

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
DOMÍNIOS							
ATIVIDADES FÍSICAS 70% Subárea: JDC	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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.
	Subárea: Ginástica e ou Atletismo	<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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. 		<ul style="list-style-type: none"> - 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>Subárea: Atividades Rítmicas Expressivas</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>Subdomínios de opção: Patinagem</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>Raquetes</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>Outras</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Não identifica ou raramente identifica nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente. - Não identifica ou raramente identifica no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas. - Não identifica ou raramente identifica os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - 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. - Identifica por vezes com algum rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas. - Identifica por vezes com algum rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - 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. - Identifica globalmente com algum rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas. - Identifica globalmente com algum rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos. 	<ul style="list-style-type: none"> - 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. - Identifica com rigor e correção nas Atividades de Exploração da Natureza, as técnicas específicas, regras de organização, participação e preservação da qualidade do ambiente. - Identifica com rigor e correção no Meio Aquático (Natação), as ações de nado (propulsivas e respiratórias) nas diversas técnicas. - Identifica com rigor e correção os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.
<p>CONHECIMENTO 25%</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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

	<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. - 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>APTIDÃO FÍSICA 5%</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>
--	---	--	--	--