

## Estruturas Pedagógicas

### Ofertas Formativas de Dupla Certificação

CURSOS PROFISSIONAIS | CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE PONDERAÇÃO

ANO LETIVO: 2021/2022

Curso: Técnico/a DESPORTO

Ano/turma: 3.º TDESP | Ciclo de Formação 2019/2022

### COMPONENTE DE FORMAÇÃO SOCIOCULTURAL

#### DISCIPLINA: PORTUGUÊS

DOMÍNIO ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>ORALIDADE</b>	Competência da oralidade (compreensão e expressão) com base em textos/discursos de géneros adequados a propósitos comunicativos como informar com base numa perspetiva crítica em relação ao mundo atual, explicar e argumentar em situações de debate e de confronto de perspetivas.	Comunicador (A, B, D, E, H) Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Respeitador da diferença/ do outro (A, B, E, F, H) Participativo/ colaborador (B, C, D, E, F)	<b>20%</b>	Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação;  Trabalho de projeto/experimental;
<b>LEITURA</b>	Competência da leitura centrada predominantemente em: 11.º e 12.º ano - textos de natureza argumentativa (discurso político, artigo de opinião e apreciação crítica).	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Sistematizador/ organizador (A, B, C, I, J) Leitor (A, B, C, D, F, H, I)	<b>20%</b>	Debates e/ou diálogo argumentativo;  Ficha/teste de avaliação ou questão-aula;

DOMÍNIO ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>EDUCAÇÃO LITERÁRIA</b>	Educação literária não só para conhecimento, leitura e apreciação estética de obras portuguesas que constituíram um marco do pensamento e da literatura portuguesas entre os séculos XII e XX, mas também para desenvolvimento de hábitos de leitura.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Indagador/ Investigador(C, D, F, H, I) Criativo(A, C, D, J) Responsável/ autónomo(C, D, E, F, G, I, J) Comunicador(A, B, D, E, H) Leitor(A, B, C, D, F, H, I) Crítico/Analítico(A, B, C, D, G) Cuidador de si e do outro(B, E, F, G)	<b>20%</b>	Portefólio de evidências de aprendizagem individual.
<b>ESCRITA</b>	Competência da escrita que inclua obrigatoriamente saber escrever: 11.º ano e 12.º ano - sínteses, textos de natureza expositiva e argumentativa e apreciações críticas.	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado(A, B, G, I, J) Indagador/ Investigador(C, D, F, H, I) Sistemizador/ organizador(A, B, C, I, J) Criativo(A, C, D, J) Comunicador(A, B, D, E, H) Responsável/ autónomo(C, D, E, F, G, I, J)	<b>20%</b>	
<b>GRAMÁTICA</b>	Competência gramatical por meio de um conhecimento explícito sistematizado sobre aspetos essenciais dos diversos planos (fonológico, morfológico, das classes de palavras, sintático, semântico e textual-discursivo) da língua.	Questionador(A, F, G, I, J) Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado(A, B, G, I, J) Sistemizador/ organizador(A, B, C, I, J)	<b>20%</b>	

### DISCIPLINA: INGLÊS

DOMÍNIO ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>COMPETÊNCIA COMUNICATIVA ORAL</b>	Compreensão do oral Interação oral e Produção oral	A – Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação <i>Comunicação oral e escrita – capacidade para comunicar de forma adequada ao contexto e ao interlocutor: conversação, leitura/ análise de documentos, entrevistas, redação de textos / documentos elaboração de currículos/ comunicar em diversos ambientes, incluindo contextos multilingues e multinacionais.</i>	<b>40%</b>	Ficha(s)de trabalho/ questões aula / teste(s) escrito(s) e de <i>listening</i> ;
<b>COMPETÊNCIA COMUNICATIVA ESCRITA</b>	Compreensão escrita Interação escrita e Produção escrita		<b>40%</b>	Trabalho de aula; Trabalho de pares/grupo e/ou apresentação oral;

DOMÍNIO ORGANIZADOR	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
COMPETÊNCIA ESTRATÉGICA		<p>D - Pensamento criativo/ C – Raciocínio e resolução de problemas:  <b>Pensamento crítico</b>  <i>(Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação recebida)</i></p> <p><b>Criatividade/ Resolução de problemas</b>  <i>(Capacidade para pensar em novas situações, com vista à resolução de problemas)</i></p> <p><b>Adaptação a novas situações (</b>  <i>Capacidade de se adaptar a novas situações e novos contextos)</i></p> <p><b>Saber-estar</b>  <i>(Saber atuar e reagir consoante os contextos)</i></p> <p><b>Organização/Gestão do tempo</b>  <i>(Capacidade de se organizar em função do cumprimento das tarefas)</i></p>	20%	<p>Observação Direta;</p> <p>Participação oral / Interação na aula;</p> <p>Registos de observação: intervenções orais e escritas;</p> <p>Portefólio de evidências de aprendizagem individual.</p>

