

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO CURSOS PROFISSIONAIS (Secundário)

1º Ano / Estudo do Movimento
COMPONENTE DA FORMAÇÃO CIENTÍFICA
A disciplina de Estudo do Movimento - Módulo 1: Osteologia e Artrologia

No final do módulo os alunos deverão ter adquirido conhecimentos, procedimentos e atitudes que lhe permitam:

- Estudar a constituição e caracterização funcional do sistema osteoarticular.
- Identificar a posição descritiva anatómica e os planos de orientação espacial.
- Identificar as noções de superior/inferior; anterior/posterior; externo/interno; interior/exterior; proximal/distal, na descrição de estruturas corporais.

	DOMINIO	APRENDIZAGENS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS do PERFIL do ALUNO	Nº INSTRUMENTOS/TÉCNICAS de AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO COMUNICAÇÃO	<u>Módulo 1: Osteologia e Artrologia (30 horas)</u>	<u>Módulo 1: Osteologia e Artrologia (30 horas)</u> • Conhecer a organização do geral do tecido conjuntivo. • Dominar as noções fundamentais para o estudo das articulações. • Revelar conhecimento da estrutura e as características funcionais da cabeça, coluna vertebral e do tórax. • Revelar conhecimento da estrutura e características funcionais do membro superior. • Revelar conhecimento da estrutura e características funcionais do membro inferior.	A, B, C, D, E, F, G, H, J	Componente Prática Teste prático: observação direta de situações de exercício Questão Aula	35%	75%
				Componente Teórica - Teste escrito ou trabalho (1 por Módulo); - Fichas de trabalho;	5%	

DESENVOLVIMENTO O PESSOAL E INTERPESSOAL	• Participação. (6%) • Autonomia. (6%) • Responsabilidade. (7%) - Cooperação. (6%)		- Observação direta - Grelhas de observação (1 por Módulo)	25%
--	---	--	---	-----

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES NO MÓDULO

Para o apuramento das classificações a atribuir no módulo são considerados os elementos de avaliação recolhidos ao longo do mesmo, em cada um dos domínios.

ATESTADO MÉDICO

1). Atestados médicos com uma **duração até três semanas inclusive (1 vez por trimestre)**, não implicam quaisquer adaptações aos critérios de avaliação definidos, uma vez que eventuais limitações apresentadas pelos alunos são recuperáveis nos restantes tempos de lecionação.

2). Atestados médicos com uma **duração superior a três semanas (1 vez por trimestre)** implicam as seguintes alterações, a saber:

2.1) Situação 1- Ausência total da componente física/motora. A classificação resulta da aplicação da seguinte fórmula:

75% - Estudo do Movimento – Aulas teóricas + 25% - Atitudes e Valores

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

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

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO

18 a 20 VALORES	14 a 17 VALORES	10 a 13 VALORES	7 a 9 VALORES	1 a 6 VALORES
<u>Módulo 1: Osteologia e Artrologia (30 horas)</u> • Conhece perfeitamente a organização do geral do tecido conjuntivo. • Domina claramente as noções fundamentais para o estudo das articulações. • Revela total conhecimento da estrutura e as características funcionais da cabeça, coluna vertebral e do tórax. • Revela claramente o conhecimento da estrutura e características funcionais do membro superior. • Revela claramente conhecimento da estrutura e características funcionais do membro inferior.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 1: Osteologia e Artrologia (30 horas)</u> • Conhece a organização do geral do tecido conjuntivo. • Domina as noções fundamentais para o estudo das articulações. • Revela conhecimento da estrutura e as características funcionais da cabeça, coluna vertebral e do tórax. • Revela conhecimento da estrutura e características funcionais do membro superior. • Revela conhecimento da estrutura e características funcionais do membro inferior.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 1: Osteologia e Artrologia (30 horas)</u> • Não conhece a organização do geral do tecido conjuntivo. • Não domina as noções fundamentais para o estudo das articulações. • Não revela conhecimento da estrutura e as características funcionais da cabeça, coluna vertebral e do tórax. • Não revela conhecimento da estrutura e características funcionais do membro superior. • Revela conhecimento da estrutura e características funcionais do membro inferior.

