

CURSO PROFISSIONAL TÉCNICO DE DESPORTO

DISCIPLINA: Atividades de Lazer e Natureza

UFCD 9451 – Orientação Aplicada

Área	Descritores do Perfil do Aluno (*)	Aprendizagens Essenciais	Instrumentos/ Rubricas de avaliação	Ponderação
Capacidades e Conhecimentos (70%)	Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicar mecanismos de segurança passiva e ativa adaptados aos locais, aos modelos de aplicação e à tipologia dos grupos na prática da orientação. ✓ Construir jogos e provas adaptadas aos níveis de conhecimento e escalão etário dos praticantes da orientação. ✓ Utilizar meios auxiliares, nomeadamente informáticos, de apoio às tarefas de localização e aparelhos de geo posicionamento. ✓ Reconhecer diferentes modelos de identificação de itinerários, assim como alguns códigos nacionais e internacionais de balizamento. 	Observação Direta (exercícios critério) – Grelhas de observação e registo	40%
	Questionador/ Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)		Trabalhos de grupo;	10%
	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)		Trabalho individual; Teste escrito;	20%
Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)				
Atitudes e valores (30%)		Participação Efetiva (assiduidade; pontualidade, realização das tarefas propostas; posse e utilização adequada do material obrigatório na sala de aula)	Observação Direta – Grelhas de observação e registo	10%
		Empenho (interesse/empenho; atenção/concentração; autonomia na realização de tarefas; tipo de intervenções na aula; capacidade de iniciativa)		10%
		Cidadania (relacionamento interpessoal; cooperação; mediação de conflitos; solidariedade)		10%

(*) 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.

(**) Cada docente irá trabalhar as aprendizagens essenciais, os instrumentos de avaliação e as ponderações, consoante as UFCD a desenvolver, respeitando os descritores abaixo descritos.

DESCRITORES POR NÍVEIS DE DESEMPENHO – INSTRUMENTOS/ RUBRICAS DE AVALIAÇÃO

EXERCÍCIO CRITÉRIO					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	1-6	7-9	10-13	14-17	18-20
CORREÇÃO TÉCNICA	<p>Não executa qualquer ação técnica no exercício apresentado. (1 -3 valores)</p> <p>Revela falhas graves no domínio técnico do exercício apresentado. (4-6 valores)</p>	<p>Executa e interpreta, tomando com dificuldade as ações técnicas do exercício apresentado. (Entre 31% a 49% do exercício).</p>	<p>Executa e interpreta, tomando razoavelmente as ações técnicas do exercício apresentado. (Entre 50% a 74% do exercício).</p>	<p>Executa e interpreta, tomando bem as ações técnicas do exercício apresentado. (Em mais de 75% do exercício)</p>	<p>Interpreta muito bem a situação, tomando a melhor decisão e executando a ação técnica corretamente (Em mais de 90% do exercício).</p>
APLICAÇÃO DE REGRAS	<p>Não conhece e nem aplica as regras</p>	<p>Conhece e Aplica 2 a 3 regras</p>	<p>Conhece e Aplica 4 a 5 regras</p>	<p>Conhece e Aplica 6 a 7 regras</p>	<p>Conhece e aplica as regras entre 81 a 100% das vezes</p>

ÁREA DOS CONHECIMENTOS - TRABALHO DE PESQUISA OU DE PROJETO – INDIVIDUAL OU DE GRUPO					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	1-6	7-9	10-13	14-17	18-20
RESPONSABILIDADE	Entregou o trabalho com excessivo atraso (mais de uma semana) e num formato de apresentação descuidado.	Entregou o trabalho com atraso ou num formato de apresentação descuidado.	Entregou o trabalho no prazo indicado, porém num formato de apresentação descuidado.	Entregou o trabalho no prazo indicado e num formato de apresentação cuidado.	Entregou o trabalho no prazo indicado e num formato de apresentação excelente.
ORGANIZAÇÃO	A estrutura do trabalho cumpre menos de 20% dos parâmetros pré definidos, nomeadamente, folha de rosto, paginação, tipo e tamanho de letra, índice introdução, corpo trabalho, conclusão, referências bibliográficas, anexos.	A estrutura do trabalho cumpre entre 21 e 40% dos parâmetros pré definidos nomeadamente, folha de rosto, paginação, tipo e tamanho de letra, índice introdução, corpo trabalho, conclusão, referências bibliográficas, anexos.	A estrutura do trabalho cumpre entre 41 e 60% dos parâmetros pré definidos nomeadamente, folha de rosto, paginação, tipo e tamanho de letra, índice introdução, corpo trabalho, conclusão, referências bibliográficas, anexos.	A estrutura do trabalho cumpre entre 61 e 80% dos parâmetros pré definidos nomeadamente, folha de rosto, paginação, tipo e tamanho de letra, índice introdução, corpo trabalho, conclusão, referências bibliográficas, anexos.	A estrutura do trabalho cumpre mais de 81% dos parâmetros pré definidos nomeadamente, folha de rosto, paginação, tipo e tamanho de letra, índice introdução, corpo trabalho, conclusão, referências bibliográficas, anexos.
CONTEÚDO	A ideia central não está presente. A informação não está relacionada com o tema.	A informação está mal relacionada com o tema. Apresenta uma sequência pouco lógica.	A ideia central está presente mas apresenta uma sequência pouco lógica. Recurso a poucas fontes de informação.	O tema foi bem explorado. A informação apresenta uma sequência lógica. Recurso a poucas fontes de informação.	O tema foi muito bem explorado. A informação apresenta elevado rigor técnico e uma sequência lógica. Recurso a diversas fontes.
EXPRESSÃO ESCRITA	Expressão escrita pouco clara, com muitos erros ortográficos e de sintaxe.	Expressão escrita pouco clara, com alguns erros ortográficos e de sintaxe e/ou baseada em transcrição.	Expressão escrita portuguesa clara com alguns erros ortográficos ou de sintaxe.	Expressão escrita portuguesa correta e clara com erros ortográficos ou de sintaxe pontuais.	Expressão escrita portuguesa correta e clara.