### DISCIPLINA: ÁREA DE INTEGRAÇÃO

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS /CONTEÚDOS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
MÓDULO 5	1. O Sujeito e a Construção do Social.	A – Linguagens e Textos	30%	<p>Registos de observação: intervenções orais e escritas, autoavaliação;</p> <p>Debates e/ou diálogo argumentativo;</p> <p>Ficha/teste de avaliação ou questão Aula;</p>
	2. A Cidadania Europeia.	B – Informação e Comunicação (comunicação oral e escrita)	35%	
	3. Os fins e os meios: que ética para a vida humana?	D – Pensamento Crítico e pensamento criativo (capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação)	30%	
MÓDULO 6	1. A construção da democracia	Saber-estar:	35%	
	2. O desenvolvimento de novas atitudes no trabalho e no emprego: o empreendedorismo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cumprimento de regras;</li> <li>• Comportamento;</li> <li>• Participação;</li> <li>• Sentido de responsabilidade;</li> <li>• Espírito de entreatajuda.</li> </ul>	35%	
	3. Da multiplicidade dos saberes à ciência como construção racional do real	Iniciativa e autonomia	30%	

**DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA**

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS /CONTEÚDOS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>MÓDULO 12 GINÁSTICA III</b>	Ginástica Acrobática (Pegas; Posição base; Técnicas de subida; Montes e desmontes; Exercícios pares e trios; Elementos de Ligação)	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J)	<b>50%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério) Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) Fichas de trabalho (individual e/ou grupo)
	Sequência gímnica de Ginástica Acrobática	Criativo/Expressivo (A, C, D, J)	<b>50%</b>	
<b>MÓDULO 13 JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS III (FUTEBOL)</b>	Situação de Exercício Critério: passe/recepção, condução de bola, remate, desmarcação e marcação.	Crítico/Analítico (A, B, C, D, G)	<b>50%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério) Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) Fichas de trabalho (individual e/ou grupo)
	Situação de Jogo: jogos condicionados, jogos reduzidos, jogo formal.	Indagador/Investigador/ Sistematizador/Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)	<b>50%</b>	
<b>MÓDULO 15 ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS III</b>	Danças Sociais e Modernas	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)	<b>100%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério) Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) Fichas de trabalho (individual e/ou grupo)
		Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)		
<b>MÓDULO 16 APTIDÃO FÍSICA</b>	Força	Participativo/ Colaborador/Cooperante/ Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J)	<b>25%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério) Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade) Fichas de trabalho (individual e/ou grupo)
	Resistência		<b>25%</b>	
	Flexibilidade		<b>25%</b>	
	Velocidade	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)	<b>25%</b>	
		Autoavaliador/Heteroavaliador (transversal às áreas)		

*Nota: A avaliação de alunos com atestado médico de longa duração que impeça a prática de atividade física, são avaliados conforme os instrumentos de avaliação dispostos no módulo AF/CS II.*

## COMPONENTE DE FORMAÇÃO CIENTÍFICA

### DISCIPLINA: PSICOLOGIA

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>MÓDULO 3</b>  <b>PROCESSOS COGNITIVOS, EMOCIONAIS E MOTIVACIONAIS</b>	- Processos Cognitivos.	A – Linguagens e Textos  B – Informação e Comunicação (comunicação oral e escrita)  D – Pensamento Crítico e pensamento criativo (capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação)  Saber-estar: - Cumprimento de regras; - Comportamento; - Participação; - Sentido de responsabilidade; - Espírito de entreatajuda.	30%	- Trabalho de aula/Observação direta
	- Processos Emocionais.		35%	- Ficha via Forms (Avaliação formativa) - Teste com consulta (Avaliação Sumativa) - Teste sem consulta – (Avaliação Sumativa)
	- Processos Motivacionais.		35%	- Trabalho de grupo (componente escrita e oral) – (Avaliação sumativa)
<b>MÓDULO 4</b>  <b>PROCESSO RELACIONAIS E COMPORTAMENTO PROFISSIONAL</b>	- A Perceção do “Eu”.	Iniciativa e autonomia	35%	- Trabalho de aula/Observação direta
	- A Perceção e a Dinâmica dos “nós”.		35%	- Ficha via Forms (Avaliação formativa) - Teste com consulta (Avaliação Sumativa) - Teste sem consulta – (Avaliação Sumativa)
	- O “Nós”, o “Eu” e os “Outros”.		30%	- Trabalho de grupo (componente escrita e oral) – (Avaliação sumativa)