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO CURSOS PROFISSIONAIS (Secundário)

1ºAno / Estudo do Movimento
COMPONENTE DA FORMAÇÃO CIENTÍFICA

A disciplina de Estudo do Movimento - Módulo 2: Miologia

No final do módulo os alunos deverão ter adquirido conhecimentos, procedimentos e atitudes que lhe permitam:

- Conhecer a organização do músculo esquelético nos níveis macro e microscópico.
- Compreender o processo de contração muscular e dos processos energéticos associados.
- Diferenciar os vários tipos de fibras musculares.
- Dominar os fundamentos necessários para determinar de forma autónoma as ações dos principais grupos musculares.
- Saber localizar e caracterizar os principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior.

	DOMINIO	APRENDIZAGENS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS do PERFIL do ALUNO	Nº INSTRUMENTOS/TÉCNICAS de AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO COMUNICAÇÃO	<u>Módulo 2: Miologia (28 horas)</u>	<u>Módulo 2: Miologia (28 horas)</u> • Conhecer a organização macroscópica e as propriedades do músculo esquelético. • Revelar conhecimento da organização microscópica e o processo de contração muscular. • Conhecer os processos energéticos no músculo esquelético. • Abordar de forma fundamentada os diferentes tipos de fibras musculares. • Compreender os diferentes conceitos relacionados com a determinação das ações musculares. • Conhecer a organização geral dos músculos do tronco. • Conhecer a organização geral dos músculos do membro superior. • Conhecer a organização geral dos músculos do membro inferior.	A, B, C, D, E, F, G, H, J	<u>Componente Prática</u> Teste prático: observação direta de situações de exercício Questão Aula	35%	75%
				<u>Componente Teórica</u> - Teste escrito ou trabalho (1 por Módulo); - Fichas de trabalho;	5%	

DESENVOLVIMENTO O PESSOAL E INTERPESSOAL	• Participação. (6%) • Autonomia. (6%) • Responsabilidade. (7%) - Cooperação. (6%)		- Observação direta - Grelhas de observação (1 por Módulo)	25%
--	---	--	---	-----

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES NO MÓDULO

Para o apuramento das classificações a atribuir no módulo são considerados os elementos de avaliação recolhidos ao longo do mesmo, em cada um dos domínios.

ATESTADO MÉDICO

1). Atestados médicos com uma **duração até três semanas inclusive (1 vez por trimestre)**, não implicam quaisquer adaptações aos critérios de avaliação definidos, uma vez que eventuais limitações apresentadas pelos alunos são recuperáveis nos restantes tempos de lecionação.

2). Atestados médicos com uma **duração superior a três semanas (1 vez por trimestre)** implicam as seguintes alterações, a saber:

2.1) Situação 1- Ausência total da componente física/motora. A classificação resulta da aplicação da seguinte fórmula:

