
PREÂMBULO

De acordo com a legislação em vigor, o regime de avaliação e certificação de aprendizagens desenvolvidas pelos alunos afirma-se como elemento integrante e regulador de todo o processo de ensino aprendizagem, afirmando a dimensão eminentemente formativa da avaliação, que se quer integrada e indutora de melhorias no ensino e na aprendizagem. Enquanto processo regulador do ensino e da aprendizagem, a avaliação orienta o percurso escolar dos alunos e certifica as aprendizagens realizadas, nomeadamente os conhecimentos adquiridos, bem como as capacidades e atitudes desenvolvidas no âmbito das áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Como está plasmado no Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas de São Martinho do Porto, o sucesso educativo não se resume aos resultados académicos, devendo ser entendido na sua plenitude, deve ser potenciador de um desenvolvimento integral do aluno enquanto pessoa autónoma, informada, interveniente, criativa, com sentido crítico e democrático. Na avaliação devem ser utilizados processos de recolha de informação diversificados e adequados às finalidades, ao objeto em avaliação, aos destinatários e ao tipo de informação a recolher, que variam em função da diversidade e especificidade do trabalho curricular a desenvolver com os alunos. A avaliação deve ser partilhada por professores, alunos e encarregados de educação e deve ser um processo transparente, nomeadamente através da clarificação e explicitação dos critérios adotados. Neste documento, pretende-se clarificar junto de toda a comunidade dos princípios aqui emanados.

1. ENQUADRAMENTO LEGAL

1.1. Os critérios gerais de avaliação em vigor têm por base a lei em vigor, designadamente:

- Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho;
- Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho;
- Portaria 223A-2018, de 3 de agosto;
- Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto;
- Portaria n.º 235-A/2018, de 23 de agosto;
- Quadro Nacional de Qualificações, no que concerne ao nível 4 de qualificação.

1.2. Os critérios de avaliação definidos têm ainda em conta o seguinte:

- O Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória;
- As aprendizagens essenciais.

2. PRINCÍPIOS ORIENTADORES

Sendo a avaliação um processo eminentemente pedagógico, a mesma deve orientar-se por princípios orientadores, servindo os mesmos para organizar as práticas avaliativas tendo em vista a melhoria das aprendizagens dos alunos.

Critérios transversais: Descritores de áreas de competência do Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória em articulação com as Aprendizagens Essenciais.

2.1. Princípio da diversificação:

- Os processos de recolha de informação utilizados são da responsabilidade de cada professor e devem ser utilizados/selecionados de acordo com as características de cada turma e cada aluno.
- Todas as técnicas de recolha de dados têm a mesma valorização vertendo para os domínios/temas de cada disciplina.
- A ponderação dos domínios/temas é da responsabilidade de cada grupo disciplinar, com aprovação do Conselho Pedagógico.

2.2. Princípio da transparência:

- Os alunos devem ser envolvidos na definição de critérios/níveis de desempenho.
- Os critérios de avaliação devem ser publicitados na página do agrupamento.

2.3. Princípio da melhoria da qualidade da aprendizagem:

- A principal modalidade de avaliação é a formativa, constituindo-se como um processo eminentemente pedagógico que tem como objetivo primordial a melhoria da qualidade das aprendizagens dos alunos.
- Os professores devem fornecer feedback de qualidade com frequência.
- Os professores devem produzir descritores que promovam a autoavaliação e heteroavaliação das aprendizagens dos alunos.
- Os alunos devem assumir o compromisso de se envolverem ativamente na melhoria das suas aprendizagens.
- Os encarregados de educação devem ter um papel interventivo na melhoria da aprendizagem dos seus educandos.

2.4. Princípio da positividade:

- Aos alunos deve ser dada possibilidade de demonstrar o que sabem e o que consegue fazer, seja pela criação de novas oportunidades, seja pela diversificação da natureza das tarefas.
- Os professores devem fornecer feedback de qualidade, formal ou informalmente, dando novas oportunidades de aprendizagem aos alunos (avaliação sumativa com propósitos formativos) antes do processo de classificação (avaliação sumativa com propósitos classificativos).
- Os alunos devem valorizar todas as oportunidades de aprendizagem.

2.5. Princípio da integração curricular:

- Os processos de avaliação, de ensino e de aprendizagem devem ser um só. Os professores devem propor tarefas que permitam, simultaneamente, aprender, ensinar e avaliar.

3. MODALIDADES DE AVALIAÇÃO

A avaliação da aprendizagem compreende as modalidades de avaliação formativa e de avaliação sumativa.

A **avaliação formativa** assume caráter contínuo, sistemático e com função diagnóstica, devendo recorrer a uma variedade de processos de recolha de informação adequados à diversidade das aprendizagens e às circunstâncias em que ocorrem, permitindo aos professores/formadores, aos alunos e aos encarregados de educação obterem informação sobre o desenvolvimento do processo ensino e da aprendizagem do módulo/UFGD, com vista ao ajustamento de processos e estratégias. Desenvolve-se através de uma interação contínua, onde é possível clarificar com os alunos a exigência e os níveis de desempenho e definir e desenvolver medidas de reajustamento, com base na interpretação fundamentada das dificuldades e dos êxitos, permitindo assim uma maior diferenciação das aprendizagens e a regulação do processo de ensino-aprendizagem.

