

## ANO LETIVO 2024 / 2025

## PLANIFICAÇÕES EDUCAÇÃO FÍSICA - 12º ANO - CURSOS PROFISSIONAIS

Módulos	MATÉRIAS	Horas
11 - Jogos Desportivos Coletivos III	<ul style="list-style-type: none"><li>Futebol;</li><li>Voleibol;</li><li>Basquetebol;</li><li>Andebol;</li></ul>	11
12 - Ginástica III	<ul style="list-style-type: none"><li>Acrobática</li></ul>	9
13 - Atividades de Exploração da Natureza	<ul style="list-style-type: none"><li>Orientação</li></ul>	11
14 - Dança III	<ul style="list-style-type: none"><li>Sociais;</li><li>Tradicionais Portuguesas</li></ul>	6
15 - Atividades Contextos e Saúde III	<ul style="list-style-type: none"><li>Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física;</li><li>Interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares. No seio dos quais se realizam as atividades físicas</li></ul>	4
16 - Aptidão Física	<ul style="list-style-type: none"><li>Desenvolvimento das principais capacidades motoras. (Força, Resistência, Velocidade, Flexibilidade)</li></ul>	4 (avaliação)  Incluída nos outros módulos, durante os três anos do curso

Nota: A planificação pode ser alterada de acordo com o ritmo de aprendizagem da turma e de acordo com o Plano de Turma. O número de aulas previstas, já contempla as várias modalidades de avaliação e pode variar de turma para turma de acordo com o calendário escolar.