75% - Estudo do Movimento – Aulas teóricas + 25% - Atitudes e Valores

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

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

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO

18 a 20 VALORES	14 a 17 VALORES	10 a 13 VALORES	7 a 9 VALORES	1 a 6 VALORES
<u>Módulo 2: Miologia (28 horas)</u> • Conhece claramente a organização macroscópica e as propriedades do músculo esquelético. • Revela total conhecimento da organização microscópica e o processo de contração muscular. • Conhece todos os processos energéticos no músculo esquelético. • Conhece de forma clara e fundamentada os diferentes tipos de fibras musculares. • Compreende claramente os diferentes conceitos relacionados com a determinação das ações musculares. • Conhece perfeitamente a organização geral dos músculos do tronco e dos membros, superior e inferior.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 2: Miologia (28 horas)</u> • Conhece a organização macroscópica e as propriedades do músculo esquelético. • Revela conhecimento da organização microscópica e o processo de contração muscular. • Conhece os processos energéticos no músculo esquelético. • Conhece de forma fundamentada os diferentes tipos de fibras musculares. • Compreende os diferentes conceitos relacionados com a determinação das ações musculares. • Conhecer a organização geral dos músculos do tronco e dos membros, superior e inferior.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 2: Miologia (28 horas)</u> • Não conhece a organização macroscópica e as propriedades do músculo esquelético. • Não revela conhecimento da organização microscópica e o processo de contração muscular. • Não conhece os processos energéticos no músculo esquelético. • Não conhece de forma fundamentada os diferentes tipos de fibras musculares. • Não compreende os diferentes conceitos relacionados com a determinação das ações musculares. • Não conhece a organização geral dos músculos do tronco e dos membros superior e inferior.

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO CURSOS PROFISSIONAIS (Secundário)

1ºAno / Estudo do Movimento
COMPONENTE DA FORMAÇÃO CIENTÍFICA

A disciplina de Estudo do Movimento - Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento

No final do módulo os alunos deverão ter adquirido conhecimentos, procedimentos e atitudes que lhe permitam:

- Conhecer a organização geral do sistema nervoso, com ênfase particular para o sistema nervoso central e recetores sensoriais mais importantes na regulação do comportamento motor.
- Compreender e analisar o movimento dos mecanismos de coordenação neuromuscular nos níveis intra e intermuscular.
- Compreender os processos de regulação central do movimento.
- Compreender o processo de regulação do equilíbrio.
- Compreender e relacionar as adaptações neuromusculares agudas (fadiga muscular) e crónicas ao exercício físico.

	DOMINIO	APRENDIZAGENS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS do PERFIL do ALUNO	Nº INSTRUMENTOS/TÉCNICAS de AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO COMUNICAÇÃO	<u>Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento (28 horas)</u>	<u>Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento (28 horas)</u> • Compreender os aspetos fundamentais da estrutura e funcionamento do sistema nervoso. • Revelar conhecimento da estrutura e funções gerais do sistema nervoso central. • Perceber a estrutura e as funções gerais dos recetores sensoriais que mais contribuem para a regulação do comportamento motor. • Compreender os principais mecanismos de coordenação neuromuscular. • Compreender os diferentes níveis de regulação central do movimento. • Conhecer os componentes fundamentais da regulação do equilíbrio. • Compreender as diferentes formas de manifestação da fadiga muscular.	A, B, C, D, E, F, G, H, J	Componente Prática Teste prático: observação direta de situações de exercício Questão Aula	35%	75%
				Componente Teórica - Teste escrito ou trabalho (1 por Módulo); - Fichas de trabalho;	35%	

DESENVOLVIMENTO O PESSOAL E INTERPESSOAL	• Participação. (6%) • Autonomia. (6%) • Responsabilidade. (7%) - Cooperação. (6%)		- Observação direta - Grelhas de observação (1 por Módulo)	25%
--	---	--	---	-----

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES NO MÓDULO

Para o apuramento das classificações a atribuir no módulo são considerados os elementos de avaliação recolhidos ao longo do mesmo, em cada um dos domínios.

ATESTADO MÉDICO

1). Atestados médicos com uma **duração até três semanas inclusive (1 vez por trimestre)**, não implicam quaisquer adaptações aos critérios de avaliação definidos, uma vez que eventuais limitações apresentadas pelos alunos são recuperáveis nos restantes tempos de lecionação.

