

# CURSOS PROFISSIONAIS

## Curso Profissional Técnico de Desporto

Ano letivo 2024/2025

### Planificação anual da disciplina de Estudo do Movimento – 12.º J

Professor: Luís Paiva

#### 1 – Estrutura e finalidades da disciplina

A disciplina de Estudo do Movimento integra-se no conjunto de disciplinas que compõem a componente de Formação Científica do Curso Profissional Técnico de Desporto. A disciplina integra os dois últimos anos do ciclo de formação e tem a carga horária de 225 minutos semanais (5 blocos). Os conteúdos organizam-se em módulos independentes. O elenco modular de cada ano respeita as orientações do referencial de formação em vigor, da ANQEP (componente de formação científica) e a distribuição da carga horária por cada ano/ módulo (composição curricular) foi definida em grupo de recrutamento.

#### 2 - Planificação

O referencial de formação poderá ser consultado na Formação Tecnológica do Curso Profissional Técnico de Desporto, do item programas no sítio da Agência Nacional para a Qualificação e o Ensino Profissional - <http://www.angep.gov.pt/>. Está previsto, ao longo do 1º período e caso as turmas necessitam, fazer a recuperação e consolidação das aprendizagens em relação ao ano lectivo anterior.

Período	Tópicos Programáticos	N.ºde tempos
<b>1.º Período</b> De 13/09 a 17/12 Previstos 63 tempos	<b>5. Análise da participação muscular no movimento</b>	<b>30 h (40 tempos)</b>
	Avaliação formativa/sumativa: Fichas de observação/registo	3t
	Auto/ heteroavaliação	1t
<b>2.º Período</b> De 06/01 a 04/04 Previstos 60 tempos	<b>6. Constituição e funcionamento dos sistemas da vida orgânica interna</b>	<b>30 h (40 tempos)</b>
	Avaliação formativa/sumativa: Fichas de observação/registo	3t
	Auto/heteroavaliação	1t
<b>3.º Período</b> De 22/04 a 06/06 Previstos 2 tempos	<b>7. Qualidades físicas: força, velocidade, flexibilidade, resistência</b>	<b>30 h (40 tempos)</b>
	Avaliação formativa/sumativa: Fichas de observação/registo	3t
	Auto/heteroavaliação	1t

Esta planificação foi aprovada pelo grupo de recrutamento a 4 de setembro de 2024.