



Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

ANO LETIVO 2026/2027 - 1.º SEMESTRE

1º ANO

	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30	18h00	18h30	
2ªFEIRA			9h00 - 12h30									13h00-17h00											
			Anatomia Funcional									Sociologia do Desporto											
			Sala 3									Lab. Desporto											
3ªFEIRA	08h00 - 10h30						11H-13H							14h00-16h30									
	Psicologia do Desporto						Atividades Desportivas I (Ginástica) - B							Metodologia da Investigação em Ciências do Desporto									
	Sala 3						Pavilhão CSRDC*							Lab. Desporto									
4ªFEIRA						10h30 - 13h30								14h30-17h30									
						Crescimento e Desenvolvimento Motor								Estatística Aplicada									
						Lab. Desporto								Auditório									
5ªFEIRA																							
6ªFEIRA						11h00-13h00																	
							Atividades Desportivas I (Natação) - B																
							Piscinas Municipais																

Crescimento e Desenvolvimento Motor - Prof. Amanda Batista

Anatomia Funcional - Prof. Rafael Peixoto

Psicologia do Desporto -Prof. Alberto Rocha

Metodologia da Investigação em Ciências do Desporto - Prof. Pedro Forte

Sociologia do Desporto - Prof. Edgar Bernardo

Estatística Aplicada - Prof. Amanda Batista

Atividades Desportivas I (Natação) - Prof. Carlos Soares

Atividades Desportivas I (Ginástica) - Prof. Luís Ferreira

* CSRDC - Centro social Recrativo Desportivo e Cultural de Santiago de Subarrifana (Pavilhão de Santiago)



Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

ANO LETIVO 2026/2027 - 1.º SEMESTRE

2º ANO

	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30	18h00	18h30	
2ªFEIRA			09h00 - 11h30											14h30 - 17h30									
			Controlo e Aprendizagem Motora											Atividades Desportivas III									
			Lab. Desporto											Xairas									
3ªFEIRA																							
4ªFEIRA						10h30 - 13h30							14h30 - 16h00										
						Aulas de Grupo de Fitness							Biomecânica do Exercício										
						Sala Fitness Piscinas							Lab. Desporto										
5ªFEIRA			09h00 - 11h30					11h30 - 13h00						14h30-17h00									
			Teoria e Metodologia do Treino					Biomecânica B						Atividades físicas e recreação urbana									
			Sala 2					Sala 2						Lab. Desporto									
6ªFEIRA																							

Atividade Física e Recreação Urbana - Prof. António G. Dias
Atividades Desportivas III - Prof. Mário Cachada + Flávio Moreira
Controlo e Aprendizagem Motora - Prof. Pedro Flores
Aulas de Grupo de Fitness - Prof.ª Alexandra Malheiro
Biomecânica do Exercício - Prof. Pedro Forte
Teoria e Metodologia do Treino - Prof. Pedro Afonso



Licenciatura em Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

ANO LETIVO 2026/2027 - 1.º SEMESTRE

3º ANO

	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30	18h00	18h30
2ªFEIRA			09h00 - 11h30								13h00 - 17h00											
			Controlo e Aprendizagem Motora								Sociologia do Desporto											
			Lab. Desporto								Lab. Desporto											
3ªFEIRA					10h00-12h30																	
					Nutrição e Atividade Física																	
					Lab. Desporto																	
4ªFEIRA	08h00 - 11h00						11h00 - 13h30							14h30 - 16h00								
	Prescrição do Exercício para Condições Clínicas II						Didática das AF							Biomecânica do Exercício								
	Auditório						Biblioteca							Lab. Desporto								
5ªFEIRA			09h00 - 10h30											14h30 - 17h00								
			Biomecânica A											Atividades físicas e recreação urbana								
			Sala Interativa											Lab. Desporto								
6ªFEIRA																						

Atividades físicas e recreação urbana - Prof. António G. Dias

Sociologia do Desporto - Prof. Edgar Bernardo

Nutrição e Atividade Física - Prof. Carlos Soares

Controlo e Aprendizagem Motora - Prof. Pedro Flores

Biomecânica do Exercício - Prof. Pedro Forte

Prescrição do Exercício para Condições Clínicas II - Prof. Artur Santos

Didática das Atividades Físicas - Prof. Artur Santos