

**9º 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 3 matérias e de Nível Elementar em 3 matérias.</b> Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, Dança e Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Badminton e Atletismo.	Está dentro da zona saudável de aptidão física para a sua idade e sexo:  <b>No teste de aptidão aeróbia, no teste força abdominal e mais 2 testes aptidão muscular.</b>	
4	<b>Nível Introdução em 4 matérias e Nível Elementar em 2 matérias.</b> Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica, Dança e Natação, a sexta matéria será escolhida entre as seguintes subáreas: Patinagem, Badminton e Atletismo.	<b>No teste de aptidão aeróbia e mais 3 testes aptidão muscular.</b>	O aluno demonstra saber, oralmente ou por escrito, todos os conteúdos abordados.
3	<b>Nível Introdução em 5 matérias e de Nível Elementar 1 matéria.</b> Sendo obrigatório 2 JDC, 1 Ginástica e Dança, as restantes 3 matérias serão escolhidas entre as seguintes subáreas: Patinagem, Atletismo, Badminton e Natação (Outras).	<b>No teste de aptidão aeróbia e mais 2 testes aptidão muscular.</b>	
2	<b>Nível Introdução em 5 ou 6 matérias,</b> escolhidas entre as melhores do aluno.	<b>Em 3 testes de aptidão muscular, ou 1 teste de aptidão aeróbia e 1 teste da aptidão muscular.</b>	
1	<b>Nível Introdução em 3 ou 4 matérias,</b> escolhidas entre as melhores do aluno.	<b>Em 1 ou 2 testes da aptidão muscular.</b> (Não atingindo no teste da aptidão aeróbia)	Não aplicável a estes níveis.