

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

2º Ano / 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	<p>Módulo 4 FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO 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.</p> <p>Interpretar gráficos posição-tempo e velocidade-tempo de movimentos retilíneos reais.</p> <p>Aplicar os conceitos de posição, deslocamento, velocidade e aceleração, na descrição de movimentos retilíneos em situações reais.</p> <p>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).</p> <p>Interpretar as transferências de energia como trabalho em sistemas mecânicos, analisando situações de movimento do ponto de vista energético.</p> <p>Relacionar as forças que atuam em corpos em interação com base na Terceira Lei de Newton, identificando e representando essas forças.</p>	<p>Conhecedor/sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J)</p> <p>Criativo/ Expressivo (A, C, D, J)</p> <p>Criativo/ analítico (A, B, C, D, G)</p> <p>Indagador/Investigador (C, D, F, H, I)</p> <p>Respeitador da diferença /respeitador do outro (A, B, E, F, H)</p>	<p>- Testes e fichas de avaliação; - Trabalhos de Projeto;</p> <p>(1 por Módulo)</p>	30%	75%
	Conhecimento Científico Procedimental	<p>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.</p> <p>Analisar e interpretar situações envolvendo forças de atrito, com o sentido do movimento do centro de massa e com sentido oposto.</p> <p>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.</p> <p>Aplicar os conceitos de centro de gravidade, corpos articulados e corpo rígido ao sistema músculo-esquelético.</p>	<p>Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J)</p> <p>Questionador (A, F, G, I, J)</p> <p>Comunicador (A, B, D, E, H)</p>	<p>- Trabalhos individuais e/ou de grupo: Trabalhos de pesquisa/investigação; Trabalhos no âmbito do Projeto Interdisciplinar; - Apresentações orais (Exposição/Debate)</p> <p>(1 por Módulo)</p>	45%	
	Comunicação em Ciência	<p>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.</p> <p>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</p>	<p>Participativo/Colaborado Responsável/ autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)</p> <p>Autoavaliador Heteroavaliador (transversal às áreas)</p>			

CONHECIMENTO E COMUNICAÇÃO	Conhecimento Científico Conceptual	Módulo 5 ANÁLISE DA PARTICIPAÇÃO MUSCULAR NO MOVIMENTO	Conhecedor/sabedor culto/ informado (A, B, G, I, J)	Testes e fichas de avaliação; - Trabalhos de Projeto; (1 por Módulo)	35%	75%
	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/análítico (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) (1 por Módulo)	45%	
		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)			
			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	<p>Conhecimento Científico Conceptual</p> <p>Módulo 7 QUALIDADES FÍSICAS: FORÇA, VELOCIDADE, FLEXIBILIDADE, RESISTÊNCIA 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;</p> <p>(1 por Módulo)</p>	30%	75%
	<p>Conhecimento Científico Procedimental</p> <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>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>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>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>- Trabalhos individuais e/ou de grupo: Trabalhos de pesquisa/investigação; Trabalhos no âmbito do Projeto Interdisciplinar; - Apresentações orais (Exposição/Debate)</p> <p>(1 por Módulo)</p>	45%	

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

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"> - Compreende, adquire, consolida e mobiliza com facilidade, conhecimentos específicos da disciplina; - Aplica com facilidade, os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas; - Pesquisa e sistematiza com muita facilidade e com eficácia informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos; - 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; - Realiza com rigor atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades práticas; - Executa e interpreta de forma rigorosa e eficaz atividades laboratoriais simples; - 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. 	NÍVEL INTERMÉDIO	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende, adquire, consolida e mobiliza de forma satisfatória, conhecimentos específicos da disciplina; - Aplica satisfatoriamente, os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas; - Pesquisa e sistematiza de forma satisfatória informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos; - 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; - Realiza de forma satisfatória atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades prática; - Executa e interpreta de forma satisfatória atividades laboratoriais simples; - 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. 	NÍVEL INTERMÉDIO	<ul style="list-style-type: none"> - Não compreende, não adquire, não consolida e não mobiliza conhecimentos específicos da disciplina; - Não aplica os conhecimentos da disciplina a novas situações ou problemas; - Não pesquisa, nem sistematiza informações, integrando saberes prévios, para construir novos conhecimentos; - 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; - Não realiza ou realiza com muita dificuldade atividades em ambientes exteriores à sala de aula, articuladas com outras atividades práticas; - Executa e interpreta com muita dificuldade atividades laboratoriais simples; - 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.