

Perfis de Aprendizagens Específica – Aluno com atestado médico (10.º ano – Educação Física)							
Níveis	1-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-20
<b>DOMÍNIOS</b>							
<b>ATIVIDADES FÍSICAS 70%</b>  <b>Subárea: JDC</b>	- Não identifica ou identifica raramente o objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), as ações técnico-táticas e as fases do jogo. - Não aplica e/ou aplica de forma incorreta as regras, como árbitro.		- Identifica por vezes com algum rigor e correção o objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), as ações técnico-táticas e as fases do jogo. - Aplica por vezes com algum rigor e correção as regras, como árbitro.		- Identifica globalmente com algum rigor e correção o objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), as ações técnico-táticas e as fases do jogo. - Aplica globalmente com algum rigor e correção as regras, como árbitro.		- Identifica com rigor e correção o objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), as ações técnico-táticas e as fases do jogo. - Aplica com rigor e correção as regras, como árbitro.
	<b>Subárea: Ginástica e ou Atletismo</b>	- Não identifica ou identifica raramente esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os critérios de correção técnica, combinação das destrezas. - Não identifica ou identifica raramente provas combinadas no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha. Não aplica e/ou aplica de forma incorreta exigências elementares, técnicas e do regulamento, como juiz.		- Identifica por vezes com algum rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os critérios de correção técnica, combinação das destrezas. - Identifica por vezes com algum rigor e correção provas combinadas no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha. Aplica por vezes com algum rigor e correção exigências elementares, técnicas e do regulamento, como juiz.		- Identifica globalmente com algum rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), os critérios de correção técnica, combinação das destrezas. - Identifica globalmente com algum rigor e correção provas combinadas no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha. Aplica globalmente com algum rigor e correção exigências elementares, técnicas e do regulamento, como juiz.	

<p><b>Subárea: Atividades Rítmicas Expressivas</b></p>	<p>- Não identifica e aprecia e/ou raramente identifica e aprecia nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, bem como os critérios de expressividade.</p>			<p>- Identifica e aprecia globalmente com algum rigor e correção nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, bem como os critérios de expressividade.</p>	<p>- Identifica e aprecia com rigor e correção nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, bem como os critérios de expressividade.</p>
<p><b>Subdomínios de opção: Patinagem</b></p>	<p>- Não identifica ou raramente identifica na patinagem combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais e a pares (Patinagem Artística), ações técnico-táticas em jogo de Hóquei em Patins, ou em situação de Corrida de Patins.</p>			<p>- Identifica globalmente com algum rigor e correção na patinagem combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais e a pares (Patinagem Artística), ações técnico-táticas em jogo de Hóquei em Patins, ou em situação de Corrida de Patins.</p>	<p>- Identifica com rigor e correção na patinagem combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, em composições rítmicas individuais e a pares (Patinagem Artística), ações técnico-táticas em jogo de Hóquei em Patins, ou em situação de Corrida de Patins.</p>
<p><b>Raquetes</b></p>	<p>- Não identifica ou raramente identifica as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) - Não aplica e/ou aplica de forma incorreta as regras, como árbitro.</p>			<p>- Identifica globalmente com algum rigor e correção as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) - Aplica globalmente com algum rigor e correção as regras, como árbitro.</p>	<p>- Identifica com rigor e correção as ações técnico táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) - Aplica com rigor e correção as regras, como árbitro.</p>

<p><b>Outras</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não identifica ou raramente identifica as ações do domínio de oposição em Jogo formal de Luta ou Judo, as técnicas de projeção e controlo. Não aplica e/ou aplica de forma incorreta as regras, como árbitro.</li> <li>- Não identifica ou raramente identifica nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente.</li> <li>- Não identifica ou raramente identifica no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas.</li> <li>- Não identifica ou raramente identifica os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica por vezes com algum rigor e correção as ações do domínio de oposição em Jogo formal de Luta ou Judo, as técnicas de projeção e controlo. Aplica por vezes com algum rigor e correção as regras, como árbitro.</li> <li>- Identifica por vezes com algum rigor e correção nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente.</li> <li>- Identifica por vezes com algum rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas.</li> <li>- Identifica por vezes com algum rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica globalmente com algum rigor e correção as ações do domínio de oposição em Jogo formal de Luta ou Judo, as técnicas de projeção e controlo. Aplica globalmente com algum rigor e correção as regras, como árbitro.</li> <li>- Identifica globalmente com algum rigor e correção nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente.</li> <li>- Identifica globalmente com algum rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas.</li> <li>- Identifica globalmente com algum rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifica com rigor e correção as ações do domínio de oposição em Jogo formal de Luta ou Judo, as técnicas de projeção e controlo. Aplica com rigor e correção as regras, como árbitro.</li> <li>- Identifica com rigor e correção nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente.</li> <li>- Identifica com rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas.</li> <li>- Identifica com rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.</li> </ul>
<p><b>CONHECIMENTO 25%</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Não relaciona ou raramente relaciona, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, não identificando ou raramente identificando, os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona por vezes, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando por vezes, os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona quase sempre, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relaciona com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a</li> </ul>

	<p>desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>– Não interpreta ou raramente interpreta, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, não identifica ou raramente identifica, com algum rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>- Não realiza ou raramente realiza, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>	<p>composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>– Interpreta por vezes, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica quase sempre, com algum rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>- Realiza por vezes, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>	<p>higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. - Interpreta quase sempre, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica quase sempre, com rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>- Realiza quase sempre, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>	<p>alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente.</p> <p>- Interpreta com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica com rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.</p> <p>- Realiza com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.</p>
--	--	---	---	--

<p><b>APTIDÃO FÍSICA</b> <b>5%</b></p>	<p>- Não identifica ou raramente identifica as capacidades motoras, aptidão muscular e aptidão aeróbia, Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola e protocolos dos testes físicos utilizados.</p>	<p>- Identifica por vezes com algum rigor e correção as capacidades motoras, aptidão muscular e aptidão aeróbia, Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola e protocolos dos testes físicos utilizados.</p>	<p>- Identifica globalmente com algum rigor e correção as capacidades motoras, aptidão muscular e aptidão aeróbia, Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola e protocolos dos testes físicos utilizados.</p>	<p>- Identifica com rigor e correção as capacidades motoras, aptidão muscular e aptidão aeróbia, Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola e protocolos dos testes físicos utilizados.</p>
--	---	--	--	--