

Perfis de Aprendizagens Específica de Educação Física (FP – Formação Profissionalizante)							
Níveis	1-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-20
DOMÍNIOS							
ATIVIDADES FÍSICAS (40%) Subárea: JDC	- Não coopera ou coopera raramente com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realiza sem rigor, nem oportunidade, nem correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, não aplicando ou aplicando de forma incorreta as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.		- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realiza por vezes, com oportunidade e correção a ação técnico-tática elementar em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplica com algum rigor e correção as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.		- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realiza quase sempre, com oportunidade e correção a ação técnico-tática elementar em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplica na maioria das vezes com rigor e correção as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.		- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol), realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplica com rigor e correção as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.
	- Não compõe ou compõe raramente, nem realiza e analisa, sem rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), não aplica ou aplica de forma incorreta os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e nem sempre aprecia os esquemas de acordo com esses critérios.		- Compõe, realiza e analisa por vezes, e com algum rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplica por vezes e com algum rigor os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e nem sempre aprecia os esquemas de acordo com esses critérios.		- Compõe, realiza e analisa quase sempre, com rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplica na maioria das vezes, com rigor os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e aprecia os esquemas de acordo com esses critérios.		- Compõe, realiza e analisa com rigor e correção esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplica com rigor os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e aprecia os esquemas de acordo com esses critérios.

Subárea: Atividades Rítmicas Expressivas	- Não aprecia, nem compõe ou raramente o faz, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, não aplica ou aplica de forma incorreta os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	- Aprecia, compõe e realiza por vezes, e com algum rigor e correção, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplica por vezes, e com algum rigor e correção os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	- Aprecia, compõe e realiza quase sempre, com rigor e correção, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplica na maioria das vezes, com rigor e correção os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	- Aprecia, compõe e realiza com rigor e correção, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplica com rigor e correção os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.
Subárea: Atletismo, Patinagem, Raquetas e Outras	- Não realiza nem analisa, ou raramente o faz com rigor e correção, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, não cumprindo ou cumprindo de forma incorreta as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Não patina ou patina com muitas incorreções, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, não realizando na maior parte das vezes, com rigor e correção as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares»	- Realiza e analisa por vezes, com rigor e correção, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo por vezes, as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Patina por vezes, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando quase sempre, com rigor e correção as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares» - Realiza por vezes com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de	- Realiza e analisa quase sempre, com rigor e correção, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo na maioria das vezes, as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Patina quase sempre, em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando quase sempre, com rigor e correção as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares» - Realiza quase sempre com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de	- Realiza e analisa com rigor e correção, no Atletismo, saltos, corridas, lançamentos e marcha, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. - Patina sempre adequadamente em combinações de deslocamentos e paragens, com equilíbrio e segurança, realizando com rigor e correção as ações técnico-táticas elementares em jogo e as ações de composições rítmicas «individuais» e «a pares» - Realiza sempre com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de

	- Não realiza ou raramente realiza, com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», não aplica ou aplica com muitas incorreções, com rigor as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Não realiza ou raramente realiza, com algum rigor, oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e não aplicando ou aplicando com muitas incorreções, com algum rigor e correção as regras, quer como executante quer como árbitro. - Não realiza ou raramente realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando com muitas incorreções as técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de		Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplica por vezes, com rigor as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Realiza por vezes e com algum rigor, oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando por vezes, com algum rigor e correção as regras, quer como executante quer como árbitro. - Realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando por vezes, com algum rigor e correção as técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. - Desloca-se por vezes, com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas.		Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplica quase sempre, com rigor as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Realiza quase sempre e com rigor, oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando quase sempre, com rigor e correção as regras, quer como executante quer como árbitro. - Realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando quase sempre, com rigor e correção as técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. - Desloca-se quase sempre com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. - Pratica e conhece a maioria dos Jogos Tradicionais Populares de acordo com os		Raquetas (Badminton, Ténis e Ténis de Mesa) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplica com rigor as regras, não só como jogador, mas também como árbitro. - Realiza com rigor, oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Atividade de Combate (Luta), utilizando as técnicas elementares de projeção e controlo, com segurança (própria e do opositor) e aplicando com rigor e correção as regras, quer como executante quer como árbitro. - Realiza Percursos (Orientação) elementares, utilizando com rigor e correção as técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. - Desloca-se sempre com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. - Pratica e conhece os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.
--	---	--	---	--	--	--	---

	preservação da qualidade do ambiente. - Não se desloca ou raramente se desloca, com segurança no Meio Aquático (Natação), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. - Não pratica ou raramente pratica e conhece os Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.		- Pratica e conhece a maioria dos Jogos Tradicionais Populares de acordo com os padrões culturais característicos.		padrões culturais característicos.		
APTIDÃO FÍSICA (10%)	- Não desenvolve ou raramente desenvolve as capacidades motoras, não evidencia ou raramente evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo. - Não se encontra na ZSAF para a sua idade e sexo em nenhum dos testes aplicados.		- Desenvolve por vezes as capacidades motoras, evidencia por vezes aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo. - Encontra-se na ZSAF para a sua idade e sexo em 2 dos testes aplicados.		- Desenvolve quase sempre as capacidades motoras, evidencia quase sempre aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo. - Encontra-se na ZSAF para a sua idade e sexo em 3 ou 4 dos testes aplicados.		- Desenvolve as capacidades motoras evidencia aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade e sexo. - Encontra-se na ZSAF para a sua idade e sexo em todos os testes aplicados.
CONHECIMENTO (10%)	- Não relaciona ou raramente relaciona, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, não identificando ou raramente identificando, os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a		- Relaciona por vezes, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando por vezes, os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a		- Relaciona quase sempre, com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a		- Relaciona com rigor e correção a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a afetividade e a

	composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. – Não interpreta ou raramente interpreta, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, não identifica ou raramente identifica, com algum rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Não realiza ou raramente realiza, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.		higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. – Interpreta por vezes, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica quase sempre, com algum rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realiza por vezes, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.		higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. - Interpreta quase sempre, com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica quase sempre, com rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realiza quase sempre, com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.		qualidade do meio ambiente. - Interpreta com rigor e correção a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identifica com rigor e correção fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades. - Realiza com rigor e correção a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro e interpretá-la como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva.
--	---	--	--	--	--	--	---

DEPARTAMENTO DE EXPRESSÕES.



Escola Básica e Secundária da Calheta

Transversal aos domínios das atividades físicas e aptidão física	- Não realiza aula prática por não se encontrar munido do material necessário à realização da mesma (por 4 ou mais vezes ao longo do ano).		- Não realiza aula prática por não se encontrar munido do material necessário à realização da mesma (por 4 ou mais vezes ao longo do ano).		- Por vezes não se encontra munido do material necessário à realização da aula prática (por 3 vezes ao longo do ano).		- Apresenta-se sempre munido do material necessário à realização da aula prática.
SABER ESTAR/SER (40%)	Comportamento	Atitude na sala de aula com os colegas e os professores Respeito por si e pelos outros Respeito pelas regras de funcionamento da aula Respeito pelo material didático Respeito pelo património escolar Resolução de conflitos					Grelhas de registo da observação direta em sala de aula Registos de assiduidade/ pontualidade e registo de ocorrências disciplinares registos no programa SGE
	Participação	Oportunidade das intervenções Espírito de iniciativa Espírito crítico Autonomia Empenho na realização dos trabalhos					
	Responsabilidade	Cumprimento atempado de tarefas Atenção/ concentração Organização Assiduidade Pontualidade Material escolar					