

REFERENCIAL COMUM – CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO E SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO – ANO LETIVO 2025/2026

OPERACIONALIZAÇÃO DOS CRITÉRIOS TRANSVERSAIS	DISCIPLINA - ESTUDO DO MOVIMENTO (CURSO PROFISSIONAL TÉCNICO DE DESPORTO)	ANO DE ESCOLARIDADE - 1.º Ano
--	---	-------------------------------

ENQUADRAMENTO:

A disciplina de **Estudo do Movimento** insere-se na componente de formação científica do **CURSO PROFISSIONAL TÉCNICO DE DESPORTO** (código 813353), destinando-se a proporcionar aprendizagens científicas de base, que correspondam, simultaneamente, às exigências de uma formação de nível secundário de nível 4 de qualificação do Quadro Nacional de Qualificações (QNQ). Esta disciplina permite desenvolver um leque de diferentes saberes e competências centrados no funcionamento do aparelho locomotor e do sistema nervoso, que devem ser entendidos como instrumento de análise e de interpretação de situações motoras específicas dos diversos Cursos Profissionais em que a mesma se integra.

A disciplina de Estudo do Movimento deve contemplar obrigatoriamente as dimensões teórica e prática, encontrando-se organizada em 7 módulos (M) lecionados em 2 anos da formação, 1.º ano (**Módulo 1 - Osteologia E Artrologia, Módulo 2 - Miologia, Módulo 3 - Controlo E Coordenação Do Movimento e Módulo 4 - Fundamentos De Mecânica Para Análise Do Movimento**) e 2.º ano (**Módulo 5 - Análise da participação muscular no movimento, Módulo 6 - constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna e Módulo 7 - Qualidades físicas**).

No 1.º ano de formação, os módulos da disciplina têm como base os seguintes temas: **M1 - tem como objeto de estudo a constituição e caracterização funcional do sistema osteoarticular; M2 - aborda os fundamentos da fisiologia muscular; M3 - refere-se à morfologia do sistema nervoso e respetiva coordenação do movimento e M4 - faz uma análise do movimento humano**, assente nos fundamentos matemáticos e físicos na área da mecânica. Nesta disciplina, a sequência modular está construída com um encadeamento progressivo, em que os M1 e 2 constituem o alicerce fundamental para todos os outros módulos.

As Aprendizagens Essenciais (AE) de Estudo do Movimento devem proporcionar o desenvolvimento de competências fundamentais ao nível da literacia científica, da expressão artística, do domínio do corpo e da utilização das tecnologias de informação e comunicação, entre outras, servindo de suporte à componente de formação tecnológica e contribuindo para o exercício de uma cidadania consciente e interventiva. Em conformidade com o *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória* (PA), as áreas de competências a desenvolver na disciplina devem promover a compreensão, interpretação e expressão de conceitos, factos, opiniões e pensamentos, oralmente e por escrito (A, B, C, D, I), bem como a expressão de sentimentos através de *performances* corporais, relacionando os fenómenos físicos e biológicos do corpo humano com a sua capacidade de produzir movimento, os seus limites e os riscos associados à sua superação (G, H, J). Os alunos devem, ainda, desenvolver competências que promovam o relacionamento interpessoal e o desenvolvimento pessoal e autonomia, privilegiando os espaços de debate e a apresentação de trabalhos/representações e/ou *performances*, adequadas a cada domínio abordado nos módulos (B, C, D, E, F, G, H, J).

Neste âmbito, os alunos devem inter-relacionar conhecimentos, capacidades e atitudes que lhes possibilitem planear, organizar e dinamizar atividades físicas, desportivas e artísticas, em contexto de bem-estar, ocupação de tempos livres, animação e lazer, tendo em conta o Perfil Profissional do curso.

A avaliação, nas dimensões formativa e sumativa, deve privilegiar a regulação do ensino e das aprendizagens, de modo contínuo e sistemático, através da utilização de procedimentos, técnicas e instrumentos diversificados, adaptando-se aos alunos e aos respetivos contextos em que ocorrem. A avaliação formativa deve proporcionar aos alunos um *feedback* eficaz dos seus desempenhos, permitindo que estes identifiquem dificuldades e potencialidades, ajudando-os a desenvolver as AE. A avaliação sumativa deve privilegiar evidências de aprendizagem dos saberes científicos e técnicos, durante e no final do módulo, baseando-se em critérios subjacentes aos descritores das competências visadas, ou seja, deve ser uma avaliação que monitorize os desempenhos dos alunos, de modo a intervir com eficácia no desenvolvimento de atitudes de rigor, curiosidade, objetividade, responsabilidade, cooperação e perseverança.

