

Técnico de Desporto

11.º ANO

ANO LETIVO 2025/2026

DISCIPLINA	N.º / UFCD	DESIGNAÇÃO	HORAS	HORAS TOTAL	
Português	4	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	33	100	C i d a d a n i a e D e s e n v o l v i m e n t o
	5	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	34		
	6	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	33		
LE I - Inglês	4	Os Media e a Comunicação Global	24	72	
	5	Os Jovens na Era Global	24		
	6	O Mundo à Nossa Volta	24		
Integração	3	Homem-natureza: uma relação sustentável?	37	73	
		A região e o espaço nacional.			
		A formação da sensibilidade cultural e a transfiguração...			
	4	A construção da democracia	36		
		O desenvolvim/ de novas atitudes no trab. e no emprego: O papel das organizações internacionais			
Educação Física	2	JDC II	14	50	
	5	GIN II	10		
	8	A/R/P II	8		
	11	DANÇA II	8		
	15	Actividade Física /Contextos e saúde II	7		
	13	Aptidão Física	3		
Oferta de Escola Espanhol - Inic.	4	Serviços e consumo	25	50	
	5	Saúde e cuidados pessoais	13		
	6	Organização do trabalho	12		
EMR	2	Ciência, Religião e Cultura na construção da sociedade	26	26	
Estudo do Movimento	5	Análise da participação muscular no movimento	30	90	
	6	Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna	30		
	7	Qualidades físicas: força, velocidade, flexibilidade, resistência	30		
Matemática	OP4	Programação linear	25	50	
	P3	Geometria analítica	25		
Psicologia	P3	Processos Cognitivos, Emocionais e Motivacionais	21	54	
	P4	Processos Relacionais e Comportamento Profissional	33		
Introdução ao Desporto	9434	Pedagogia do desporto	25	50	
	9435	Didática do desporto	25		
Desportos indiv. e col.	9446	Atletismo – Iniciação	25	100	
	9448	Ténis – Iniciação	50		
	9515	Voleibol – Regulamentos e arbitragens	25		
Atividades de ginásio	9453	Step – a Aula	50	125	
	9455	Step – montagem coreográfica	50		
	9459	Cardiofitness e musculação – equipamentos e exercícios	25		
Atividades de natureza e lazer	9450	Escalada e manobras de cordas	50	75	
	9452	Remo	25		
Formação em contexto de trabalho			200	200	
TOTAL				1 115	