autonomia, criatividade, interação e sociabilidade); - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Elaboração de dossier e/ou portefólio e/ou projeto(s); - Prática pedagógica simulada e/ou real; - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Teste de avaliação e/ou questão aula e/ou questionamento oral; - Auto e heteroavaliação.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
aptidões	• Compreender e aplicar os princípios da formação desportiva de crianças e jovens. • Comunicar eficazmente com praticantes, pais e restantes intervenientes. • Observar e avaliar o desempenho técnico e tático. • Promover a motivação, os valores e o desenvolvimento pessoal através do desporto. • Compreender os princípios didáticos do treino. • Planear e organizar sessões de treino. • Comunicar e motivar os praticantes. • Aplicar exercícios e promover a aprendizagem e interação dos participantes. • Observar, avaliar e ajustar o treino de acordo com as regras e normas definidas. • Compreender a fisiologia do esforço e a sua importância na atividade física e no desempenho desportivo. • Identificar as capacidades físicas e os sistemas energéticos, distinguindo os esforços aeróbios e anaeróbios. • Analisar as respostas fisiológicas e o controlo muscular associados ao exercício físico. • Compreender os mecanismos da fadiga desportiva e as estratégias de recuperação energética e muscular. • Adequar o treino desportivo ao ciclo de treino e à condição física individual, promovendo a melhoria do desempenho e a prevenção de lesões.	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Observação direta (evolução aula a aula do trabalho realizado, autonomia, criatividade, interação e sociabilidade); - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Elaboração de dossier e/ou portefólio e/ou projeto(s); - Prática pedagógica simulada e/ou real; - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Teste de avaliação e/ou questão aula e/ou questionamento oral; - Auto e heteroavaliação.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Promover a segurança e prevenir acidentes. • Reconhecer situações de emergência e os limites de intervenção. • Aplicar procedimentos de emergência e primeiros socorros. • Executar manobras de suporte básico de vida. • Colaborar com os serviços de emergência. • Diagnosticar necessidades e oportunidades de projeto. • Comunicar e alinhar objetivos com os intervenientes. • Planear e organizar projetos. • Gerir recursos, cronogramas e orçamentos. • Implementar, monitorizar e avaliar projetos de acordo com as normas definidas.			
atitudes	• Autonomia, iniciativa e responsabilidade. • Comunicação eficaz e relacionamento interpessoal (empatia, escuta ativa, assertividade e respeito pelo outro). • Liderança, autocontrolo e adaptabilidade. • Rigor, organização, observação e sentido crítico. • Capacidade analítica e resolução de problemas. • Respeito pela diversidade, inclusão e responsabilidade social. • Ética profissional e cumprimento das regras, normas e princípios de segurança. • Empenho, disciplina e qualidade no	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	20%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Observação direta (evolução aula a aula do trabalho realizado, autonomia, criatividade, interação e sociabilidade); - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	desempenho.	Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)		torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Elaboração de dossier e/ou portefólio e/ou projeto(s); - Prática pedagógica simulada e/ou real; - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Teste de avaliação e/ou questão aula e/ou questionamento oral; - Auto e heteroavaliação.

Descritores de Desempenho|Metodologia do Desporto					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	• Enquadra claramente a pedagogia e a didática no treino desportivo. • Analisa e/ou domina claramente os processos fisiológicos de esforço nas atividades físicas e desportivas. • Domina claramente a forma de atuação em situações de emergência no treino desportivo. • Desenha e executa claramente		• Enquadra suficientemente a pedagogia e a didática no treino desportivo. • Analisa e/ou domina suficientemente os processos fisiológicos de esforço nas atividades físicas e desportivas. • Domina suficientemente a forma de atuação em situações de emergência no treino desportivo. • Desenha e executa suficientemente		• Não enquadra a pedagogia e a didática no treino desportivo. • Não analisa os processos fisiológicos de esforço nas atividades físicas e desportivas. • Não domina a forma de atuação em situações de emergência no treino desportivo. • Não desenha ou executa programas e