As estratégias de ensino e de aprendizagem, bem como as estratégias de avaliação de Estudo do Movimento, devem ser pensadas de forma intencional e integrada, tendo em conta as AE preconizadas para a disciplina e as áreas de competências do PA que se pretendem desenvolver, podendo contribuir para sustentar decisões de prosseguimento de estudos e/ou de inserção no mercado de trabalho, numa perspetiva de cidadania responsável, dos alunos que reconhecem a importância das aprendizagens realizadas e das competências desenvolvidas como uma mais-valia no desempenho das funções em contexto de aprendizagem e de trabalho.

CRITÉRIOS TRANSVERSAIS	MUITO BOM (17 A 20 VALORES)	BOM (14 A 16,9 VALORES)	SUFICIENTE (10 A 13,9 VALORES)	INSUFICIENTE (0 A 9,9 VALORES)
AQUISIÇÃO DE CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende plenamente todos conteúdos abordados nas aulas. - Relaciona eficazmente os conhecimentos com outros da própria disciplina e/ou de outras áreas disciplinares. - Adquire todas as Aprendizagens Essenciais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende facilmente todos conteúdos abordados nas aulas. - Relaciona os conhecimentos com outros da própria disciplina e/ou de outras áreas disciplinares. - Adquire quase todas as Aprendizagens Essenciais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende satisfatoriamente os principais conteúdos abordados nas aulas. - Relaciona com alguma dificuldade alguns conhecimentos com outros da própria disciplina e/ou de outras áreas disciplinares. - Adquire algumas Aprendizagens Essenciais. 	<ul style="list-style-type: none"> - Revela uma apropriação dos conceitos e dos conteúdos abordados aquém do desejável. - Relaciona de modo ineficaz (ou não relaciona) os conceitos e conteúdos com outros da própria disciplina e/ou de outras áreas disciplinares. - Revela uma apropriação incompleta das Aprendizagens Essenciais.
APLICAÇÃO PRÁTICA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> - Executa com muita facilidade exercícios práticos sobre os conteúdos abordados. - Aplica de forma contextualizada os conhecimentos aprendidos a novas situações apresentadas. - Experimenta/aplica com muita facilidade as Aprendizagens Essenciais adquiridas. - Pesquisa e seleciona o essencial com muito rigor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Executa com facilidade exercícios práticos sobre os conteúdos abordados. - Aplica de forma quase sempre contextualizada os conhecimentos aprendidos a novas situações apresentadas. - Experimenta/aplica com facilidade as Aprendizagens Essenciais adquiridas. - Pesquisa e seleciona o essencial com rigor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Executa de forma satisfatória exercícios práticos sobre os conteúdos abordados. - Aplica de forma nem sempre contextualizada os conhecimentos aprendidos a novas situações apresentadas. - Experimenta/aplica de forma satisfatória as Aprendizagens Essenciais adquiridas. - Pesquisa e seleciona o essencial com pouco rigor. 	<ul style="list-style-type: none"> - Revela um desempenho aquém do expectável na resolução de exercícios sobre os conceitos e conteúdos abordados. - Aplica quase sempre de modo ineficaz ou não aplica os conhecimentos aprendidos a novas situações apresentadas. - Experimenta/aplica com dificuldade ou não aplica as Aprendizagens Essenciais-abordadas. - Revela dificuldades ou grandes dificuldades na capacidade de pesquisar e selecionar.
COMUNICAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> - Exprime-se com elevada correção, clareza, organização e rigor no uso de linguagens (científica, técnica, tecnológica e artística). - Comunica, de forma plenamente adequada, o trabalho 	<ul style="list-style-type: none"> - Exprime-se com correção, clareza, organização e rigor no uso de linguagens (científica, técnica, tecnológica e artística). - Comunica, de forma adequada, o trabalho resultante das 	<ul style="list-style-type: none"> - Exprime-se com pouca correção, clareza, organização e rigor no uso de linguagens (científica, técnica, tecnológica e artística). - Comunica, de forma nem sempre adequada, o trabalho resultante das pesquisas feitas, concretizando-o em diferentes 	<ul style="list-style-type: none"> - Comunica com erros cuja gravidade implica a perda frequente de inteligibilidade e/ou de sentido e argumenta quase sempre com argumentos pouco válidos ou sem validade. - Revela dificuldades ou grandes dificuldades na capacidade de

