Escola Básica e Secundária / PE

Calheta

PLANO CURRICULAR DE ESCOLA

2026 - 2027

ENSINO PROFISSIONAL

EDUCAÇÃO DE ADULTOS

291820 000

ebscalheta@edu.madeira.gov.pt

https://escoladigital.madeira.gov.pt/ebspecalheta/

MATRIZ CURRICULAR E CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO ENSINO SECUNDÁRIO – CURSOS PROFISSIONAIS.

CURSOS PROFISSIONAIS

MATRIZ CURRICULAR DO CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSTICA

Matriz constituída de acordo com o definido no anexo VIII do Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho, retificado pela declaração nº 29-A/2018 e de 4 de setembro.

COMPONENTES DE FORMAÇÃO		CARGA HORÁRIA (45 MIN)		
		10º ANO	11º ANO	12º ANO
FORMAÇÃO SOCIOCULTURAL	Cidadania e Desenvolvimento a)			
Português/PLNM		4	4	5
Inglês/Francês		3	3	3
Área de Integração		3	3	3
Tecnologias de Informação		4	-	-
Educação Física		2	2	2
FORMAÇÃO CIENTÍFICA				
História da Cultura e das Artes		3	2	3
Geografia		4	2	2
Matemática		-	2	3
FORMAÇÃO TÉCNICA				
Técnicas de Comunicação em Acolhimento Turístico		2	4	4
Operações Técnicas em Empresas Turísticas		4	3	2
Turismo Informação e Animação Turística		8	9	9
Comunicar em Língua Estrangeira		2	2	2
Formação em Contexto de Trabalho		-	300h	300h
Educação Moral e Religiosa Católica b)		(1)	(1)	(1)
TOTAL TEMPOS SEMANAIS		39	36	38

a) Componente desenvolvida com o contributo de disciplinas e componentes de formação, sob a coordenação do Diretor de Turma.

b) Disciplina de oferta obrigatória e de frequência facultativa

* As turmas do curso profissional de Técnico de Informação e Animação Turística funcionam em parceria com a Escola de Hotelaria e Turismo da Madeira. A nossa escola assegura a formação sociocultural e científica em três dias da semana, e a escola de hotelaria a componente técnica. Os critérios de avaliação da formação técnica são da responsabilidade da Escola de Hotelaria e Turismo da Madeira.

MATRIZ CURRICULAR DO CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO

Matriz constituída de acordo com o definido no anexo VIII do Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho, retificado pela declaração nº 29-A/2018 e de 4 de setembro.

COMPONENTES DE FORMAÇÃO		CARGA HORÁRIA (45 MIN)		
		10º ANO	11º ANO	12º ANO
FORMAÇÃO SOCIOCULTURAL	Cidadania e Desenvolvimento [a]			
Português/PLNM		4	4	5
Inglês/Francês		3	3	3
Área de Integração		3	3	3
Tecnologias de Informação		4	-	-
Educação Física		2	2	2
FORMAÇÃO CIENTÍFICA				
Matemática		3	3	2
Estudo do Movimento		2	3	3
Psicologia		2	2	-
FORMAÇÃO TÉCNICA				
Teoria do desporto		3	3	4
Modalidades desportivas coletivas		4	5	5
Modalidades desportivas individuais		3	4	3
Atividades de animação e lazer		4	6	6
Formação em Contexto de Trabalho		-	300h	300h
Educação Moral e Religiosa Católica [b]		(1)	(1)	(1)
TOTAL TEMPOS SEMANAIS		37	38	36

a) Componente desenvolvida com o contributo de disciplinas e componentes de formação, sob a coordenação do Diretor de Turma.

b) Disciplina de oferta obrigatória e de frequência facultativa.

MATRIZ CURRICULAR DO CURSO PROFISSIONAL PROGRAMADOR DE INFORMÁTICA

Matriz constituída de acordo com o definido no anexo VIII do Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho, retificado pela declaração nº 29-A/2018 e de 4 de setembro.