Descritores de Desempenho|Metodologia do Desporto					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	programas e projetos de desporto.		programas e projetos de desporto.		projetos de desporto.
Consistência	• Identifica e analisa sempre, de forma correta e fundamentada, os objetivos e características do desporto juvenil e o papel dos pais. • Aplica sempre corretamente e de forma oportuna as etapas do processo pedagógico, definindo objetivos adequados ao contexto. • Prepara e comunica sempre a informação de forma clara, correta e adequada ao momento e às características dos praticantes. • Cria, de forma consistente, um ambiente de treino pedagógico inclusivo, diversificado e promotor da participação ativa e da autonomia dos praticantes. • Aplica sempre ferramentas motivacionais de forma correta e oportuna, contribuindo para o envolvimento e empenho dos praticantes. • Organiza sempre corretamente os registos da unidade de treino e da competição e avalia o impacto do processo pedagógico no desenvolvimento dos praticantes. • Relaciona sempre corretamente e de forma fundamentada os processos		• Por vezes, identifica e analisa com algumas incorreções ou fundamentação incompleta os objetivos e características do desporto juvenil e o papel dos pais. • Aplica parcialmente o processo pedagógico, evidenciando algumas incorreções ou dificuldades na adequação ao contexto. • Por vezes, prepara e comunica a informação com algumas incorreções ou inadequações na forma ou no momento da intervenção. • Às vezes, cria um ambiente de treino de aprendizagem adequado, embora com algumas limitações ou incorreções na promoção da autonomia e participação. • Aplica ferramentas motivacionais com algumas incorreções ou de forma pouco consistente. • Organiza os registos e avalia o processo pedagógico de treino com algumas incorreções ou omissões. • Por vezes, relaciona os processos adaptativos, os mecanismos de fadiga e os limites biológicos da adaptação ao treino, com algumas incorreções ou fundamentação insuficiente.		• Não identifica nem analisa adequadamente os objetivos e características do desporto juvenil e o papel dos pais. • Não aplica o processo pedagógico nem operacionaliza os objetivos de forma adequada. • Não prepara nem comunica a informação de forma adequada ao contexto de treino. • Não cria um ambiente pedagógico favorável à aprendizagem nem promove a autonomia dos praticantes. • Não aplica estratégias motivacionais adequadas ao contexto de treino. • Não organiza adequadamente os registos nem avalia o impacto do processo de treino. • Não relaciona adequadamente os processos adaptativos, a fadiga e os limites biológicos. • Não analisa adequadamente os processos metabólicos nem a sua aplicação. • Não analisa adequadamente as respostas fisiológicas ao exercício físico.

Descritores de Desempenho|Metodologia do Desporto					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	adaptativos, os mecanismos de fadiga e os limites biológicos da adaptação ao treino. • Analisa sempre corretamente os processos metabólicos, identificando a sua aplicação em diferentes situações de esforço. • Analisa sempre corretamente e de forma oportuna as respostas fisiológicas decorrentes do exercício físico. • Aplica o código de conduta profissional e assegura, de forma correta e oportuna, as condições de segurança para o reanimador e para a vítima. • Executa corretamente e de forma oportuna os procedimentos da cadeia de sobrevivência e o algoritmo de SBV-DAE. • Identifica corretamente as lesões desportivas e aplica as técnicas de socorrismo de forma adequada à situação. • Diagnostica sempre corretamente e de forma fundamentada as necessidades, expectativas e restrições dos participantes. • Planeia e organiza sempre o programa ou projeto de forma correta, estruturada e adequada à sua implementação. • Define sempre corretamente os dados, instrumentos e procedimentos necessários à recolha e avaliação dos resultados.		• Por vezes, analisa os processos metabólicos com algumas incorreções ou dificuldades de aplicação aos contextos apresentados. • Analisa as respostas fisiológicas com algumas incorreções ou interpretações incompletas. • Aplica as normas de conduta e segurança para o reanimador e para a vítima.com algumas incorreções ou inadequações. • Executa os procedimentos com algumas incorreções ou hesitações na sua aplicação. • Identifica e aplica técnicas de socorrismo com algumas incorreções ou limitações. • Diagnostica com algumas incorreções ou de forma incompleta. • Planeia e organiza o programa ou projeto desportivo, com algumas incorreções ou falhas de estruturação. • Define os procedimentos de recolha e avaliação com algumas incorreções ou omissões.		• Não aplica adequadamente as normas de conduta profissional nem as condições de segurança. • Não executa adequadamente os procedimentos da cadeia de sobrevivência e do SBV-DAE. • Não identifica adequadamente as lesões nem aplica corretamente as técnicas de socorrismo. • Não diagnostica adequadamente as necessidades, expectativas e restrições dos participantes. • Não planeia nem organiza adequadamente o programa ou projeto desportivo. • Não define adequadamente os procedimentos de recolha e avaliação dos resultados.

