GESTÃO DE CONTEÚDOS 2026/2027

Curso Profissional de Técnico de Design de Comunicação Gráfica

Curso Profissional de Técnico de Animação e Mediação Comunitária

Educação Física - 10.º ano

	Unidades de Ensino / Conteúdos	N.º Aulas Previstas (45 min)
1.ºS	**Módulo Nº 1 – Jogos Desportivos Coletivos I** Cooperar com os companheiros no alcance do objetivo nos jogos desportivos coletivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, cumprindo as regras. **Módulo Nº 4 – Ginástica I** Compor, realizar e analisar, as destrezas elementares da GINÁSTICA, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação. **Módulo Nº 7 – Atletismo/Desportos de raquetas/Patinagem I** Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações individuais e a pares, aplicando as regras não só como jogador, mas também como árbitro.	**36**
2.ºS	**Módulo Nº 7 – Atletismo/ Desportos de raquetas/Patinagem I** Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações individuais e a pares, aplicando as regras não só como jogador, mas também como árbitro. **Módulo Nº 10 – Dança I** Apreciar, compor e realizar nas ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS sequências de elementos técnicos, em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando critérios de expressividade **Módulo Nº13 – Aptidão Física I (**Avaliação Formativa - **Módulo avaliado no 12.º Ano)** 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. **Módulo Nº 14 – Atividades Físicas/Contextos e Saúde I** Relacionar, identificar e interpretar os conteúdos definidos nas Aprendizagens Essenciais, para cada ano de escolaridade, relativos ao 10.º ano.	**32**

SELO DE CONFORMIDADE EQAVET

MÓDULOS A LECIONAR

Módulo Nº	Data de início	Data de conclusão	Nº de aulas
1	21/ 09/ 2026	01 / 02/ 2027	**18**
4	21/ 09/ 2026	01 / 02/ 2027	**8**
7	04 / 01/ 2026	14 / 06/ 2027	**18**
10	15/ 02/ 2026	14/ 06/ 2027	**8**
13	15/ 02/ 2026	14/ 06/ 2027	**8**
14	15/ 02/ 2026	14/ 06/ 2027	**8**

SELO DE CONFORMIDADE EQAVET