

6.º ano - Perfis de desempenho

Nível de Desempenho	Atividades Físicas De todas as matérias abordadas, o aluno desenvolve as competências essenciais de:	Aptidão Física Dos 6 testes realizados, o aluno está dentro da ZS de Aptidão Física, para a sua idade e sexo:	Conhecimentos
5	Nível Introdução em 5 matérias. Sendo obrigatório 1 Jogo Desportivo Coletivo, 1 Ginástica e Danças Tradicionais (Sariquité + Erva Cidreira + Marrabenta), as restantes 2 matérias serão escolhidas entre seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Natação (Outras).	No teste de aptidão aeróbia e em 3 testes de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Muito Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, sempre, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem e deverá ajudar os colegas com mais dificuldades.			
4	Nível Introdução em 4 matérias. Sendo obrigatório 1 Jogo Desportivo Coletivo, 1 Ginástica e Danças Tradicionais (Sariquité + Erva Cidreira + Marrabenta), a quarta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Natação (Outras).	No teste de aptidão aeróbia e em 2 testes de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Bom deverá ser: Assíduo e pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários; deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor; deverá ser responsável pelas suas aprendizagens, demonstrando, muitas vezes, iniciativa e autonomia no desenvolvimento das tarefas de aprendizagem.			
3	Nível Introdução em 4 matérias. Sendo obrigatório 1 Jogo Desportivo Coletivo e 1 Ginástica, as restantes 2 matérias serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem, Danças Tradicionais (Sariquité + Erva Cidreira + Marrabenta), Atletismo e Natação (Outras).	No teste de aptidão aeróbia e em 2 testes de aptidão muscular.	O aluno demonstra saber todos os conteúdos abordados.
O aluno para alcançar o patamar do Suficiente deverá ser: Pontual; respeitador das regras, dos colegas, do professor e dos funcionários, e deverá participar, sempre, de forma ativa nas atividades letivas, cooperando com os colegas e professor.			

2	Nível Introdução em 2 ou 3 matérias , escolhidas entre as melhores do aluno.	Em 3 testes de aptidão muscular ou no teste de aptidão aeróbia e 1 teste de aptidão muscular .	Não aplicável a estes níveis.
1	Nível Introdução em 1 matéria .	Em 1 ou 2 testes de aptidão muscular (não atingindo no teste de aptidão aeróbia).	

Convenção: Considera-se que o aluno atinge **Nível Introdução** na **Dança** do 6.º ano, quando realiza em conformidade as três Danças: Sariquité, Erva Cidreira e Marrabenta.