Descritores de Desempenho|Metodologia do Desporto					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Comunicação	• Exprime-se sempre com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza sempre com rigor a terminologia específica da disciplina.		• Exprime-se, por vezes, com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza, por vezes com rigor, a terminologia específica da disciplina.		• Não se exprime com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Não utiliza com rigor a terminologia específica da disciplina.
Consciência	• Aceita sempre as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Trata sempre com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre sempre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Assume sempre com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Aceita, por vezes, as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Trata, por vezes, com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre, por vezes, com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Assume, por vezes, com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Não aceita as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Não trata com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Não cumpre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Não assume com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.
Criatividade	• Resolve sempre com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza sempre com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta sempre ideias e soluções		• Resolve, por vezes, com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza, por vezes, com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta, por vezes, ideias e soluções		• Não resolve com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Não apresenta ideias e soluções

Descritores de Desempenho|Metodologia do Desporto					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos		inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos

Desportos Individuais (Profissional) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
conhecimentos	• Enquadramento de modalidades de judo e de luta olímpica • Regulamentação e Segurança de modalidades de judo e de luta olímpica • Técnica e Tática de modalidades de judo e de luta olímpica • Treino e Avaliação de modalidades de judo e de luta olímpica • Enquadramento de modalidades de raquetes indoor • Técnica e Tática de modalidades de raquetes indoor • Treino e Competição de modalidades de raquetes indoor • Segurança e normas de modalidades de raquetes indoor • Orientação e Navegação • Técnicas e aplicação da modalidade de orientação • Planeamento e Intervenção da modalidade de orientação • Segurança e Normas da modalidade de orientação • Enquadramento da Modalidade de Atletismo • Técnica da Modalidade de Atletismo • Formação e Treino da Modalidade de Atletismo	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Elaboração de dossier e/ou portefólio e/ou projeto(s); - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Teste de avaliação e/ou questão aula e/ou questionamento oral; - Auto e heteroavaliação.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Segurança e Normas da Modalidade de Atletismo			
aptidões	• Conhecer os princípios, valores, história e regulamentação do judo e da luta olímpica. • Utilizar a terminologia técnica específica das modalidades de judo e de luta olímpica. • Planear, executar e avaliar o treino de acordo com os objetivos definidos das modalidades de judo e de luta olímpica. • Desenvolver e aplicar competências técnicas, táticas e decisionais das modalidades de judo e de luta olímpica • Garantir a segurança e o cumprimento das regras e normas das modalidades de judo e de luta olímpica. • Conhecer a história, os princípios e a regulamentação das modalidades de raquetes indoor. • Utilizar a terminologia técnica específica das modalidades de raquetes indoor. • Desenvolver e aplicar as competências técnicas fundamentais em contexto de treino e jogo das modalidades de raquetes indoor. • Planear, executar e avaliar o treino de acordo com os objetivos definidos das modalidades de raquetes indoor. • Garantir a segurança e o cumprimento das regras e normas das modalidades de raquetes indoor.	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	.Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Prática pedagógica simulada e/ou real; - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Auto e heteroavaliação.

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Conhecer os princípios, características e regulamentação da orientação. • Utilizar a terminologia técnica e interpretar informação cartográfica e de balizamento na orientação. • Desenvolver competências de navegação e orientação com recurso a equipamentos específicos da orientação. • Planear, organizar e avaliar atividades e provas de orientação. • Aplicar normas de segurança e procedimentos de salvamento de acordo com os regulamentos da orientação. • Conhecer os princípios, valores, disciplinas e regulamentação do atletismo. • Utilizar a terminologia técnica específica do atletismo. • Desenvolver e aplicar competências técnicas nas corridas, saltos e lançamentos, no atletismo. • Planear, executar e avaliar o treino de acordo com os objetivos e características dos atletas do atletismo. • Garantir a segurança, corrigir erros técnicos e resolver situações críticas no treino e competição do atletismo.			
atitudes	• Responsabilidade e ética profissional (responsabilidade, zelo, ética profissional, cumprimento de regras, normas e princípios de	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J)	20%	• Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade)