A avaliação formativa é, por natureza, criterial. O propósito de avaliar pedagogicamente para promover as aprendizagens exige que alunos e professores partilhem, compreendam e apliquem critérios de avaliação de modo sistemático, ao longo de todo o processo de aprendizagem.

A **avaliação sumativa** traduz-se na formulação de um juízo global sobre a aprendizagem realizada pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação. Esta avaliação é da

responsabilidade do professor, devendo exprimir a conjugação da autoavaliação dos alunos e a heteroavaliação vertical do professor/formador em função dos objetivos de aprendizagem, das metodologias de aprendizagem e dos critérios de avaliação definidos previamente.

4. ESCALA DE AVALIAÇÃO

Ciclos de escolaridade	Escala				
1º ciclo a)	Insuficiente (0% a 49%)		Suficiente (50% a 69%)	Bom (70% a 89%)	Muito Bom (90% a 100%)
2º e 3º ciclos	Reduzido (0 a 19%)	Não Satisfaz (20% a 49%)	Satisfaz (50% a 69%)	Satisfaz bem (70% a 89%)	Elevado (90 a 100%)
Secundário	Reduzido (0 a 5 valores)	Não Satisfaz (6 a 9 valores)	Satisfaz (10 a 13 valores)	Satisfaz bem (14 a 17 valores)	Elevado (18 a 20 valores)

- a) Aos alunos do 1º ano de escolaridade, nos 1º e 2º períodos será feita uma avaliação descritiva, pelo que não será aplicada esta escala.

Ano letivo 2020/2021

CrITÉrios de Avaliação - Curso Profissional Técnico de Desporto - Estudo do Movimento - Módulo 2 - Miologia

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

A - Linguagens e textos	C - Raciocínio e resolução de problemas	E - Relacionamento interpessoal	G - Bem-estar, saúde e ambiente	I - Saber científico, técnico e tecnológico
B - Informação e comunicação	D - Pensamento crítico e pensamento criativo	F - Desenvolvimento pessoal e autonomia	H - Sensibilidade estética e artística	J - Consciência e domínio do corpo

Domínio	Descritores do perfil dos alunos	Aprendizagens essenciais	Processos de recolha de informação
Organização macroscópica e propriedades do músculo esquelético (15%)	Conhecedor Sabedor Culto Informado (A, B, G, I, J)	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer a estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões. Compreender o papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular. 	<ul style="list-style-type: none"> Observação Fichas Trabalho individual/ grupo Testes Autoavaliação/ Heteroavaliação
Organização microscópica e processo de contração muscular (15%)	Criativo Expressivo (A, C, D, J) Crítico Analítico (A, B, C, D, G)	<ul style="list-style-type: none"> Caracterizar, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular. Compreender os processos de contração e relaxamento muscular 	
Processos energéticos do músculo (15%)	Indagador Investigador (C, D, F, H, I) Comunicador (A, B, D, E, H) Participativo Colaborador Responsável Autónomo (B, C, E, F, G, J)	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar os mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos. Reconhecer as necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionar a síntese de ATP com o tipo de esforço físico. Interpretar dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico alático e láctico) em diversos tipos de esforço. 	

Domínio	Descritores do perfil dos alunos	Aprendizagens essenciais	Processos de recolha de informação
Tipos de fibras musculares (15%)	Sistematizador Organizador (A, B, C, I, J)	<ul style="list-style-type: none"> Reconhecer as características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II. Conhecer os tipos de fibras nos músculos corporais. 	
Determinação das ações musculares (20%)	Questionador (A, F, G, I, J) Respeitador do outro e da diferença (A, B, E, F, H)	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar o músculo esquelético com a função articular. Reconhecer os principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento). Compreender os papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento. 	
Organização geral e caracterização dos principais músculos do tronco, do membro superior e do membro inferior (20%)	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador Heteroavaliador (transversal às áreas)	<ul style="list-style-type: none"> Conhecer e localizar os principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior. Caracterizar anatómica e funcionalmente, por região, os grupos musculares mais importantes, relacionando-os com o movimento corporal. 	