### DISCIPLINA: ESTUDO DO MOVIMENTO

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS	PERFIL DO ALUNO Áreas de Competências	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>MÓDULO 7 QUALIDADES FÍSICAS: FORÇA, VELOCIDADE, FLEXIBILIDADE E RESISTÊNCIA</b>	Compreender as diferentes formas de manifestação da força	A – Linguagens e Textos B – Informação e Comunicação (Comunicação oral e Escrita) D – Pensamento Crítico e pensamento criativo ( <i>Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação</i> ) E – Relacionamento Interpessoal G – Bem-estar, saúde e ambiente I - Saber científico, técnico e tecnológico  Saber-estar Organização / Gestão do tempo Iniciativa e autonomia	25%	Fichas de trabalho Participação oral / Interação na aula/Trabalho de aula Teste de avaliação
	Compreender as diferentes formas de manifestação da velocidade		25%	
	Compreender as diferentes formas de manifestação da flexibilidade		25%	
	Compreender as diferentes formas de manifestação da resistência		25%	

### COMPONENTE DE FORMAÇÃO TECNOLÓGICA

#### DISCIPLINA: DESPORTOS COLETIVOS

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS	PERFIL DO ALUNO	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>UFCD 9442 HÓQUEI EM PATINS METODOLOGIA DA PATINAGEM</b>	Metodologia da Patinagem	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador(A, B, C, D, F, H, I, J) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)	<b>100%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério)  Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade)  Trabalho de pesquisa (individual e/ou grupo)  Apresentação (individual e/ou grupo)

**DISCIPLINA: DESPORTOS INDIVIDUAIS**

DOMÍNIO ORGANIZADOR	TEMAS	PERFIL DO ALUNO	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>UFCD 9449 TÉNIS DE MESA</b>	O Ténis de Mesa Ações sobre a bola Princípios do movimento da técnica gestual Deslocamentos Serviço Organização de competições de ténis de mesa	Conhecedor/sabedor/culto/informado (A, B, G, I, J) Criativo/Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/Investigador/Sistematizador/Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j) Respeitador da diferença (A, B, E, F, H) Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J) Participativo/Colaborador/Cooperante/Responsável/Autónomo (B, C, D, E, F, G, I, J) Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)	<b>100%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério)  Observação Direta (Evolução, autonomia, criatividade e sociabilidade)
<b>UFCD 9450 ESCALADA E MANOBRAS DE CORDAS</b>	Escalada e segurança Manobras de cordas		<b>100%</b>	Trabalho de pesquisa (individual e/ou grupo)  Apresentação (individual e/ou grupo)

**DISCIPLINA: METODOLOGIA DO DESPORTO**

DOMÍNIO ORGANIZADOR	CONTEÚDOS	PERFIL DO ALUNO	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>UFCD N.º 9438</b>  TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO DESPORTIVO	Carga De treino e processos adaptativos	B – Informação e Comunicação C- Raciocínio e resolução de problemas. Criatividade, capacidade de adaptação. D – Pensamento Crítico e pensamento criativo. (Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação) E- Relacionamento Interpessoal. F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia. G – Bem-estar, saúde e ambiente I-Saber técnico e tecnologias.	20%	Construção do Documento de trabalho (PowerPoint) Trabalho grupo (Apresentação final) Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado) Teste Escrito
	Treino desportivo como um sistema integrado		10%	
	Treino das qualidades físicas		30%	
	Sessão de treino		10%	
	Estilos de vida saudáveis, lesões desportivas e aplicação de primeiros socorros.		30%	
<b>UFCD N.º 7250</b>  ÉTICA E DEONTOLOGIA NO DESPORTO	Princípios fundamentais da ética	B – Informação e Comunicação C- Raciocínio e resolução de problemas. Criatividade, capacidade de adaptação. D – Pensamento Crítico e pensamento criativo. (Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação) E- Relacionamento Interpessoal. F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia. G – Bem-estar, saúde e ambiente I-Saber técnico e tecnologias. J- Consciência e domínio do corpo	20%	-Construção do Documento de trabalho (PowerPoint) -Trabalho grupo (Apresentação final) -Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado) -Teste Escrito -Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado)
	Códigos da ética e padrões deontológicos		20%	
	Ética, doutrina, deontologia e moral		20%	
	Construção de uma cidadania mundial inclusiva		20%	
	Ética no desporto		20%	



