EDUCAÇÃO FÍSICA – 2023/24

QUADRO RESUMO DA COMPOSIÇÃO CURRICULAR

DOMÍNIO	SUBÁREA	MATÉRIAS	7º	8º	9º	DOMÍNIO	SUBÁREA	MATÉRIAS	10º	11º	12º
ÁREA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	ANDEBOL	X		X	ÁREA DAS ACTIVIDADES FÍSICAS	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS	ANDEBOL	X		X
		BASQUETEBOL		X				BASQUETEBOL	X	X	X
		FUTEBOL	X	X				FUTEBOL		X	
		VOLEIBOL	X		X			VOLEIBOL	X	X	X
	Ginástica	SOLO	X	X			Ginástica	SOLO	X		
		ACROBÁTICA			X			ACROBÁTICA			X
		APARELHOS		X				APARELHOS		X	
	ATLETISMO, PATINAGEM ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS E OUTRAS (BADMINTON, TÉNIS, TÉNIS DE MESA)	ATLETISMO – Velocidade	X	X	X		Atletismo	Velocidade	X	X	X
		ATLETISMO – Estafetas	X		X			Estafetas		X	X
		ATLETISMO – Barreiras/Obstáculos	X	X	X			Barreiras	X		X
		ATLETISMO – Salto em Altura						Salto em Altura			X
		ATLETISMO – Lança/ Peso	X	X				Lança/ Peso		X	X
		NATAÇÃO	X	X			Outras	Natação	X	X	
		DANÇA	X	X	X		Atividades rítmicas expressivas	DANÇA	X	X	X
		BADMINTON	X		X		Raquetes	BADMINTON	X	X	
		TÉNIS		X				TÉNIS			X
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Aptidão Aeróbia	Vaivém	X	X	X				X	X	X
	Aptidão Muscular	Força Abdominal/braços	X	X	X				X	X	X
		Impulsão Horizontal	X	X	X				X	X	X
	Flexibilidade	Flex. Ombros/tronco	X	X	X				X	X	X
	Velocidade	40 metros/20 metros	X	X	X				X	X	X
ÁREA DOS CONHECIMENTOS											

EDUCAÇÃO FÍSICA – 2023/24

Referencial para a ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS:

- 7.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5/ 6 matérias, de diferentes subáreas.
- 8.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 6 matérias, de diferentes subáreas.
- 9.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas.
- 10.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e de nível ELEMENTAR numa matéria, de diferentes subáreas.
- 11.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e de nível ELEMENTAR em 2 matérias, de diferentes subáreas.
- 12.º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 3 matérias e de nível ELEMENTAR em 3 matérias, de diferentes subáreas.

Enriquecimento curricular - Abordagem de matérias alternativas não sujeitas a avaliação sumativa (opcional):

- Rugby
- Frisbee
- Orientação
- Escalada