



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE PORTO DE MÓS
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
 GRUPO DISCIPLINAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA - 620
ANO LETIVO 2021 /2022



Ensino Secundário - Cursos Profissionais -Técnico de Desporto

DISCIPLINA: ESTUDO DO MOVIMENTO

11.º Ano

Critérios gerais	Domínios	Áreas de competência do PASEO*	Ponderação (%)		Descritores específicos de desempenho	Instrumentos de recolha de informação
			Regime presencial	Regime não presencial		
Conhecimentos e Capacidades 75%	D1 <i>Conhecimentos</i>				Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento	Caderno diário; Trabalho/ Projeto; Apresentação/ defesa oral; Questionamento oral; Relatório; Fichas diversas; Outros que o professor ou o CT entenda aplicar.
		A	75%	75%	Compreender as características e formas de organização dos grupos musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior.	
		B			Conhecer os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento.	
		C			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).	
		D			Dominar os meios de análise cinemática para caracterização do movimento.	
		H			Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna	
		I			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.	
		E			Mobilizar conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino.	
		F			Mobilizar conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.	
		G			Conhecer e compreender a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respetivas possibilidades adaptativas durante a atividade física.	
		J			Módulo 7 – Qualidades físicas	

				- 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.	
Atitudes 25%	Os descritores de desempenho deste domínio encontram-se disponibilizados no documento geral dos critérios de avaliação (Portal do Agrupamento).				

OBSERVAÇÕES:

* Áreas de competências do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória: **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.

Perfil de Aprendizagens – 11º Ano Curso Profissional Técnico de Desporto					
Níveis	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente	
Domínios	<i>(Sempre/Quase Sempre)</i>	<i>(Muitas vezes/Frequentemente)</i>	<i>(Regularmente/Algumas Vezes)</i>	<i>(Poucas Vezes / Raramente)</i>	<i>(Muito Poucas Vezes /Nunca)</i>
D1	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento Compreende (...) as características e formas de organização dos grupos	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento Compreende (...) as características e formas de organização dos grupos	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento Compreende (...) as características e formas de organização dos grupos	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento Compreende (...) as características e formas de organização dos grupos	Módulo 5 – Análise da participação muscular no movimento (...) compreende as características e formas de organização dos grupos

	musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. Conhece (...) os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. Considera (...) características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). Domina (...) os meios de análise cinemática para caracterização do movimento. Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna Compreende (...) 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. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.	musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. Conhece (...) os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. Considera (...) características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). Domina (...) os meios de análise cinemática para caracterização do movimento. Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna Compreende (...) 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. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.	musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. Conhece (...) os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. Considera (...) características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). Domina (...) os meios de análise cinemática para caracterização do movimento. Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna Compreende (...) 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. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.	musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. Conhece (...) os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. Considera (...) características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). Domina (...) os meios de análise cinemática para caracterização do movimento. Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna Compreende (...) 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. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. Mobiliza (...) conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.	musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. (...) conhece os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. (...) considera características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa (Artes do Espetáculo – Interpretação e Animação Circense ou Intérprete da Dança Contemporânea). (...) domina os meios de análise cinemática para caracterização do movimento. Módulo 6 – Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna (...) compreende 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. (...) mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e Sistema Endócrino. (...) mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário.
--	--	--	--	--	--

	Conhece e compreende (...) a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respectivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. Módulo 7 – Qualidades físicas Compreende (...) o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respectivas formas de manifestação. Relaciona (...) cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. Conhece e compreende (...) os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	Conhece e compreende (...) a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respectivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. Módulo 7 – Qualidades físicas Compreende (...) o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respectivas formas de manifestação. Relaciona (...) cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. Conhece e compreende (...) os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	Conhece e compreende (...) a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respectivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. Módulo 7 – Qualidades físicas Compreende (...) o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respectivas formas de manifestação. Relaciona (...) cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. Conhece e compreende (...) os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	Conhece e compreende (...) a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respectivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. Módulo 7 – Qualidades físicas Compreende (...) o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respectivas formas de manifestação. Relaciona (...) cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. Conhece e compreende (...) os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	(...) conhece e compreende a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respectivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. Módulo 7 – Qualidades físicas (...) compreende o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respectivas formas de manifestação. (...) relaciona cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. (...) conhece e compreende os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.
--	--	--	--	--	--