## DISCIPLINA: ATIVIDADES FÍSICAS DE MANUTENÇÃO E LAZER

DOMÍNIO ORGANIZADOR	CONTEÚDOS	PERFIL DO ALUNO	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO			
<b>UFCD 9456</b> <b>GINÁSTICA</b> <b>AERÓBICA –</b> <b>MONTAGEM</b> <b>COREOGRÁFICA</b>	1. Passos básicos e estrutura musical 2. Características primárias de uma aula de ginástica aeróbica 3. Princípios orientadores para a montagem coreográfica na aula de ginástica aeróbica 4. Sequências coreográficas na ginástica aeróbica 5. Métodos de montagem coreográfica na ginástica aeróbica 6. Estratégias de ensino 7. Frases cruzadas na ginástica aeróbica 8. Planos de aula	Conhecedor/ sabedor/ culto/ informado (A, B, G, I, J) Criativo /Expressivo (A, C, D, J) Crítico/Analítico (A, B, C, D, G) Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ Organizador (A, B, C, D, F, H, I, j)	<b>100%</b>	Grelhas de registo de observação direta/avaliação (exercícios critério)  Evolução (autonomia, criatividade e sociabilidade)  Trabalho de pesquisa (individual e/ou grupo)  Apresentação (individual e/ou grupo)			
			<b>UFCD 9459</b> <b>CARDIOFITNESS E</b> <b>MUSCULAÇÃO</b> <b>EQUIPAMENTOS E</b> <b>EXERCÍCIOS</b>		1. Atividade física 2. Equipamentos de cardiofitness 3. Equipamentos de musculação 4. Tipologia de exercícios de cardiofitness e musculação	Respeitador da diferença (A, B, E, F, H)  Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)	<b>25%</b>
							<b>25%</b>
			<b>UFCD 9460</b> <b>CARDIOFITNESS E</b> <b>MUSCULAÇÃO</b> <b>O TREINO</b>		1.Princípios básicos de metodologia do treino 2. Métodos de treino	Participativo/ Colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autónimo (B, C, D, E, F, G, I, J)  Cuidador de si e do outro (B, E, F, G) Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)	<b>25%</b>
							<b>50%</b>
			<b>UFCD 8628</b> <b>METODOLOGIA</b> <b>DAS ATIVIDADES</b> <b>BODY &amp; MIND</b>		1. Área e aulas de Body & Mind 2. Exercícios de Body & Mind 3. Estrutura e planeamento das aulas de Body & Mind 4. Intervenção pedagógica nas aulas de Body & Mind		<b>50%</b>
							<b>20%</b>
							<b>20%</b>
<b>30%</b>							
			<b>30%</b>				

**DISCIPLINA: TREINADOR DE DESPORTO**

DOMÍNIO ORGANIZADOR	CONTEÚDOS	PERFIL DO ALUNO	PONDERAÇÃO	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>UFCD n.º 9501</b>  <b>Psicologia Aplicada</b>	Motivação e filosofia do treinador de futebol	B – Informação e Comunicação C- Raciocínio e resolução de problemas. Criatividade, capacidade de adaptação. D – Pensamento Crítico e pensamento criativo. (Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação) E- Relacionamento Interpessoal. F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia. G – Bem-estar, saúde e ambiente I-Saber técnico e tecnologias.	<b>30%</b>	Construção do Documento de trabalho Trabalho grupo (Apresentação final) Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado)
	Relação treinador/jogador		<b>30%</b>	
	Técnicas de monitorização do treinador de futebol		<b>40%</b>	
<b>UFCD n.º9498</b>  <b>Capacidades Motoras</b>	Treino desportivo em Futebol	B – Informação e Comunicação C- Raciocínio e resolução de problemas. Criatividade, capacidade de adaptação. D – Pensamento Crítico e pensamento criativo. (Capacidade de analisar, avaliar e questionar a informação) E- Relacionamento Interpessoal. F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia. G – Bem-estar, saúde e ambiente I-Saber técnico e tecnologias.	<b>40%</b>	Construção do Documento de trabalho (PowerPoint) Trabalho grupo (Apresentação final) Observação Direta (Evolução aula a aula do Trabalho Realizado)
	Fisiologia e Treino com crianças e jovens no futebol		<b>40%</b>	
	Fundamentação biológica do treino em futebol		<b>20%</b>	

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE POMBAL, OUTUBRO DE 2021**