

ANO LETIVO: 2025/2026
CRONOGRAMA DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
9ºano

1.º Período: (nº de tempos de 45 minutos)	TEMPOS
Apresentação. Esclarecimento do Referencial de Avaliação. Regras de funcionamento da disciplina e instalações desportivas. Apresentação do programa da disciplina.	2
DOMÍNIO / TEMA: ATIVIDADES FÍSICAS	
Subdomínio/Matéria: Badminton	10-12
Subdomínio/Matéria: Atletismo	6-8
Subdomínio/Matéria: Ginástica Solo	10-12
DOMÍNIO / TEMA: APTIDÃO FÍSICA	
Subdomínio/Matéria: Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas	Ao longo do período
DOMÍNIO / TEMA: CONHECIMENTOS	
Subdomínio – Aptidão física e saúde. Fatores associados a um estilo de vida saudável. Dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física.	Ao longo do período
Atividades de enriquecimento curricular e avaliação	Ao longo do período
Total	38-41

2.º Período: (nº de tempos de 45 minutos)	TEMPOS
DOMÍNIO / TEMA: ATIVIDADES FÍSICAS	
Subdomínio/Matéria: Jogos Desportivos Coletivos – Voleibol	10-12
Subdomínio/Matéria: Ginástica Acrobática / Atividades Rítmicas Expressivas	10-12
Subdomínio/Matéria: Ginástica de Aparelhos - Trampolins	4-6
DOMÍNIO / TEMA: APTIDÃO FÍSICA	
Subdomínio/Matéria: Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas	Ao longo do período
DOMÍNIO / TEMA: CONHECIMENTOS	
Subdomínio – Aptidão física e saúde. Fatores associados a um estilo de vida saudável. Dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física.	Ao longo do período
Atividades de enriquecimento curricular e avaliação	Ao longo do período
Total	34-36

3.º Período: (nº de tempos de 45 minutos)	TEMPOS
DOMÍNIO / TEMA: ATIVIDADES FÍSICAS	
Subdomínio/Matéria: Ginástica de Aparelhos – Trampolins (conclusão)	2-4
Subdomínio/Matéria: Jogos Desportivos Coletivos – Basquetebol	10-12
DOMÍNIO / TEMA: APTIDÃO FÍSICA	



Subdomínio/Matéria: Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas	Ao longo do período
DOMÍNIO / TEMA: CONHECIMENTOS	
Subdomínio – Aptidão física e saúde. Fatores associados a um estilo de vida saudável. Dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física.	Ao longo do período
Atividades de enriquecimento curricular e avaliação	Ao longo do período
Total	21-24