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	segurança) • Autonomia e iniciativa (autonomia, iniciativa e liderança) • Autogestão (autoconfiança, autodisciplina, automotivação e autocontrolo) • Relacionamento interpessoal (empatia, assertividade, cooperação, respeito pelas diferenças e espírito desportivo) • Organização e imparcialidade (sentido de organização e imparcialidade) • Adaptabilidade e resiliência (flexibilidade, adaptabilidade e resiliência) • Resolução de problemas e orientação para resultados (empenho, persistência e capacidade de resolução de problemas)	Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)		• Grelha de observação das atividades práticas • Autoavaliação

Descritores de Desempenho|Desportos Individuais (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	• Enquadra e/ou domina claramente as técnicas de modalidades de judo e de luta olímpica, de raquetes indoor, de orientação e de atletismo.		• Enquadra e/ou domina suficientemente as técnicas de modalidades de judo e de luta olímpica, de raquetes indoor, de orientação e de atletismo.		.• Não domina as técnicas de modalidades de judo e de luta olímpica, de raquetes indoor, de orientação e de atletismo.
Consistência	• Prepara sempre corretamente os materiais e equipamentos e planeia o treino de modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo), de forma		• Por vezes, prepara e planeia o treino de modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo), com algumas incorreções ou inadequações na organização.		• Não prepara adequadamente os materiais nem planeia o treino de modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo), de forma adequada, mesmo

Descritores de Desempenho|Desportos Individuais (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	estruturada e adequada ao contexto. • Identifica e corrige sempre os erros técnicos de forma correta, oportuna e adequada aos praticantes das modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo). • Aplica sempre corretamente e de forma eficaz os fundamentos técnicos e táticos e as técnicas de mobilização e projeção de modalidades de judo e de luta olímpica. • Aplica sempre corretamente e de forma eficaz os diferentes tipos de serviço e respetivas receções nas modalidades de raquetes indoor. • Aplica sempre corretamente e de forma eficaz as técnicas de orientação e navegação. • Aplica sempre corretamente e de forma eficaz as diferentes técnicas de corrida das provas de corridas, saltos, lançamentos e combinadas.		• Aplica o protocolo de correção técnica das modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo), com algumas incorreções ou inconsistências. • Aplica os fundamentos e técnicas de modalidades de judo e de luta olímpica com algumas incorreções ou limitações na execução. • Aplica os diferentes tipos de serviço e respetivas receções nas modalidades de raquetes indoor, com algumas incorreções ou limitações na execução. • Aplica os fundamentos e técnicas de orientação e navegação com algumas incorreções ou limitações na execução. • Aplica as diferentes técnicas de corrida das provas de corridas, saltos, lançamentos e combinadas, com algumas incorreções ou limitações na execução.		com apoio. • Não aplica adequadamente o protocolo de correção técnica das modalidades (de judo e de luta olímpica; de raquetes indoor; de orientação; de atletismo). • Não aplica adequadamente os fundamentos técnicos e táticos nem as técnicas específicas das modalidades de judo e de luta olímpica. • Não aplica adequadamente os diferentes tipos de serviço e respetivas receções nas modalidades de raquetes indoor. • Não aplica adequadamente as técnicas de orientação e navegação. • Não aplica adequadamente os fundamentos técnicos específicos das diferentes disciplinas do atletismo.
Comunicação	• Exprime-se sempre com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza sempre com rigor a terminologia específica da disciplina.		• Exprime-se, por vezes, com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza, por vezes com rigor, a terminologia específica da disciplina.		• Não se exprime com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Não utiliza com rigor a terminologia específica da disciplina.
Consciência	• Aceita sempre as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu		• Aceita, por vezes, as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do		• Não aceita as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu

Descritores de Desempenho|Desportos Individuais (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	desempenho individual e do grupo. • Trata sempre com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre sempre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume sempre com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		seu desempenho individual e do grupo. • Trata, por vezes, com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre, por vezes, com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita por vezes as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume, por vezes, com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		desempenho individual e do grupo. • Não trata com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Não cumpre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Não aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Não assume com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.
Criatividade	• Resolve sempre com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza sempre com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta sempre ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		• Resolve, por vezes, com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza, por vezes, com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta, por vezes, ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos		• Não resolve com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Não apresenta ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos

Desportos Coletivos (Profissional) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
conhecimentos	• Enquadramento da modalidade de rugby. • Segurança, código de conduta e regras da modalidade de rugby. • Fundamentos técnicos, táticos e formas de jogo de rugby. • Planeamento do treino e organização de torneios de rugby. • Enquadramento da modalidade de basquetebol. • Fundamentos técnicos, táticos individuais e coletivos de basquetebol • Planeamento, condução e avaliação do treino de basquetebol. • Segurança, avaliação e cumprimento das regras da modalidade de basquetebol.	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação; - Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Elaboração de dossier e/ou portefólio e/ou projeto(s); - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Teste de avaliação e/ou questão aula e/ou questionamento oral; - Auto e heteroavaliação.
aptidões	• Utilizar a terminologia técnica e aplicar as regras adequadas aos diferentes escalões e contextos no rugby. • Desenvolver e aplicar competências técnicas, táticas, físicas e psicológicas do rugby. • Planear, executar e avaliar treinos, atividades e	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)	40%	.Os Processos de Recolha de Informação a utilizar serão selecionados de entre os seguintes: - Grelha(s) de registo de observação direta/ avaliação;

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	eventos de rugby. • Garantir a segurança, prevenir riscos e corrigir situações críticas durante o treino e a competição do rugby. • Aplicar as regras e adaptar a prática aos diferentes contextos e escalões, no basquetebol. • Desenvolver competências técnicas, táticas, ofensivas e defensivas do basquetebol. • Planear, executar e avaliar o treino de acordo com os objetivos definidos, no basquetebol. • Promover a segurança, corrigir erros técnicos e melhorar o desempenho dos praticantes, do basquetebol.	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)		- Trabalho(s) de pesquisa; - Conceção e aplicação de torneios/ provas/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Apresentação de trabalhos/ jogos/ tarefas/ unidades de treino/ planos de aula/ grelhas de observação; - Prática pedagógica simulada e/ou real; - Ficha(s) de trabalho (individual e/ou em grupo); - Auto e heteroavaliação.
atitudes	• Responsabilidade e ética profissional (responsabilidade pelas suas ações, zelo, respeito pela ética profissional e pelas regras e normas definidas) • Autonomia e liderança (autonomia no âmbito das suas funções e liderança) • Autogestão (autoconfiança, autocontrolo, autodisciplina e automotivação) • Organização e orientação para resultados (sentido de organização, empenho e persistência na resolução de problemas) • Trabalho em equipa e relacionamento interpessoal (cooperação com a equipa, respeito pelas diferenças individuais e espírito desportivo) • Resiliência e adaptação (resiliência)	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	20%	• Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) • Grelha de observação das atividades práticas • Autoavaliação

Descritores de Desempenho|Desportos Coletivos (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	• Enquadra e/ou domina claramente as técnicas de modalidades de rugby e/ou basquetebol.		• Enquadra e/ou domina suficientemente as técnicas de modalidades de rugby e/ou basquetebol.		• Não domina as técnicas de modalidades de rugby e/ou basquetebol.
Consistência	• Prepara sempre corretamente os materiais e equipamentos de rugby e/ou basquetebol, garantindo a sua adequação e segurança. • Planeia e organiza o treino de rugby e/ou basquetebol de forma estruturada, adequada e coerente com os objetivos propostos. • Identifica e corrige sempre os erros técnicos de forma correta, oportuna e adequada aos praticantes de modalidades de rugby e/ou basquetebol. • Aplica corretamente as técnicas dos jogos preparatórios de rugby, demonstrando domínio dos procedimentos técnicos. • Planeia e organiza jogos e provas de basquetebol de forma estruturada, adequada e coerente com os objetivos propostos. • Aplica sempre corretamente e de forma eficaz os fundamentos técnicos e táticos de basquetebol.		• Prepara os materiais e equipamentos de rugby e/ou basquetebol com algumas incorreções ou omissões. • Por vezes, planeia e organiza o treino de rugby e/ou basquetebol com algumas incorreções ou inadequações. • Aplica o protocolo de correção técnica de rugby e/ou basquetebol com algumas incorreções ou inconsistências. • Aplica os fundamentos técnicos de rugby com algumas incorreções ou com necessidade de apoio. • Por vezes, planeia e organiza jogos e provas de basquetebol com algumas incorreções ou inadequações. • Aplica os fundamentos técnicos e táticos de basquetebol com algumas incorreções ou limitações na execução.		• Não prepara adequadamente os materiais e equipamentos de rugby e/ou basquetebol necessários. • Não planeia nem organiza o treino de rugby e/ou basquetebol, de forma adequada. • Não aplica adequadamente o protocolo de correção técnica de rugby e/ou basquetebol. • Não aplica adequadamente os fundamentos técnicos e táticos de rugby e basquetebol. • Não planeia nem organiza jogos e provas de basquetebol, de forma adequada. • Não aplica adequadamente os fundamentos técnicos e táticos de basquetebol.