2). Atestados médicos com uma **duração superior a três semanas (1 vez por trimestre)** implicam as seguintes alterações, a saber:

2.1) Situação 1- Ausência total da componente física/motora. A classificação resulta da aplicação da seguinte fórmula:

75% - Estudo do Movimento – Aulas teóricas + 25% - Atitudes e Valores

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

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

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRIPTORIOS DE DESEMPENHO

18 a 20 VALORES	14 a 17 VALORES	10 a 13 VALORES	7 a 9 VALORES	1 a 6 VALORES
<u>Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento (28 horas)</u> • Compreende claramente os aspetos fundamentais da estrutura e funcionamento do sistema nervoso. • Revela total conhecimento da estrutura e funções gerais do sistema nervoso central. • Percebe claramente a estrutura e as funções gerais dos recetores sensoriais que mais contribuem para a regulação do comportamento motor. • Compreende perfeitamente os principais mecanismos de coordenação neuromuscular. • Compreende com clareza os diferentes níveis de regulação central do movimento. • Conhece todos os componentes fundamentais da regulação do equilíbrio. • Compreende plenamente as diferentes formas de manifestação da fadiga muscular.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento (28 horas)</u> • Compreende os aspetos fundamentais da estrutura e funcionamento do sistema nervoso. • Revela conhecimento da estrutura e funções gerais do sistema nervoso central. • Percebe a estrutura e as funções gerais dos recetores sensoriais que mais contribuem para a regulação do comportamento motor. • Compreende os principais mecanismos de coordenação neuromuscular. • Compreende os diferentes níveis de regulação central do movimento. • Conhece os componentes fundamentais da regulação do equilíbrio. • Compreende as diferentes formas de manifestação da fadiga muscular.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 3: Controlo e Coordenação do Movimento (28 horas)</u> • Não compreende os aspetos fundamentais da estrutura e funcionamento do sistema nervoso. • Não revela conhecimento da estrutura e funções gerais do sistema nervoso central. • Não percebe a estrutura e as funções gerais dos recetores sensoriais que mais contribuem para a regulação do comportamento motor. • Não compreende os principais mecanismos de coordenação neuromuscular. • Não compreende os diferentes níveis de regulação central do movimento. • Não conhece os componentes fundamentais da regulação do equilíbrio. • Não compreende as diferentes formas de manifestação da fadiga muscular.

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO CURSOS PROFISSIONAIS (Secundário)

1º Ano / Estudo do Movimento
COMPONENTE DA FORMAÇÃO CIENTÍFICA

A disciplina de Estudo do Movimento - Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento

No final do módulo os alunos deverão ter adquirido conhecimentos, procedimentos e atitudes que lhe permitam:

- Conhecer e compreender a ação de forças exteriores ou forças geradas pelo próprio indivíduo, nos movimentos.
- Conhecer os movimentos de um segmento e do corpo na totalidade.
- Compreender e ter domínio do movimento de um projétil.
- Dominar de forma elementar as técnicas e meios de análise qualitativa e quantitativa dos movimentos.
- Perceber a importância da coordenação dos impulsos parciais na técnica realizada.

	DOMÍNIO	APRENDIZAGENS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS do PERFIL do ALUNO	Nº INSTRUMENTOS/TÉCNICAS de AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO COMUNICAÇÃO	<u>Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento (24 horas)</u>	<u>Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento (24 horas)</u> • Revelar conhecimento do sistema mecânico a partir dos conceitos de anatomia. • Reconhecer o centro de gravidade do corpo. • Definir o movimento através da cinemática (posição, velocidade e aceleração). • Conhecer os diferentes tipos de movimento (movimento linear, movimento angular e movimento geral). • Analisar os movimentos do corpo em trajetória aérea. • Conhecer as forças aplicadas e as forças reativas. • Entender as noções de impulso, trabalho, potência e energia. • Reconhecer as forças associadas às rotações. • Entender os conceitos de equilíbrio e de estabilidade.	A, B, C, D, E, F, G, H, J	<u>Componente Prática</u> Teste prático: observação direta de situações de exercício Questão Aula	35%	75%
					5%	