Ano letivo 2020/2021

Perfil de Aprendizagens Específicas - Curso Profissional Técnico de Desporto - Estudo do Movimento - Módulo 2 - Miologia

Níveis de Desempenho

Reduzido 0 a 5 valores	Não Satisfaz 6 a 9 valores	Satisfaz 10 a 13 valores	Satisfaz Bem 14 a 17 valores	Elevado 18 a 20 valores
<p>O/A aluno(a) revela ainda muita dificuldade no (na):</p> <ul style="list-style-type: none"> Conhecimento da estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões; Compreensão do papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular; Caracterização, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular; Compreensão dos processos de contração e relaxamento muscular; Relacionamento dos mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos; Reconhecimento das necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionamento da síntese de ATP com o tipo de esforço 	<p>O/A aluno(a) revela ainda dificuldade no (na):</p> <ul style="list-style-type: none"> Conhecimento da estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões; Compreensão do papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular; Caracterização, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular; Compreensão dos processos de contração e relaxamento muscular; Relacionamento dos mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos; Reconhecimento das necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionamento da síntese de ATP com o tipo de esforço 	<p>O/A aluno(a) revela alguma capacidade no (na):</p> <ul style="list-style-type: none"> Conhecimento da estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões; Compreensão do papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular; Caracterização, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular; Compreensão dos processos de contração e relaxamento muscular; Relacionamento dos mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos; Reconhecimento das necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionamento da síntese de ATP com o tipo de esforço 	<p>O/A aluno(a) revela boa capacidade no (na):</p> <ul style="list-style-type: none"> Conhecimento da estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões; Compreensão do papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular; Caracterização, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular; Compreensão dos processos de contração e relaxamento muscular; Relacionamento dos mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos; Reconhecimento das necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionamento da síntese de ATP com o tipo de esforço 	<p>O/A aluno(a) revela muito boa capacidade no (na):</p> <ul style="list-style-type: none"> Conhecimento da estrutura macroscópica do músculo esquelético, identificando ventre muscular, aponevroses e tendões; Compreensão do papel da elasticidade muscular como fator protetor e de organização da atividade muscular; Caracterização, do ponto de vista estrutural e funcional, os constituintes da fibra muscular; Compreensão dos processos de contração e relaxamento muscular; Relacionamento dos mecanismos associados ao funcionamento do músculo esquelético com o metabolismo e os processos energéticos; Reconhecimento das necessidades energéticas da fibra muscular e o papel do ATP no processo de contração muscular. Relacionamento da síntese de ATP com o tipo de esforço

Níveis de Desempenho

Reduzido 0 a 5 valores	Não Satisfaz 6 a 9 valores	Satisfaz 10 a 13 valores	Satisfaz Bem 14 a 17 valores	Elevado 18 a 20 valores
<p>físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretação dos dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico aláctico e láctico) em diversos tipos de esforço; Reconhecimento das características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II; Conhecimento dos tipos de fibras nos músculos corporais; Relacionamento do músculo esquelético com a função articular; Reconhecimento dos principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento); Compreensão dos papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento; Conhecimento e localização dos principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior; Caracterização anatómica e funcionalmente, por região, dos grupos musculares mais 	<p>físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretação dos dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico aláctico e láctico) em diversos tipos de esforço; Reconhecimento das características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II; Conhecimento dos tipos de fibras nos músculos corporais; Relacionamento do músculo esquelético com a função articular; Reconhecimento dos principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento); Compreensão dos papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento; Conhecimento e localização dos principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior; Caracterização anatómica e funcionalmente, por região, dos grupos musculares mais 	<p>físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretação dos dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico aláctico e láctico) em diversos tipos de esforço; Reconhecimento das características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II; Conhecimento dos tipos de fibras nos músculos corporais; Relacionamento do músculo esquelético com a função articular; Reconhecimento dos principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento); Compreensão dos papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento; Conhecimento e localização dos principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior; Caracterização anatómica e funcionalmente, por região, dos grupos musculares mais 	<p>físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretação dos dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico aláctico e láctico) em diversos tipos de esforço; Reconhecimento das características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II; Conhecimento dos tipos de fibras nos músculos corporais; Relacionamento do músculo esquelético com a função articular; Reconhecimento dos principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento); Compreensão dos papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento; Conhecimento e localização dos principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior; Caracterização anatómica e funcionalmente, por região, dos grupos musculares mais 	<p>físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> Interpretação dos dados experimentais (exemplos práticos) relativos aos processos de síntese de ATP (aeróbico, anaeróbico aláctico e láctico) em diversos tipos de esforço; Reconhecimento das características metabólicas e contrácteis das fibras dos tipos I e II; Conhecimento dos tipos de fibras nos músculos corporais; Relacionamento do músculo esquelético com a função articular; Reconhecimento dos principais tipos de ação muscular (dinâmica concêntrica e excêntrica, estática, ciclo muscular alongamento/ encurtamento); Compreensão dos papéis funcionais que os músculos (agonistas, antagonistas e fixadores) desempenham no movimento; Conhecimento e localização dos principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior; Caracterização anatómica e funcionalmente, por região, dos grupos musculares mais

Níveis de Desempenho				
Reduzido 0 a 5 valores	Não Satisfaz 6 a 9 valores	Satisfaz 10 a 13 valores	Satisfaz Bem 14 a 17 valores	Elevado 18 a 20 valores
importantes, relacionando-os com o movimento corporal.	importantes, relacionando-os com o movimento corporal.	importantes, relacionando-os com o movimento corporal.	importantes, relacionando-os com o movimento corporal.	importantes, relacionando-os com o movimento corporal. ■