

**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO CURSOS PROFISSIONAIS (Secundário)**  
**Curso Profissional Técnico de Desporto**

**2ºAno / ESTUDO DO MOVIMENTO**  
**COMPONENTE DA FORMAÇÃO TÉCNICA**

A disciplina de Estudo do Movimento insere-se na componente de formação científica do Curso Profissional de Desporto destinando-se a proporcionar aprendizagens científicas de base, que correspondam, simultaneamente, às exigências de uma formação de nível secundário e de nível 4 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações (QNQ).

	DOMINIO	APRENDIZAGENS	ÁREAS DE COMPETÊNCIAS PERFIL do ALUNO	Nº INSTRUMENTOS/ TÉCNICAS de AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	
					PARCIAL	TOTAL
CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Conhecimento Científico Conceptual	<b>Módulo 4 FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO</b> Analisar movimentos retilíneos reais, utilizando equipamento de recolha e tratamento de dados (sensores de posição e interface de recolha de dados, vídeo e software de análise de vídeo) sobre a posição de um corpo, ao longo do tempo, associando a posição a um determinado referencial.  Interpretar gráficos posição-tempo e velocidade-tempo de movimentos retilíneos reais.  Aplicar os conceitos de posição, deslocamento, velocidade e aceleração, na descrição de movimentos retilíneos em situações reais.  Aplicar os conceitos de deslocamento angular e velocidade angular na descrição de movimentos do corpo envolvendo rotações (de um segmento e do corpo na totalidade).  Interpretar as transferências de energia como trabalho em sistemas mecânicos, analisando situações de movimento do ponto de vista energético.  Relacionar as forças que atuam em corpos em interação com base na Terceira Lei de Newton, identificando e representando essas forças.	Conhecedor/sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)  Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)  Criativo/ analítico (A, B, C, D, G)  Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)  Respeitador da diferença /respeitador do outro (A, B, E, F, H)	- Testes e fichas de avaliação; - Trabalhos de Projeto;  <b>(1 por Módulo)</b>	30%	75%
	Conhecimento Científico Procedimental	Aplicar a Segunda Lei de Newton para um sistema de partículas a situações do dia a dia que envolvam a análise da intensidade da resultante das forças numa colisão em função do tempo de duração da mesma.  Analisar e interpretar situações envolvendo forças de atrito, com o sentido do movimento do centro de massa e com sentido oposto.  Analisar e interpretar o efeito rotativo de uma força, com base na grandeza momento de uma força, em situações de movimentos de um segmento e do corpo na totalidade.  Aplicar os conceitos de centro de gravidade, corpos articulados e corpo rígido ao sistema músculo-esquelético.	Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)  Questionador (A, F, G, I, J)  Comunicador (A, B, D, E, H)	- Trabalhos individuais e/ou de grupo: Trabalhos de pesquisa/investigação; Trabalhos no âmbito do Projeto Interdisciplinar; - Apresentações orais (Exposição/Debate)  <b>(1 por Módulo)</b>	45%	
	Comunicação em Ciência	Explicar o equilíbrio e a estabilidade com base na análise dos fatores que influenciam o equilíbrio rotacional de um corpo, aplicando esse conhecimento na análise das forças produzidas pelos músculos para estabilizar forças exteriores, demonstrando a influência da força gravítica e de outras forças exteriores.  Compreender a importância da coordenação nas técnicas e meios de análise qualitativa e quantitativa dos movimentos. Aplicar os conhecimentos na análise dos movimentos (observação de tarefas motoras diversas) por forma a corrigir ou eliminar os erros, pesquisando sobre estratégias para otimizar a performance	Participativo/Colaborado Responsável/ autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)  Autoavaliador Heteroavaliador (transversal às áreas)			

CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Conhecimento Científico Conceptual	<b>Módulo 5 ANÁLISE DA PARTICIPAÇÃO MUSCULAR NO MOVIMENTO</b>	Conhecedor/sabedor culto/ informado (A, B, G, I, J)	Testes e fichas de avaliação; - Trabalhos de Projeto;  <b>(1 por Módulo)</b>	<b>35%</b>	<b>75%</b>
	Conhecimento Científico Procedimental	Localizar os principais músculos responsáveis pelos movimentos da cabeça, tronco, omoplata, braço, antebraço, mão e dedos, bacia, coxa, perna e pé. Descrever as principais funções da musculatura do tronco e dos membros.	Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)			
	Comunicação em Ciência	Analisar ações motoras diversas, identificando os grupos musculares implicados.  Reproduzir corporalmente ações motoras que envolvam os principais grupos musculares.	Criativo/analítico (A, B, C, D, G)	- Trabalhos individuais e/ou de grupo: Trabalhos de pesquisa/ investigação; Trabalhos no âmbito do Projeto Interdisciplinar; - Apresentações orais (Exposição/Debate)	<b>45%</b>	
			Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)			
			Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)			
			Respeitador da diferença /respeitador do outro (A, B, E, F, H)			
			Questionador (A, F, G, I, J)	<b>(1 por Módulo)</b>		
			Comunicador (A, B, D, E, H)			
			Participativo/ colaborador responsável/ autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)			
			Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)			
			Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)			

CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Conhecimento Científico Conceptual	<p><b>Módulo 7 QUALIDADES FÍSICAS: FORÇA, VELOCIDADE, FLEXIBILIDADE, RESISTÊNCIA</b> Compreender as diferentes formas de manifestação da força (máxima, rápida, reativa e de resistência), reconhecendo fatores nervosos e musculares que condicionam essas manifestações.</p> <p>Relacionar a força máxima com a força rápida e a força de resistência com a fadiga neuromuscular, com base nas suas manifestações em diferentes ações motoras.</p> <p>Explicar a importância da força reativa em ações caracterizadas por ciclos musculares de alongamento - encurtamento.</p>	<p>Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)</p>	<p>- Testes e fichas de avaliação; - Trabalhos de Projeto; <b>(1 por Módulo)</b></p>	30%	75%
	Conhecimento Científico Procedimental	<p>Reconhecer diferentes formas de manifestação da flexibilidade (estática e dinâmica), identificando a sua importância na eficiência dos movimentos.</p> <p>Distinguir métodos estáticos de dinâmicos e métodos passivos de ativos para o desenvolvimento da flexibilidade, identificando fatores osteoarticulares, musculares e nervosos condicionantes da flexibilidade.</p> <p>Relacionar a flexibilidade com a força muscular.</p>	<p>Criativo/ analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p>	<p>- Trabalhos individuais e/ou de grupo: Trabalhos de pesquisa/ investigação; Trabalhos no âmbito do Projeto Interdisciplinar; - Apresentações orais (Exposição/Debate)</p>		
	Comunicação em Ciência	<p>Analisar diferentes formas de manifestação da velocidade (reação e execução, cíclica e acíclica) utilizando equipamento de recolha e tratamento de dados (sensores e interface de recolha de dados, vídeo e software de análise de vídeo) do movimento de um corpo.</p> <p>Identificar fatores nervosos e musculares condicionantes da velocidade de reação e de execução.</p> <p>Reconhecer diferentes formas de manifestação da resistência (aeróbia, anaeróbia láctica e anaeróbia aláctica).</p> <p>Identificar fatores fisiológicos condicionantes das diferentes formas de manifestação da resistência. Distinguir os conceitos de limiar anaeróbio e limiar aeróbio.</p> <p>Explicar adaptações agudas e crónicas no treino da resistência ao nível metabólico, circulatório, respiratório e muscular.</p>	<p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p> <p>Participativo/Colaborador Responsável/ autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Respeitador da diferença /respeitador do outro (A, B, E, F, H)</p> <p>Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)</p> <p>Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas</p>	<p><b>(1 por Módulo)</b></p>	45%	

DESENVOLVIMENTO PESSOAL E INTERPESSOAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participação. (6%)</li> <li>• Autonomia. (6%)</li> <li>• Responsabilidade. (7%)</li> <li>• Cooperação (6%)</li> </ul>		A, B, C, D, E, F, G, H, I	- observação direta - grelhas de observação (1 por <b>Módulo)</b>		<b>25%</b>

**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 - 20 valores	14 - 17 valores	10 - 13 valores	7 - 9 valores	1 - 6 valores

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreende, adquire, consolida e mobiliza com facilidade, conhecimentos específicos da disciplina;</li> <li>- Aplica com facilidade, os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas;</li> <li>- Pesquisa e sistematiza com muita facilidade e com eficácia informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos;</li> <li>- Comunica resultados de trabalhos práticos, de forma muito organizada e diversificada (comunicação oral e/ou escrita), numa perspetiva de CTSA, com recurso à utilização de dispositivos de tecnologias de informação e comunicação;</li> <li>- Realiza com rigor atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades práticas;</li> <li>- Executa e interpreta de forma rigorosa e eficaz atividades laboratoriais simples;</li> <li>- Articula de forma eficaz conhecimentos de diferentes disciplinas/áreas de educação e formação para aprofundar tópicos de Estudo do Movimento, relacionados com a especificidade de cada Curso Profissional.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreende, adquire, consolida e mobiliza de forma satisfatória, conhecimentos específicos da disciplina;</li> <li>- Aplica satisfatoriamente, os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas;</li> <li>- Pesquisa e sistematiza de forma satisfatória informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos;</li> <li>- Comunica resultados de trabalhos práticos, com alguma organização e diversidade (comunicação oral e/ou escrita), numa perspetiva de CTSA, recorrendo por vezes à utilização de dispositivos de tecnologias de informação e comunicação;</li> <li>- Realiza de forma satisfatória atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades prática;</li> <li>- Executa e interpreta de forma satisfatória atividades laboratoriais simples;</li> <li>- Articula satisfatoriamente conhecimentos de diferentes disciplinas/áreas de educação e formação para aprofundar tópicos de Estudo do Movimento, relacionados com a especificidade de cada Curso Profissional.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não compreende, não adquire, não consolida e não mobiliza conhecimentos específicos da disciplina;</li> <li>- Não aplica os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas;</li> <li>- Não pesquisa, nem sistematiza informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos;</li> <li>- Comunica resultados de trabalhos práticos, de forma pouco organizada e pouco diversificada (comunicação oral e/ou escrita), numa perspetiva de CTSA, recorrendo raramente à utilização de dispositivos de tecnologias de informação e comunicação;</li> <li>- Não realiza ou realiza com muita dificuldade atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades práticas;</li> <li>- Executa e interpreta com muita dificuldade atividades laboratoriais simples;</li> <li>- Não articula conhecimentos de diferentes disciplinas/áreas de educação e formação para aprofundar tópicos de Estudo do Movimento, relacionados com a especificidade de cada Curso Profissional.</li> </ul>
---	--	---	--	---