		• Compreender o princípio de atuação das forças musculares. • Analisar a instrumentação na análise dos movimentos.		Componente Teórica - Teste escrito ou trabalho (1 por Módulo); - Fichas de trabalho;	35%	
DESENVOLVIMENTO DO PESSOAL E INTERPESSOAL	• Participação. (6%) • Autonomia. (6%) • Responsabilidade. (7%) - Cooperação. (6%)			- Observação direta - Grelhas de observação (1 por Módulo)	25%	

APURAMENTO DAS CLASSIFICAÇÕES NO MÓDULO

Para o apuramento das classificações a atribuir no módulo são considerados os elementos de avaliação recolhidos ao longo do mesmo, em cada um dos domínios.

ATESTADO MÉDICO

1). Atestados médicos com uma **duração até três semanas inclusive (1 vez por trimestre)**, não implicam quaisquer adaptações aos critérios de avaliação definidos, uma vez que eventuais limitações apresentadas pelos alunos são recuperáveis nos restantes tempos de lecionação.

2). Atestados médicos com uma **duração superior a três semanas (1 vez por trimestre)** implicam as seguintes alterações, a saber:

2.1) Situação 1- Ausência total da componente física/motora. A classificação resulta da aplicação da seguinte fórmula:

75% - Estudo do Movimento – Aulas teóricas + 25% - Atitudes e Valores

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos (ACPA):

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

DIMENSÃO DA AVALIAÇÃO - CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO

DESCRIPTORES DE DESEMPENHO

18 a 20 VALORES	14 a 17 VALORES	10 a 13 VALORES	7 a 9 VALORES	1 a 6 VALORES
<u>Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento (24 horas)</u> • Revela total conhecimento do sistema mecânico a partir dos conceitos de anatomia. • Reconhece claramente o centro de gravidade do corpo. • Define plenamente o movimento através da cinemática (posição, velocidade e aceleração). • Conhece claramente os diferentes tipos de movimento (movimento linear, movimento angular e movimento geral). • Analisa todos os movimentos do corpo em trajetória aérea. • Conhece todas as forças aplicadas e as forças reativas. • Entende claramente as noções de impulso, trabalho, potência e energia. • Reconhece claramente as forças associadas às rotações. • Entende perfeitamente os conceitos de equilíbrio e de estabilidade. • Compreende plenamente o princípio de atuação das	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento (24 horas)</u> • Revela conhecimento do sistema mecânico a partir dos conceitos de anatomia. • Reconhece o centro de gravidade do corpo. • Define o movimento através da cinemática (posição, velocidade e aceleração). • Conhece os diferentes tipos de movimento (movimento linear, movimento angular e movimento geral). • Analisa os movimentos do corpo em trajetória aérea. • Conhece as forças aplicadas e as forças reativas. • Entende as noções de impulso, trabalho, potência e energia. • Reconhece as forças associadas às rotações. • Entende os conceitos de equilíbrio e de estabilidade. • Compreende o princípio de atuação das forças musculares. • Analisa a instrumentação na análise dos movimentos.	NÍVEL INTERMÉDIO	<u>Módulo 4: Fundamentos de Mecânica para Análise do Movimento (24 horas)</u> • Não revela conhecimento do sistema mecânico a partir dos conceitos de anatomia. • Não reconhece o centro de gravidade do corpo. • Não define o movimento através da cinemática (posição, velocidade e aceleração). • Não conhece os diferentes tipos de movimento (movimento linear, movimento angular e movimento geral). • Não analisa os movimentos do corpo em trajetória aérea. • Não conhece as forças aplicadas e as forças reativas. • Não entende as noções de impulso, trabalho, potência e energia. • Não reconhece as forças associadas às rotações. • Não entende os conceitos de equilíbrio e de estabilidade. • Não compreende o princípio de atuação das forças

forças musculares. • Analisa claramente a instrumentação na análise dos movimentos.				musculares. • Não analisa a instrumentação na análise dos movimentos.
--	--	--	--	--