

SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO
ESCOLA SECUNDÁRIA MANUEL DE ARRIAGA

INFORMAÇÃO – PROVA ESPECIAL DE AVALIAÇÃO
Componente de Formação Tecnológica
CORPO HUMANO NUTRIÇÃO E DOPING

PROFIJ NÍVEL IV – TIPO 4 – TÉCNICO DE DESPORTO

Ano Letivo 2019/2020

Duração da Prova: 90 minutos

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova especial de avaliação da disciplina Corpo Humano Nutrição e Dopning (9437), da componente de Formação Tecnológica do curso PROFIJ Nível IV – Tipo 4 Técnico de Desporto, 3º ano, regulamentado pela Portaria nº. 52/2016 de 16 de junho.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação;
- Características e estrutura;
- Critérios gerais de classificação;
- Duração da prova;
- Material autorizado.

2. Objeto de avaliação

A prova tem por referência as orientações curriculares, bem como, os conteúdos do domínio de Corpo Humano Nutrição e Dopning (9437), conforme a planificação do 3º ano do curso.

A avaliação incide na avaliação dos domínios teóricos dos seguintes conteúdos:

- Funcionamento do corpo humano:

Aparelho cardiorrespiratório;

Aparelho locomotor;

Sistema de regulação.

- Noção de adaptação fisiológica e bioenergética muscular:

Transformação de energia química em mecânica;

Importância dos processos de produção de energia nos diferentes tipos de esforço desportivo.

- Nutrição:

Metabolismo energético;
 Carburantes utilizados na atividade desportiva;
 Reservas de glicogénio muscular e hepático;
 Vitaminas e minerais;
 Hidratação.
 - Doping:
 Forma e controlos de dopagem;
 Educação e informação.

3. Caracterização da prova

A prova é cotada para 200 pontos, sendo a classificação expressa na escala de 0 a 20 valores.

A prova está estruturada de acordo com o seguinte quadro:

	Conteúdos	Objetivos de Aprendizagem
D O M Í N I O T E Ó R I C O	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamento do corpo humano: Aparelho cardiorrespiratório; Aparelho locomotor; Sistema de regulação. - Noção de adaptação fisiológica e bioenergética muscular: Transformação de energia química em mecânica; Importância dos processos de produção de energia nos diferentes tipos de esforço desportivo. - Nutrição: Metabolismo energético; Carburantes utilizados na atividade desportiva; Reservas de glicogénio muscular e hepático; Vitaminas e minerais; Hidratação. - Doping: Forma e controlos de dopagem; Educação e informação. 	<ul style="list-style-type: none"> - Compreende e identifica as funções e principais constituintes do aparelho cardiorrespiratório, locomotor e de regulação. - Compreende o processo de adaptação fisiológica ao esforço; - Caracteriza os sistemas de produção energética e os estímulos que os solicitam; - Compreende a relação existente entre estímulo e adaptação fisiológica. - Identifica os macro e micro nutrientes e qual a sua função e influência no organismo; - Compreende os processos de catabolismo e anabolismo celular e importância dos carburantes utilizados na atividade física. - Compreende os fenómenos associados ao doping e as suas influências na atividade desportiva.

A prova é composta por 4 temáticas do domínio teórico em 16 questões teóricas do tipo de construção (resposta curta e restrita) de acordo com o seguinte quadro:

Tipologia de itens		Número de itens
Itens de construção	Resposta curta	12

	Resposta restrita	12
--	-------------------	----

Cotações

Domínio	Questões	Pontos	Total
Teórico	16 (questões)	200	200

4. Critérios gerais de classificação

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos.

Itens de construção

Nos itens de construção, são atribuídas pontuações às respostas total ou parcialmente corretas, de acordo com os critérios de classificação.

As respostas que não apresentem exatamente os termos ou expressões constantes dos critérios específicos de classificação devem ser classificadas desde que o seu conteúdo seja cientificamente válido e adequado ao solicitado.

5. Material autorizado

- Caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta (não é permitido o uso de corretor);
- As respostas são registadas em folha própria, fornecida pelo estabelecimento de ensino;
- Equipamento desportivo adequado à modalidade.

6. Duração da prova

A prova tem a duração de 90 minutos sem tolerância.