



**ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – Grupo 620 - Ano letivo de 2025/2026**  
**Critérios específicos de Avaliação – Ensino Básico**

**Descriidores dos perfis de aprendizagens específicas de Dança – 7º, 8º e 9º ano**

Domínios	Competências a desenvolver	Área de competência do perfil do aluno	Instrumentos de avaliação	Ponderação	
				Parcial	Total
CAPACIDADES Saberes transversais	<ul style="list-style-type: none"><li>- Saber usar os seus corpos eficaz e criativamente;</li><li>- Desenvolver a criatividade e a imaginação cinéticas;</li><li>- Usar movimento expressivo como meio de comunicação;</li><li>- Ter uma consciência e sensibilidade em relação aos outros;</li><li>- Saber analisar a forma e a qualidade do movimento;</li><li>- Desenvolver uma compreensão estética através da criação de pequenas danças e da apreciação de obras coreográficas apropriadas às suas idades;</li><li>- Aprofundar a sua educação musical, plástica e dramática;</li><li>- Saber que a matéria da Dança está também ligada a outras áreas do currículo.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>A - Linguagens e textos</li><li>B - Informação e comunicação</li><li>C - Raciocínio e resolução de problemas</li><li>D - Pensamento crítico e pensamento criativo</li><li>E - Relacionamento interpessoal</li><li>F - Desenvolvimento pessoal e autonomia</li><li>G - Bem-estar, saúde e ambiente</li><li>H - Sensibilidade estética e artística</li><li>I - Saber científico, técnico e tecnológico</li><li>J - Consciência e domínio do corpo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Trabalhos de pesquisa e análise e/ou questões de aula e/ou fichas de consulta</li><li>- Apresentações práticas individuais e/ou em grupo (observação direta/grelha de registo)</li></ul>	10%	
CONHECIMENTOS Saber específico	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Coopera com os companheiros, apresentando sugestões de aperfeiçoamento da execução de habilidades e novas possibilidades de movimentação, e considerando as iniciativas (sugestões, propostas, correções) que lhe são sugeridas.</li><li>2. Em situação de exploração individual de movimento, com ambiente musical adequado (músicas populares, tradicionais e outras), de acordo com a marcação dos compassos binário, ternário e quaternário:<ol style="list-style-type: none"><li>2.1. Desloca-se em toda a área, percorrendo todas as direções, sentidos e zonas, no ritmo e sequência dos apoios correspondentes à marcação, combinando lento/rápido, acelerado/retardado, forte/fraco, crescendo/diminuindo e pausa/contínuo:<ol style="list-style-type: none"><li>2.1.1. Combina o andar, o correr, as voltas e as quedas em pequenos saltos e em todas as direções e sentidos definidos pela orientação corporal, variando os apoios na impulsão e na receção (dois/um, um/dois, dois/dois, um/outro, um/mesmo).</li><li>2.1.2. Combina o andar e o correr com voltas simples, sobre os dois pés e um pé, à esquerda e à direita.</li></ol></li></ol></li></ol>			90%	100%

	<p>2.1.3. Realiza um equilíbrio/ «estátua» (definindo uma «figura livre», à sua escolha) durante cada pausa da música ou da marcação rítmica ou outro sinal.</p> <p>2.1.4. Acentua determinadas características musicais (ritmo, dinâmica, timbre, altura, ou forma) com ações características dos passos padronizados (deslizar, bater, empurrar, puxar, afastar, subir, descer, etc.) movimentos locomotores e não locomotores, diferenciando a ação dos segmentos corporais, com fluidez de movimentos.</p> <p>2.1.5. Utiliza combinações pessoais de movimentos locomotores e não locomotores para expressar a sua sensibilidade a temas sugeridos pelo professor (imagens, sensações, emoções, histórias, composições musicais, etc.) que inspirem diferentes modos e qualidades de movimento.</p> <p>3. Em situação de exploração de movimentação em grupo, com ambiente musical adequado e ou de acordo com a marcação rítmica (do professor ou dos alunos):</p> <p>3.1. Combina habilidades referidas em 2, seguindo a evolução do grupo em linhas retas, quebradas e curvas (simples, múltiplas e mistas).</p> <p>3.2. Ajusta a sua ação para realizar alterações ou mudanças de formação, sugeridas pela música, evoluindo em toda a área.</p> <p>4. Em situação de exploração do movimento a pares, com ambiente musical adequado:</p> <p>4.1. Movimenta-se livremente, como em 2.1.5, utilizando movimentos locomotores e não locomotores, pausas e equilíbrios e também o contacto com o parceiro «conduzindo» a sua ação, «facilitando», e «esperando» por ele se necessário.</p> <p>4.2. Segue a movimentação do companheiro, realizando as mesmas ações com qualidades de movimento idênticas.</p> <p>4.3. Segue a movimentação do companheiro, realizando ações inversas.</p> <p>5. Em situação de exercitação individual, com ambiente/marcação musical adequada:</p> <p>5.1. Realiza frases de movimento, dadas pelo professor, integrando as várias ações motoras (deslocamentos, gestos, voltas, saltos e posturas) em sintonia com a música</p> <p>6. Prepara pequenas coreografias de acordo com a música e o tema escolhido, apresentando-as em pequenos grupos, na turma, integrando as habilidades e combinações exercitadas na aula, com coordenação, fluidez de movimento e sintonia.</p> <p>7. Apresenta um trabalho coreográfico de turma no Espetáculo de final de ano, orientado com base nas ações motoras aprendidas e sob a orientação do professor.</p>		
--	---	--	--

Aprovado em Conselho Pedagógico de 9 de outubro de 2025