<p>ATITUDES E VALORES PERANTE O CONHECIMENTO</p> <p>RESPONSABILIDADE, INTEGRIDADE, EXCELÊNCIA, EXIGÊNCIA, CURIOSIDADE, REFLEXÃO, INOVAÇÃO, CIDADANIA, PARTICIPAÇÃO, AUTONOMIA E LIBERDADE</p>	<p>resultante das pesquisas feitas, concretizando-o em diferentes produtos.</p> <p>- Argumenta com coerência e fundamentação científica, com vista à tomada de posição.</p>	<p>pesquisas feitas, concretizando-o em diferentes produtos.</p> <p>- Argumenta com alguma coerência e fundamentação científica, com vista à tomada de posição.</p>	<p>produtos.</p> <p>- Argumenta com pouca coerência e esporadicamente usa fundamentos científicos.</p>	<p>problematizar e resolver problemas.</p>
	<p>- Manifesta total respeito por si e pelos outros, ponderando as suas ações em função do bem comum.</p> <p>- Comporta-se de forma exemplar, revelando um grande nível de responsabilidade.</p> <p>- Mostra sempre vontade em fazer o trabalho bem feito, com rigor, organizando eficazmente a informação recolhida.</p> <p>- É perseverante perante as dificuldades.</p> <p>- Mostra muita vontade de aprender mais.</p> <p>- Reflete e/ou avalia os problemas procurando novas soluções e aplicações.</p> <p>- Demonstra total respeito pela diversidade humana e cultural e age de acordo com princípios dos direitos humanos.</p> <p>- É muito solidário e interventivo, com excelente capacidade de iniciativa.</p> <p>- Demonstra total autonomia na realização das tarefas propostas.</p> <p>- Defende sempre os valores da democracia, equidade, respeito mútuo, livre escolha e bem comum.</p>	<p>- Manifesta respeito por si e pelos outros, ponderando as suas ações em função do bem comum.</p> <p>- Comporta-se de forma correta, revelando responsabilidade.</p> <p>- Mostra vontade em fazer o trabalho bem feito, com algum rigor, organizando a informação recolhida.</p> <p>- É perseverante, frequentemente, perante as dificuldades.</p> <p>- Mostra alguma vontade de aprender mais.</p> <p>- Reflete e/ou avalia os problemas nem sempre procurando novas soluções e aplicações.</p> <p>- Demonstra respeito pela diversidade humana e cultural e age de acordo com princípios dos direitos humanos.</p> <p>- É solidário e interventivo, com capacidade de iniciativa.</p> <p>- Demonstra autonomia na realização das tarefas propostas.</p> <p>- Defende os valores da democracia, equidade, respeito mútuo, livre escolha e bem comum.</p>	<p>- Manifesta algum respeito por si e pelos outros, nem sempre ponderando as suas ações em função do bem comum.</p> <p>- Comporta-se, de modo geral, de forma correta, apresentando algumas falhas ao nível da responsabilidade.</p> <p>- Mostra alguma vontade em fazer o trabalho bem feito, nem sempre com rigor, organizando a informação recolhida de forma pouco cuidada.</p> <p>- É pouco perseverante perante as dificuldades.</p> <p>- Mostra pouca vontade de aprender mais.</p> <p>- Nem sempre reflete e/ou avalia os problemas raramente procurando novas soluções e aplicações.</p> <p>- Demonstra algum respeito pela diversidade humana e cultural e age com algum respeito pelos princípios dos direitos humanos.</p> <p>- É pouco solidário e pouco interventivo, com pouca capacidade de iniciativa.</p> <p>- Demonstra pouca autonomia na realização das tarefas propostas.</p> <p>- Nem sempre defende os valores da democracia, equidade, respeito mútuo, livre escolha e bem comum.</p>	<p>- Revela pouco respeito por si e pelos outros,</p> <p>- Manifesta muitas dificuldades em cumprir as regras estabelecidas, bem como em revelar comportamentos responsáveis.</p> <p>- Mostra pouca ou nenhuma vontade em fazer o trabalho.</p> <p>- Desiste perante as dificuldades.</p> <p>- Mostra ausência de vontade de aprender.</p> <p>- Mostra ausência de reflexão e/ou avaliação dos problemas.</p> <p>- Demonstra ausência de respeito pela diversidade humana e cultural e não age de acordo com princípios dos direitos humanos.</p> <p>- Não mostra capacidade de solucionar conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica.</p> <p>- Revela falta de solidariedade, de capacidade de intervenção e de iniciativa.</p> <p>- Demonstra graves dificuldades de autonomia na realização das tarefas propostas.</p> <p>- Revela comportamentos graves na defesa dos valores da democracia, equidade, respeito mútuo, livre escolha e bem comum.</p>