Descritores de Desempenho|Desportos Coletivos (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Comunicação	• Exprime-se sempre com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza sempre com rigor a terminologia específica da disciplina.		• Exprime-se, por vezes, com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza, por vezes com rigor, a terminologia específica da disciplina.		• Não se exprime com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Não utiliza com rigor a terminologia específica da disciplina.
Consciência	• Aceita sempre as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Trata sempre com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre sempre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume sempre com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Aceita, por vezes, as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Trata, por vezes, com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre, por vezes, com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita por vezes as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume, por vezes, com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Não aceita as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo. • Não trata com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Não cumpre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Não aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Não assume com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.
Criatividade	• Resolve sempre com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades		• Resolve, por vezes, com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades		• Não resolve com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades

Descritores de Desempenho|Desportos Coletivos (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza sempre com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta sempre ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza, por vezes, com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta, por vezes, ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		práticas e os trabalhos de pesquisa. • Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Não apresenta ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.

Atividades Físicas de Manutenção e Lazer (Profissional) — Técnico de Desporto 1ºAno

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
conhecimentos	• História, valores e património cultural dos jogos tradicionais • Tipos, características e regras dos jogos tradicionais • Técnicas, táticas e adaptação dos jogos tradicionais aos participantes • Planeamento, organização e avaliação dos jogos tradicionais • Segurança e normas de prática dos jogos tradicionais • Fundamentos e princípios das atividades Body & Mind • Técnicas de desenvolvimento físico e consciencialização corporal • Respiração, relaxamento, concentração e desenvolvimento pessoal • Planeamento, estrutura e intervenção pedagógica nas aulas das atividades Body & Mind • Segurança, avaliação e normas de prática das atividades Body & Mind • Introdução à ginástica localizada • Objetivos e benefícios da ginástica localizada • Materiais, exercícios e progressão da aula de ginástica localizada • Estrutura e planeamento da aula ginástica localizada • Segurança, prevenção e qualidade da aula de	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Testagem: Trabalho de pesquisa (individual e/ou grupo) Apresentação (individual e/ou grupo)

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	ginástica localizada • Introdução às atividades aeróbias e step • Técnica e execução dos movimentos nas atividades aeróbias e step • Estrutura e planeamento da aula de atividades aeróbias e step • Música e condução da aula de atividades aeróbias e step • Segurança, prevenção e qualidade da aula de atividades aeróbias e step			
aptidões	• Conhecer a origem, história e valores dos jogos tradicionais portugueses. • Identificar e aplicar as regras, terminologia e características dos jogos tradicionais. • Adaptar e dinamizar jogos de acordo com as características dos participantes dos jogos tradicionais. • Planear, executar e avaliar atividades e jogos tradicionais. • Garantir a segurança, corrigir erros e resolver situações críticas durante a prática dos jogos tradicionais. • Conhecer os princípios, conceitos e regulamentação das atividades de body & mind. • Desenvolver competências físicas, posturais e de consciencialização corporal. • Aplicar técnicas de respiração, relaxamento, concentração e expressão emocional.	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	40%	Observação: Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério)