ÁREA DOS CONHECIMENTOS - APRESENTAÇÃO DOS TRABALHOS					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	1-6	7-9	10-13	14-17	18-20
CONTEÚDO	A ideia central não está presente. A informação não está relacionada com o tema.	A informação está mal relacionada com o tema. Apresenta uma sequência pouco lógica.	A ideia central está presente mas apresenta uma sequência pouco lógica. Recurso a poucas fontes de informação.	O tema foi bem explorado. A informação apresenta uma sequência lógica. Recurso a poucas fontes de informação.	O tema foi muito bem explorado. A informação apresenta elevado rigor técnico e uma sequência lógica. Recurso a diversas fontes.
DINÂMICA	Apresenta o trabalho baseado na leitura e revela falta de domínio do conteúdo e ausência preparação da apresentação.	Apresenta o trabalho baseado na leitura.	Discurso fluido mas com algumas falhas na sua organização.	Discurso fluido e com uma sequência lógica. Apoiado com recursos visuais e/ou sonoros adequados.	Discurso fluido e com uma sequência lógica. Apoiado com recursos visuais e/ou sonoros adequados. Capta a atenção de quem ouve e causa impacto muito positivo na audiência.
LINGUAGEM TÉCNICA	Utiliza uma linguagem pouco clara e sem qualquer rigor técnico.	Utiliza uma linguagem pouco clara e com pouco rigor técnico.	Utiliza uma linguagem clara mas com pouco rigor técnico.	Utiliza uma linguagem clara e com algum rigor técnico.	Utiliza uma linguagem muito clara e com elevado rigor técnico.

ÁREA DOS CONHECIMENTOS – TESTES ESCRITOS E QUESTIONÁRIOS					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	1-6	7-9	10-13	14-17	18-20

RIGOR	Classificação entre 0% - 19%	Classificação entre 20% - 49%	Classificação entre 50% - 69%	Classificação entre 70% - 89%	Classificação entre 90% - 100%
--------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	--------------------------------

ATITUDES E VALORES					
CRITÉRIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO				
	1-6	7-9	10-13	14-17	18-20
<p>PARTICIPAÇÃO EFETIVA</p> <p>(assiduidade; pontualidade, realização das tarefas propostas; posse e utilização adequada do material obrigatório na sala de aula).</p>	<p>O número de registos negativos compromete significativamente a aquisição das aprendizagens essenciais e a avaliação do aluno.</p> <p>O número de registos negativos é superior a 50% das aulas.</p>	<p>O número de registos negativos compromete a aquisição das aprendizagens essenciais e a avaliação do aluno.</p> <p>O número de registos negativos situa-se entre 31% - 50%.</p>	<p>O número de registos negativos não compromete a participação e a avaliação do aluno.</p> <p>O número de registos negativos situa-se entre 16% - 30%.</p>	<p>O número de registos negativos situa-se entre 6% - 15%.</p>	<p>O número de registos negativos é igual ou inferior a 5%.</p>
<p>EMPENHO</p> <p>(interesse/empenho; atenção/ concentração; autonomia na realização de tarefas; tipo de intervenções na aula; capacidade de iniciativa) Persistência</p>	<p>Desinteresse e falta de empenho.</p> <p>O número de registos negativos é superior a 50% das aulas.</p>	<p>Pouco empenho nas tarefas.</p> <p>O número de registos negativos situa-se entre 31% - 50%.</p>	<p>Irregular no empenho.</p> <p>O número de registos negativos situa-se entre 16% - 30%.</p>	<p>Regular na dedicação e empenho nas tarefas, mas com pouca autonomia e sem iniciativa visível.</p> <p>O número de registos negativos situa-se entre 6% - 15%.</p>	<p>Referência no empenho e dedicação.</p> <p>Autonomia e iniciativa presentes.</p> <p>O número de registos negativos é igual ou inferior a 5%.</p>
<p>CIDADANIA</p> <p>(relacionamento interpessoal; cooperação; mediação de conflitos; solidariedade)</p>	<p>Perturbador, não respeita os colegas e/ou professor.</p> <p>O número de registos negativos é superior a 50% das aulas.</p>	<p>Por vezes não respeita nem coopera com os colegas e/ou professor.</p> <p>O número de registos negativos</p>	<p>Respeita os colegas e o professor, mas tem dificuldades em aceitar o apoio dos colegas ou em cooperar.</p> <p>O número de</p>	<p>Respeitador e cordial. Cooperar com os colegas e revela espírito de entreatajuda,</p> <p>O número de registos negativos</p>	<p>Referência ao nível das relações interpessoais. Revela elevado espírito de entreatajuda.</p> <p>O número de</p>

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS CARLOS AMARANTE
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
Ano Letivo 2024/2025

		situa-se entre 31% - 50%.	registos negativos situa-se entre 16% - 30%.	situa-se entre 6% - 15%.	registos negativos é igual ou inferior a 5%.
--	--	---------------------------	--	--------------------------	--