DOMÍNIOS DE AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS (CONCEITOS-CHAVE E COMPETÊNCIAS-BASE)	DESCRITORES E ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PASEO	SUGESTÕES DE PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
TRATAMENTO DE INFORMAÇÃO/ UTILIZAÇÃO DE FONTES	35%	<p>Adquire conhecimento, informação e outros saberes, com rigor científico;</p> <p>Aplica o conhecimento de osteologia, miologia, controlo e coordenação do movimento e os fundamentos de mecânica para análise do movimento em situação prática das disciplinas técnicas do curso, como por exemplo, aulas de EDF, ATA, MI e MC;</p> <p>Aplica o conhecimento de osteologia, miologia, controlo e coordenação do movimento e os fundamentos de mecânica para análise do movimento em situação prática da Formação em Contexto de Trabalho (FCT) e da Prova de Aptidão Profissional (PAP).</p> <p>Conhece, reconhece, distingue, compreende, analisa, relaciona, classifica, compara e explora, todos os os conceitos chave e competências base dos módulos a lecionar no 1.º ano da disciplina de Estudo Movimento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Módulo 1 - OSTEOLOGIA E ARTROLOGIA - Anatomia, planos de orientação espacial, Tecido conjuntivo, Tecido cartilaginoso, Tecido ósseo, Tecido adiposo, Planos do movimento, Sistema óssea, Sistema articular (da coluna vertebral e dos membros superiores e inferiores). • Módulo 2 - MIOLOGIA - Músculo esquelético, Fibra muscular, Contração e relaxamento muscular, Metabolismo, ATP, Fibras dos tipos I e II, Músculos agonistas, antagonistas e fixadores, Grupos musculares do tronco, do membro superior e do membro inferior. • Módulo 3 - CONTROLO E COORDENAÇÃO DO MOVIMENTO - Sistema nervoso (central, periférico, somático, autónomo), Neurónio, Sinapse, Medula, Tronco cerebral, Córtex cerebral, Cerebelo. • Módulo 4 - FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO 	<p>Criativo (A, C, D, J); Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador (C, D, F, H, I) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J); Autoavaliador</p>	<p>Avaliação Formativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grelhas de observação, para avaliar atitudes ao nível do cumprimento das normas de segurança pessoal, da utilização correta de material e equipamentos e de integridade dos espaços físicos; • grelha de registo de avaliação dos parâmetros a avaliar em portefólio, de acordo com um guião de trabalho orientador para a pesquisa, organização e sistematização de informação; • grelha de registo de avaliação de trabalhos práticos em grupo, referentes à observação (orientada por fichas de trabalho, à colocação de questões e ao debate de ideias); • ficha de autoavaliação, que traduza o processo de aprendizagem dos alunos (avanços, recuos, dúvidas). <p>Avaliação Sumativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grelha de avaliação de organizadores gráficos (quadros ou mapas de conceitos), em diários de aprendizagem ou de cadernos digitais; • grelha de registo de avaliação do trabalho de pares ou em grupo, traduzido em documento escrito e/ou apresentação oral; • questões de aula e/ou fichas de avaliação escritas, referentes a cada domínio abordado.
COMPREENSÃO DE CONCEITOS	40%	<ul style="list-style-type: none"> • Módulo 4 - FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO 	<p>Conhecedor/Sabedor/Culto/Informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Autoavaliador</p>	
COMUNICAÇÃO	25%	<ul style="list-style-type: none"> • Módulo 4 - FUNDAMENTOS DE MECÂNICA PARA ANÁLISE DO MOVIMENTO <p>- Centro de gravidade, Posição, Deslocamento, Deslocamento angular, Velocidade, Velocidade angular, Aceleração, Força, Momento de uma força, Trabalho de uma força, Energia, Potência, Equilíbrio, Estabilidade.</p>	<p>Criativo (A, C, D, J); Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Questionador (A, F, G, I, J); Comunicador (A, B, D, E, H) Autoavaliador</p>	

SISTEMA DE CLASSIFICAÇÃO		
AVALIAÇÃO AULAS	TRABALHO INDIVIDUAL E/OU TRABALHO DE GRUPO, RELATÓRIO DE VISTAS DE ESTUDO, QUESTÃO AULA	RELACIONAMENTO INTERPESSOAL / DESENVOLVIMENTO PESSOAL E AUTONOMIA
70%	20%	10%

legenda dos Descritores do Perfil do Aluno

- 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