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Planear, dinamizar e avaliar sessões de treino adequadas aos participantes das atividades de body & mind. • Garantir a segurança, corrigir erros técnicos e promover a progressão dos praticantes das atividades de body & mind. • Conhecer os diferentes tipos de aulas e exercícios de ginástica localizada para o desenvolvimento das qualidades físicas. • Planear e estruturar aulas de ginástica localizada, definindo objetivos, progressões e critérios de êxito. • Aplicar e adaptar exercícios de ginástica localizada, respeitando os princípios técnicos e posturais. • Garantir a segurança e a qualidade na realização dos exercícios de ginástica localizada, e na utilização de materiais. • Conhecer a evolução, os princípios e os benefícios das atividades aeróbias. • Compreender a estrutura musical e a sua aplicação na condução das aulas das atividades aeróbias. • Desenvolver e aplicar os passos básicos, movimentos e técnicas de liderança nas atividades aeróbias. • Planear, estruturar e avaliar aulas de atividades aeróbias de acordo com os objetivos e níveis dos praticantes.			

Domínios	Aprendizagens Essenciais	Perfil do Aluno	Ponderação	PRI|Fins Classificatórios
	• Garantir a execução técnica correta, a segurança e a qualidade das atividades aeróbias.			
atitudes	• Responsabilidade e ética profissional (responsabilidade, zelo, ética profissional, cumprimento de regras, normas e princípios de segurança) • Autonomia, iniciativa e liderança (autonomia, iniciativa, proatividade e liderança) • Autogestão e organização (autoconfiança, autocontrolo, autorregulação, autodisciplina, automotivação, organização e destreza) • Relacionamento interpessoal e inclusão (cooperação, empatia, escuta ativa, assertividade, respeito pelas diferenças, diversidade e espírito desportivo) • Adaptabilidade e resiliência (flexibilidade, adaptabilidade e resiliência) • Resolução de problemas e orientação para resultados (empenho, persistência, criatividade e orientação para resultados).	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/ Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I. J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)	20%	Análise: Evolução (autonomia, criatividade e sociabilidade)

Descritores de Desempenho|Atividades Físicas de Manutenção e Lazer (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
Conhecimento	• Enquadra e/ou domina claramente as técnicas de modalidades tradicionais e de		• Enquadra e/ou domina suficientemente as técnicas de modalidades tradicionais e		• Não domina as técnicas de modalidades tradicionais e/ou de atividades de body &

Descritores de Desempenho|Atividades Físicas de Manutenção e Lazer (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	atividades de body & mind. • Domina claramente o planeamento de aulas de ginástica localizada, e/ou de ginástica aeróbica e step.		de atividades de body & mind. • Domina suficientemente o planeamento de aulas de ginástica localizada, e/ou de ginástica aeróbica e step..		mind.. • Não domina o planeamento de aulas de ginástica localizada, e/ou de ginástica aeróbica e step.
Consistência	• Elabora com correção um portefólio diversificado com atividades de jogos tradicionais. • Prepara sempre corretamente os materiais e equipamentos necessários às atividades de jogos tradicionais e/ou de body & mind. • Planeia e organiza sempre as atividades de jogos tradicionais e/ou de body & mind, de forma estruturada, adequada ao contexto, aos objetivos e às características dos participantes. • Executa sempre corretamente e de forma eficaz os fundamentos técnicos e táticos dos jogos tradicionais e/ou de body & mind. • Identifica e corrige sempre os erros técnicos de forma correta, oportuna e adequada aos praticantes de jogos tradicionais e/ou de atividades de body & mind. • Analisa sempre corretamente e de forma fundamentada os benefícios da música e o impacto da sua velocidade na execução dos exercícios e na dinâmica da aula de		• Elabora um portefólio de atividades de jogos tradicionais, com algumas incorreções ou omissões. • Por vezes, prepara ou organiza os materiais e equipamentos com algumas incorreções ou inadequações na organização. • Por vezes, prepara e planeia as atividades de jogos tradicionais e/ou o treino de body & mind com algumas incorreções ou limitações. • Executa as técnicas, táticas de jogos tradicionais e/ou de body & mind, com algumas incorreções ou inconsistências. • Aplica o protocolo de correção técnica de jogos tradicionais e/ou de body & mind, com algumas incorreções ou inconsistências. • Analisa os efeitos da música e o impacto da sua velocidade na execução dos exercícios e na dinâmica da aula de ginástica localizada, com algumas incorreções ou fundamentação incompleta. • Testa e adequa os exercícios de ginástica localizada e equipamentos com algumas		• Não elabora adequadamente o portefólio de jogos tradicionais. • Não organiza ou prepara adequadamente os materiais necessários. • Não planeia nem organiza atividades de jogos tradicionais e/ou o treino de body & mind adequadamente. • Não executa adequadamente as técnicas, táticas de jogos tradicionais e/ou de body & mind. • Não aplica adequadamente o protocolo de correção técnica de jogos tradicionais e/ou de body & mind. • Não analisa adequadamente a influência da música na aula de ginástica localizada. • Não testa nem adequa corretamente os exercícios e equipamentos aos praticantes de ginástica localizada. • Não reconhece os conteúdos da ginástica aeróbica e de step, ou identifica-os com incorreções significativas, mesmo com apoio. • Não reconhece nem aplica adequadamente a estrutura musical na aula de ginástica aeróbica e de step.

