

PERFIL DE APRENDIZAGEM DOS ALUNOS – EDUCAÇÃO FÍSICA – ENSINO SECUNDÁRIO

DOMÍNIOS	NÍVEIS DE DESEMPENHO		
	Insuficiente	Suficiente	Bom/Muito Bom
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	O aluno revela muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdução, em pelo menos cinco (10º ano), quatro (11º ano) e três (12º ano) subáreas. Revela também, muitas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível elementar numa matéria para o 10º ano, duas para o 11º ano e três para o 12º ano.	O aluno revela algumas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdução, em pelo menos cinco (10º ano), quatro (11º ano) e três (12º ano) subáreas. Revela também, algumas dificuldades no desenvolvimento das competências essenciais de nível elementar numa matéria para o 10º ano, duas para o 11º ano e três para o 12º ano.	O aluno revela um bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais de nível introdução, em pelo menos cinco (10º ano), quatro (11º ano) e três (12º ano) subáreas. Revela também, um bom domínio no desenvolvimento das competências essenciais de nível elementar numa matéria para o 10º ano, duas para o 11º ano e três para o 12º ano.
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	O aluno desenvolve capacidades motoras apresentando todos os valores dos testes de aptidão física (aptidão muscular e aeróbia) fora da zona saudável.	O aluno desenvolve capacidades motoras apresentando apenas um valor dos testes de aptidão física (aptidão muscular e aeróbia) fora da zona saudável.	O aluno desenvolve capacidades motoras apresentando todos os testes de aptidão física (aptidão muscular e aeróbia) com valores na zona saudável.
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	O aluno revela muitas dificuldades: No 10º ano – em relacionar a aptidão física e saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável; em Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos; em realizar a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e	O aluno revela algumas dificuldades em relacionar aptidão física e saúde no 10º ano e no 11º ano e 12º ano, em conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, bem como na identificação das restantes áreas de conhecimento específico para o 10º, 11º e 12º ano.	O aluno revela um bom domínio em relacionar aptidão física e saúde no 10º ano e no 11º ano e 12º ano, em conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, bem como na identificação das restantes áreas de conhecimento específico para o 10º, 11º e 12º ano.

interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva

No 11º ano – em conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras; em conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança

No 12º ano – em conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino; em analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros.

A Coordenadora de Departamento

Gracinda Andrade

