

GESTÃO DE CONTEÚDOS 2024/2025

Curso Profissional de Técnico de Informática - Sistemas

EDUCAÇÃO FÍSICA 11º ano

	Unidades de Ensino / Conteúdos	N.º Aulas Previstas (45 min)
1.ºS	<p>Módulo Nº 2 – Jogos Desportivos Coletivos II - Cooperar com os companheiros no alcance dos objetivos do Futebol, Andebol e Voleibol realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, cumprindo as regras.</p> <p>Módulo Nº 5 – Ginástica II - Compor, realizar e analisar, as destrezas elementares da GINÁSTICA, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação.</p> <p>Módulo Nº 8 – Atletismo/Desportos de raquetas/Patinagem II - Realizar corretamente os requisitos técnicos e regulamentares das várias disciplinas do atletismo; realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, nos desportos de Raquetes, aplicando as regras.</p>	32
2.ºS	<p>Módulo Nº 8 – Atletismo/Desportos de raquetas/Patinagem II - Realizar corretamente os requisitos técnicos e regulamentares das várias disciplinas do atletismo; realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, nos desportos de Raquetes, aplicando as regras</p> <p>Módulo Nº 11 – Dança II - Apreciar, compor e realizar nas Danças, as sequências de elementos técnicos, em coreografias individuais e/ou grupo, aplicando critérios de expressividade.</p> <p>Módulo Nº13 – Aptidão Física - Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola, para a sua idade e género</p> <p>Módulo Nº 15 – Atividades Físicas/Contextos e Saúde II - Relacionar, identificar e interpretar os conteúdos definidos nas Aprendizagens Essenciais para o 11º ano.</p>	38



MÓDULOS A LECIONAR

Módulo Nº	data de início	data de conclusão	Nº de aulas
2	17/09/2024	26/11/2024	20
5	03/12/2024	07/01/2025	8
8	14/01/2025	25/03/2025	18
11	01/04/2025	29/04/2025	8
15	06/05/2025	27/05/2025	8
13	03/06/2025	01/07/2025	8

Aula 90', 3ªf