

## Técnico de Desporto

12.º ANO

ANO LETIVO 2025/2026

DISCIPLINA	N.º / UFCD	DESIGNAÇÃO	HORAS	HORAS TOTAL	
Português	7	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	40	120	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
	8	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	40		
	9	EDUCAÇÃO LITERÁRIA	40		
LE I - Inglês	7	Os Jovens e o Consumo	24	72	
	8	O Mundo do Trabalho	24		
	9	A Comunicação no Mundo Profissional	24		
Integração	5	1.3. A comunicação e a construção do indivíduo	36	73	
		5.1. A integração no espaço europeu			
		7.2. Um desafio global: o desenvolvimento sustentável			
	6	2.2. A construção do social	37		
		6.2. As Organizações do trabalho			
		8.1. Das economia-mundo à Economia global			
Educação Física	3	JDC III	10	40	
	6	GIN III	8		
	9	AE Natureza	8		
	12	DANÇA III	6		
	16	ACT.FIS/CONTEXTOS E SAÚDE III	5		
	13	APTIDÃO FÍSICA	3		
EMR	3	Cristianismo e vida em sociedade: encontros e desafios	25	25	
Psicologia	P3	Processos cognitivos, emocionais e motivacionais	21	54	
	P4	Processos relacionais e comportamento profissional	33		
Desportos individuais e coletivos	9442	Hóquei em patins – metodologia da patinagem	50	125	
	9447	Natação – adaptação ao meio aquático	25		
	9448	Ténis – Iniciação	50		
Atividades de ginásio	9454	Ginástica aeróbica – a aula	50	150	
	9456	Ginástica aeróbica – montagem coreográfica	50		
	9459	Cardiofitness e musculação – equipamentos e exercícios	25		
	9460	Cardiofitness e musculação – o treino	25		
Opcionais Modalidades Coletivas	9515	Voleibol – Regulamentos e arbitragens	25	150	
	9516	Voleibol – a técnica no voleibol	25		
	9517	Voleibol – a tática coletiva	25		
	9518	Voleibol – observação e orientação da equipa	25		
	9519	Voleibol – metodologia do treino	25		
	9520	Voleibol – didática específica	25		
<b>Formação em contexto de trabalho</b>			<b>200</b>	<b>200</b>	
<b>TOTAL</b>				<b>1 009</b>	