

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – 2023/2024
Cursos Profissional Técnico de Desporto

DISCIPLINA: Desportos Individuais e Coletivos

Aprendizagens essenciais (Síntese)	Áreas de competências (Perfil do Aluno)
<p>Na disciplina de Desportos Individuais e Coletivos pretende-se que o aluno:</p> <ul style="list-style-type: none">- Identifique e aplicar as regras de jogo fundamentais do Andebol e do Futebol;- Aplique os regulamentos do jogo de Andebol e do Futebol;- Identifique a história da modalidade do Andebol;- Relacione o Andebol com os outros jogos desportivos coletivos;- Aplique as várias técnicas individuais do basquetebol;- Aplique os princípios de execução da posição defensiva básica e os princípios técnico-táticos do 1x1 nas diversas situações ofensivas do basquetebol;- Identifique os conceitos defensivos e ofensivos do jogo 3x3;- Identifique os conceitos do contra-ataque e os princípios gerais do ataque de posição do basquetebol;- Reconheça os valores do rugby e código de conduta;- Aplique os conceitos relativos ao plano de segurança e procedimentos em caso de lesão e emergência;- Identifique a metodologia de ensino dos jogos preparatórios;	<p>A – Linguagens e Textos B – Informação e comunicação C – Raciocínio e resolução de problemas D – Pensamento crítico e pensamento criativo E – Relacionamento interpessoal F – Desenvolvimento pessoal e autonomia G – Bem-estar, saúde e ambiente H – Sensibilidade estética e artística I – Saber científico, técnico e tecnológico J – Consciência e domínio do corpo</p>

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Aplique as leis dos jogos preparatórios aos escalões Sub 8 a Sub 14, diferenciando as faltas técnicas de outras infrações;- Descreva os regulamentos básicos do Gira-Volei, Mini A e Mini B;- Aplique regras facilitadoras de aprendizagem adaptadas ao escalão Mini A;- Relacione a lógica inerente à organização defensiva e ofensiva do 4x4 e suas especificidades com a evolução futura para o jogo 6x6;- Aplique regras didáticas que potenciem a aprendizagem ao escalão Mini B;- Identifique os diferentes padrões motores gímnicos e a sua relação com o tipo de elemento técnico e gímnico em presença;- Aplique as progressões de aprendizagem e tarefas adaptadas às características motoras, físicas, anatómicas e mentais do praticante;- Descreva os elementos gímnicos das várias ginásticas;- Corrija os erros mais frequentes de base nos aparelhos;- Descreva os principais aspetos regulamentares no que respeita à competição;- Identifique os principais aspetos da técnica de corrida das provas de velocidade;- Aplique os principais aspetos técnicos do salto em altura;- Identifique os principais aspetos técnicos do lançamento do peso.- Organize sessões de treino das diferentes disciplinas do atletismo;- Caracterize as origens do jogo de Futebol, a sua evolução regulamentar e do processo de desenvolvimento do jogo;- Aplique os princípios específicos do jogo de Futebol ofensivo e defensivo; | |
|--|--|

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Descreva as características das diferentes ações técnico-táticas ofensivas e defensivas enquanto fatores do jogo de futebol;- Caracterize as ações individuais e coletivas específicas do jogo de futebol;- Caracterize as especificidades da intervenção do guarda-redes no quadro regulamentar e no âmbito da organização dinâmica da equipa;- Caracterize a missão, os papéis dos agentes da arbitragem de futebol, o seu quadro formativo e processo avaliativo;- Aplique os fundamentos e as condutas adequadas à atividade de futebol;- Identifique os constrangimentos para a organização de atividades e os procedimentos administrativos associados;- Identifique e aplique procedimentos individuais do jogo durante as fases ofensiva e defensiva;- Caracterize os objetivos e fundamentos do jogo de Futebol no ataque e na defesa, no quadro da sua organização dinâmica;- Distinga a componente condicional do rendimento e a sua importância no futebol;- Diagnostique as exigências físicas colocadas pelo jogo e treino de Futebol em função do estatuto posicional;- Interprete a influência das características morfofuncionais na escolha do estatuto posicional;- Descreva os mecanismos básicos da adaptação funcional em função dos exercícios utilizados no treino de futebol;- Caracterize os valores da carreira de treinador de Futebol e os limites éticos da intervenção.- Aplique estratégias de comunicação na relação com o jogador de futebol e outros agentes desportivos;- Caracterize os fatores motivacionais no futebol;- Aplique estratégias motivacionais em treino e competição de futebol; | |
|---|--|

<ul style="list-style-type: none"> - Identifique as técnicas de monitorização da eficácia e eficiência dos métodos de intervenção no futebol; - Caracterize o esforço específico do jogador de futebol; - Identifique as variáveis fundamentais na organização do treino de futebol; - Utilize os jogos reduzidos no condicionamento físico do futebolista; - Caraterize o conceito de treino; - Distinga os aspetos que intervêm no processo de adaptação às exigências do jogo de futebol. - Aplique os métodos de aprendizagem da ação técnica/tática; - Distinga superação, principalmente nos jovens jogadores, no que se refere à sua evolução, ritmo e significado em diferentes contextos de treino e competição; - Identifique a terminologia específica da modalidade; - Aplique os batimentos fundamentais do ténis; - Explícite os princípios e a importância do programa Play and Stay; - Diferencie os tipos de pega e os determinantes da posição-base; - Aplique o princípio de aceleração / amplitude do movimento e a zona ideal de contacto com a bola; - Descreva cada um dos golpes-base e principais erros associados; - Aplique os diferentes tipos de serviço e respetivas receções; - Adeque a organização de competições ao número de participantes. 	
--	--

Domínios	Descritores (Aprendizagens específicas)	Áreas de Competências	Instrumentos de avaliação	Ponderação
Área das ações técnicas	<ul style="list-style-type: none"> - Coopera com os companheiros para o alcance dos objetivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnicas específicas; - Aplica com correção as técnicas das modalidades; - Respeita os materiais e utiliza-os com rigor e acuidade. 	A,B,C,D,E,F,G,H,I,J	<p>Observação/ Registo:</p> <p>Situações de aula formal, aplicação de técnicas de progressão.</p> <p>Observação direta.</p>	60%
Área dos Conhecimentos	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende e aplica os conhecimentos teóricos da disciplina; - Conhece as características dos materiais; - Domina os fundamentos teóricos da organização das modalidades. 	A,B,D,E,F,G,I,J	<p>Testes sumativos;</p> <p>Trabalho de pesquisa;</p> <p>Apresentação dos trabalhos de pesquisa.</p>	20%
Atitudinal	<ul style="list-style-type: none"> - Interage com tolerância, empatia, responsabilidade e sentido crítico, respeitando pontos de vista diferentes dos seus e construindo consensos; - Empenha-se na realização das tarefas propostas; - Expressa as suas dificuldades/necessidades e procura o(s) apoio(s) mais eficazes para superá-las; - É persistente/resiliente face às dificuldades; - Constrói caminhos personalizados de aprendizagem e analisa criticamente conclusões a que chegou, reformulando as estratégias adotadas, procurando de forma ativa a progressão nas aprendizagens; - Cumpre prazos relativamente às tarefas que tem de realizar quer individualmente, quer em grupo; - Revela responsabilidade em relação às suas aprendizagens, fazendo-se acompanhar dos materiais necessários à realização das atividades; - Manifesta consciência e responsabilidade ambiental e é interventivo. 	E,F,G,J	<p>Observação direta</p> <p>Ficha de registo de ocorrências</p>	20%
Em situação de fraude, qualquer instrumento de avaliação será anulado e classificado com zero valores				