

**6º Ano**

**Perfis de desempenho**

<b>Nível de Desempenho</b>	<b>Atividades Físicas</b>	<b>Aptidão Física</b>	<b>Conhecimentos</b>
5	De todas as matérias abordadas, o aluno desenvolve as competências essenciais de: <b>Nível Introdução em 5 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC, 1 Ginástica e Danças Tradicionais (Sariquité+Erva Cidreira+Marrabenta), as restantes 2 matérias serão escolhidas entre seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Natação (Outras).	Está dentro da zona saudável de aptidão física para a sua idade e sexo:  <b>No teste de aptidão aeróbia e 3 testes de aptidão muscular.</b>	O aluno demonstra saber todos os conteúdos abordados.
4	<b>Nível Introdução em 4 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC, 1 Ginástica e Danças Tradicionais (Sariquité+Erva Cidreira+Marrabenta), a quarta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo e Natação (Outras).	<b>No teste de aptidão aeróbia e 2 testes de aptidão muscular.</b>	
3	<b>Nível Introdução em 4 matérias.</b> Sendo obrigatório 1 JDC e 1 Ginástica, as restantes 2 matérias serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem, Danças Tradicionais (Sariquité+Erva Cidreira+Marrabenta), Atletismo e Natação (Outras).	<b>Em 3 testes de aptidão muscular ou em 1 teste de aptidão aeróbia e 1 teste de aptidão muscular.</b>	
2	<b>Nível Introdução em 2 ou 3 matérias,</b> escolhidas entre as melhores do aluno.	<b>Em 1 ou 2 testes de aptidão muscular</b> (não atingindo no teste de aptidão aeróbia).	Não aplicável a estes níveis.
1	<b>Nível Introdução em 1 matéria.</b>		

OBS: Considera-se que o aluno alcança Nível INTRODUÇÃO na Dança do 6º ano, quando o aluno realiza em conformidade as três Danças: Sariquité, Erva Cidreira e Marrabenta.