Descritores de Desempenho|Atividades Físicas de Manutenção e Lazer (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	ginástica localizada. • Testa e seleciona corretamente os exercícios e equipamentos, adequando-os às características e necessidades dos praticantes de ginástica localizada. • Reconhece corretamente a história, os passos básicos, os exercícios e a terminologia da ginástica aeróbica e de step, demonstrando domínio dos conteúdos • Reconhece e aplica corretamente a estrutura musical, adequando a música à intensidade e aos objetivos da aula de ginástica aeróbica e de step. .• Elabora sempre planos de aula de ginástica localizada e/ou da ginástica aeróbica e de step, organizados, coerentes e adequados às características dos praticantes e aos objetivos definidos.		incorreções ou limitações. • Reconhece os conteúdos da ginástica aeróbica e de step, mas com algumas incorreções e/ou necessidade de apoio. • Por vezes, utiliza a estrutura musical na aula de ginástica aeróbica e de step, com algumas incorreções e/ou necessidade de apoio. • Elabora planos de aula de ginástica localizada e/ou da ginástica aeróbica e de step, com algumas incorreções ou limitações na sua estruturação.		• Não concebe adequadamente os planos de aula de ginástica localizada. e/ou da ginástica aeróbica e de step.
Comunicação	• Exprime-se sempre com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza sempre com rigor a terminologia específica da disciplina.		• Exprime-se, por vezes, com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Utiliza, por vezes com rigor, a terminologia específica da disciplina.		• Não se exprime com clareza, correção e oportunidade nas diferentes situações de aprendizagem. • Não utiliza com rigor a terminologia específica da disciplina.
Consciência	• Aceita sempre as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo.		• Aceita, por vezes, as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo.		• Não aceita as indicações que lhe são dirigidas, usando-as para melhoria do seu desempenho individual e do grupo.

Descritores de Desempenho|Atividades Físicas de Manutenção e Lazer (Profissional)					
Critério	Muito Bom [18-20[	[14-18[	Suficiente[10-14[	[4-10]	Muito Insuficiente [0-4[
	• Trata sempre com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre sempre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita sempre as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume sempre com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Trata, por vezes, com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Cumpre, por vezes, com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Aceita por vezes as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Assume, por vezes, com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.		• Não trata com cordialidade e respeito o professor e os companheiros. • Não cumpre com os direitos e deveres inscritos no Regulamento Interno do Agrupamento. • Não aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a integridade física de todos. • Não assume com compromisso e responsabilidade a organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo sempre com empenho e brio as tarefas propostas.
Criatividade	• Resolve sempre com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza sempre com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta sempre ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		• Resolve, por vezes, com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Mobiliza, por vezes, com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Apresenta, por vezes, ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos.		• Não resolve com criatividade as situações de exercício, a resolução de problemas, a organização de atividades práticas e os trabalhos de pesquisa. • Não mobiliza com criatividade as aprendizagens para a conceção de tarefas e projetos. • Não apresenta ideias e soluções inovadoras na aplicação de jogos/tarefas e/ou projetos