



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE PORTO DE MÓS

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

GRUPO DISCIPLINAR 620 – Curso Profissional Técnico de Desporto (Estudo do Movimento)

Ensino Presencial/ensino misto/ensino à distância ANO LETIVO 2020-2021

Domínios	Descritores do Perfil dos alunos	Descritores de desempenho	Módulos/UFCD	Instrumentos de recolha de dados Valorização (%)	Registo
Conhecimentos e Capacidades (75%)	Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	- Dominar as noções fundamentais para o estudo da anatomia e capacidade de aplicação dessas noções na descrição de estruturas corporais. - Compreender a função do tecido conjuntivo e conhecer as características específicas das suas diferentes variedades. - Dominar as noções fundamentais para o estudo das articulações. - Conhecer a estrutura óssea e articular dos diferentes segmentos corporais (cabeça, tronco, membro superior e membro inferior) como ponto de partida para a capacidade de compreender as características funcionais e a relação mobilidade/estabilidade de cada região corporal.	Módulo 1 - Osteologia e Artrologia	Observação Direta: Capacidades e Conhecimentos: Avaliação em: Testes e/ou Trabalho individual e/ou de grupo; (50%) Caderno diário e/ou Fichas de trabalho e/ou T.P.C. e/ou Participação oral na aula (25%)	Grelhas de: Registo e classificação.
	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)	- 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	Módulo 2 – Miologia		
Aitudes e Valores (25%)	Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)			Atitudes: É assíduo e pontual. (5%) Cumpe as normas e regulamentos da escola. Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos colegas,	
	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)				

	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)	inferior.		cooperando e promovendo entreajuda nas situações de organização da turma e de aprendizagem. (20%)	
		- Conhecer a organização geral do sistema nervoso, com ênfase particular para o sistema nervoso central e receptores 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 crônicas ao exercício físico.	Módulo 3 – Controlo e coordenação do movimento		
		- 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	Módulo 4 – Fundamentos da Mecânica para a análise do Movimento		
		- Compreender as características e formas de organização dos grupos musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. - Conhecer os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento.	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento		

		- Considerar características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). - Dominar os meios de análise cinemática para caracterização do movimento.			
		- Compreender o conceito de homeostasia e a sua aplicação como modelo para compreender fenómenos de regulação interna, como a regulação térmica e a regulação do equilíbrio hídrico. - Mobilizar conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. - Mobilizar conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário. - Conhecer e compreender a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respetivas possibilidades adaptativas durante a atividade física.	Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna		
		- Compreender o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respetivas formas de manifestação. - Relacionar cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. - Conhecer e compreender os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	Módulo 7 – Qualidades físicas		

Áreas de Competências do Perfil dos Alunos: **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; e **J**-Consciência e domínio do corpo.