

ESJCFF 2018/19

Departamento disciplinar de Educação Física

Anos e níveis (I- introdução; E – elementar; A – avançado; OP - Opção)						
Modalidade	7º	8º	9º	10º	11º	12º
Andebol				I; E		E; A
Atletismo	I; E		E; A			
Badminton		I; E	E; A	E; A		
Basquetebol	I; E	E		A		
Corfebol						
Dança	I			I/E	E	A
Futebol		I; E	E	A		
Gin. Acro.					E	A
Gin. Art.	I; E	E; A		E; A		
OP I					OP	OP
OP II					OP	OP
OP III					OP	OP
Patinagem	I					
Tag Rugby			I		E	
Voleibol	I	I; E	E; A			

OP - Escolha de atividade sempre no nível avançado- Opção

Nota - Os níveis referidos são os que constam no PNEF(Programa Nacional de Educação Física).

7º	Atletismo	Basquetebol	Ginástica Art.	Patinagem	Voleibol	Dança
8º	Badminton	Basquetebol	Futebol	Ginástica Art.	Voleibol	
9º	Atletismo	Badminton	Futebol	Tag Rugby	Voleibol	
10º	Andebol	Badminton	Basquetebol	Futebol	Ginástica Art.	Dança
11º	Gin. Acro.	OP I	Tag Rugby	OP II	OP III	Dança
12º	Andebol	OP I	Gin. Acro.	OP II	OP III	Dança

C. Profissionais

MODULOS		Duração de referência		Ano	Total de tempos
Nº	Designação	horas	tempos 45min		
1	Jogos desportivos coletivos I	16,5	22		
2	Ginástica I	9	12		
3	Dança I	3	4		

4	Atividade Física / Contexto e Saúde I	3	4	1°	64
5	Outras atividades desportivas I	10,5	14		
6	Aptidão física	6	8		
7	Jogos desportivos coletivos II	16,5	22	2°	64
8	Ginástica II	12	16		
9	Dança II	4,5	6		
10	Atividade Física / Contexto e Saúde II	3	4		
11	Outras atividades desportivas II	12	16		
12	Jogos desportivos coletivos III	16,5	22		
13	Ginástica III	12	16	3°	59
14	Dança III	6	8		
15	Atividade Física / Contexto e Saúde III	4,5	6		
16	Atividades de exploração da natureza	5,25	7		
Totais		140,25	187		