

Escola Básica e Secundária da Calheta - 2023/2026

		Perfis de Desempenho (3º Ciclo) – Formação Desportiva				
		Atividades Rítmicas Desportivas (Dança)				
		1	2	3	4	5
		0 a 19%	20 a 49%	50 a 69%	70 a 89%	90 a 100%
		Insuficiente		Suficiente	Bom	Muito Bom
DOMÍNIOS	SUBÁREA					
ATIVIDADE FÍSICA (70%)	Conteúdos técnicos	Não atinge o descrito no nível 2.	O aluno conhece poucos passos básicos, reconhece poucos tipos de danças, apresenta pouco ritmo e expressividade e raramente coopera com os colegas na produção de um projeto a pares ou em grupo. Não apresenta iniciativas e propostas. Nem sempre respeita o professor, o material e os colegas.	O aluno conhece alguns passos básicos, reconhece alguns tipos de danças, apresenta algum ritmo e expressividade e por vezes coopera com os colegas na produção de um projeto a dois ou em grupo. Apresenta algumas iniciativas e propostas. Respeita o professor, o material e os colegas.	Nível intermédio	<ul style="list-style-type: none"> . Recorre à imaginação, desenvoltura e flexibilidade. . Revela sentido estético e valoriza diferentes manifestações culturais. . Aprecia, compõe e interpreta sequências de elementos técnicos elementares DA DANÇA, Danças Sociais, Danças Tradicionais, em coreografias individuais e/ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.
APTIDÃO FÍSICA (15%)	Conteúdos da aptidão física	O aluno recusa-se a realizar os testes.	O aluno não atinge a zona saudável a 2 testes (um de força e um de flexibilidade) da tabela Fit escola.	O aluno atinge a zona saudável a 2 testes (um de força e um de flexibilidade) da tabela Fit escola.	O aluno atinge a zona saudável a 3 testes (um de força, um de	O aluno atinge a zona saudável em todos os testes do Fit escola.

Escola Básica e Secundária da Calheta - 2023/2026

					flexibilidade e 1 de resistência) da tabela Fit escola.	
CONHECIMENTO (15%)	Temas: A história da dança até à atualidade, a dança e a saúde, a dança e a sociedade, a dança e a cultura.	O aluno não realiza quaisquer trabalhos, testes ou questões aula	O aluno apenas demonstra conhecimento a 2 temas abordados.	O aluno apenas demonstra conhecimento a 3 temas abordados.	O aluno apenas demonstra conhecimento em todos os temas abordados.	O aluno demonstra conhecimento em todos os temas abordados dando opiniões argumentadas e acrescentando informação.