COMPONENTES DE FORMAÇÃO		CARGA HORÁRIA (45 MIN)		
		10º ANO	11º ANO	12º ANO
FORMAÇÃO SOCIOCULTURAL	Cidadania e Desenvolvimento [a]			
Português/PLNM		4	4	5
Inglês		3	3	3
Área de Integração		3	3	3
Tecnologias de Informação		4	-	-
Educação Física		2	2	2
FORMAÇÃO CIENTÍFICA				
Matemática		5	4	4
Física e Química		-	5	4
FORMAÇÃO TÉCNICA				
Sistemas Operativos e Arquitetura de Computadores		4	2	2
Fundamentos da Programação		4	6	4
Redes de Comunicação		3	4	-
Programação WEB e sistemas de informação		4	4	9
Formação em Contexto de Trabalho		-	300h	300h
Educação Moral e Religiosa Católica [b]		(1)	(1)	(1)
TOTAL TEMPOS SEMANAIS		36	37	36

a) Componente desenvolvida com o contributo de disciplinas e componentes de formação, sob a coordenação do Diretor de Turma.

b) Disciplina de oferta obrigatória e de frequência facultativa.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DOS CURSOS PROFISSIONAIS

COMPONENTE DE FORMAÇÃO SOCIOCULTURAL

PORTUGUÊS - 10 º ANO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Oralidade	**Compreensão:** - Interpreta textos orais dos géneros reportagem, documentário e anúncio publicitário, evidenciando perspetiva crítica e criativa. - Sintetiza o discurso escutado a partir do registo e informação relevante quanto ao tema e à estrutura. **Expressão:** - Produz textos adequados à situação de comunicação, com correção e propriedade lexical. - Exprime, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas. - Faz exposições orais para apresentação de leituras, de sínteses e de temas diversificados. - Utiliza adequadamente recursos verbais e não verbais para aumentar a eficácia das apresentações orais. - Utiliza processos como retoma, resumo e explicitação no uso da palavra em contextos formais. - Recorre a processos de planificação e de avaliação de textos para melhoria dos discursos orais.	20% (CO - 15%) (EO - 15%)
		Leitura	- Lê em suportes variados textos de diferentes graus de complexidade e géneros distintos, de forma autónoma e crítica. - Interpreta o sentido global do texto e a intencionalidade comunicativa com base em inferências devidamente justificadas. - Utiliza métodos de trabalho científico no registo e tratamento da informação. - Analisar a organização interna e externa do texto. - Clarificar tema(s), ideias principais, pontos de vista.	10%
		Educação Literária	- Interpreta, contextualiza e compara textos literários portugueses de diferentes autores e géneros, produzidos entre os séculos XII e XVI. - Analisa o valor de recursos expressivos para a construção do sentido do texto. - Reconhece valores culturais, éticos e estéticos presentes nos textos. - Expressa, oralmente ou por escrito, pontos de vista fundamentados, suscitados pelas obras e seus autores. - Desenvolve um projeto de leitura que revele pensamento crítico e criativo.	20%
		Escrita	- Escreve sínteses, exposições e apreciações críticas, respeitando as marcas de género. - Planifica o texto a escrever, com base em informação pertinente. - Redige o texto de forma organizada, recorrendo a mecanismos de coerência e de coesão textual. - Editar os textos escritos, em diferentes suportes, após revisão, individual ou em grupo, tendo em conta a adequação, a propriedade vocabular e a correção linguística.	20%

	Atitudes		- Revê os textos produzidos, tendo em conta critérios de adequação, propriedade vocabular e correção linguística. -Respeitar os princípios do trabalho intelectual: identificação das fontes utilizadas, cumprimento das normas de citação, uso de notas de rodapé e referenciação bibliográfica.	
		Gramática	- Escreve sínteses, exposições e apreciações críticas, respeitando as marcas de género. - Planifica o texto a escrever, com base em informação pertinente. - Redige o texto de forma organizada, recorrendo a mecanismos de coerência e de coesão textual. - Editar os textos escritos, em diferentes suportes, após revisão, individual ou em grupo, tendo em conta a adequação, a propriedade vocabular e a correção linguística. - Revê os textos produzidos, tendo em conta critérios de adequação, propriedade vocabular e correção linguística. -Respeitar os princípios do trabalho intelectual: identificação das fontes utilizadas, cumprimento das normas de citação, uso de notas de rodapé e referenciação bibliográfica.	15%
		Responsabilidade e Autonomia	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PORTUGUÊS - 11 º ANO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Oralidade	**Compreensão:** - Interpreta exposições orais sobre um tema, evidenciando perspetiva crítica e criativa. - Interpreta discursos políticos, evidenciando perspetiva crítica e criativa. - Avalia os argumentos usados em discursos políticos. **Expressão:** - Faz exposições orais para apresentação de temas ou de opiniões ou de apreciações críticas (de debate, de filme, de peça de teatro, de livro, de exposição ou outra manifestação cultural). - Prepara adequadamente as apresentações orais através de uma planificação cuidada. - Utiliza recursos verbais e não verbais adequados à eficácia das apresentações orais a realizar. - Avalia, individualmente e/ou em grupo, os discursos orais produzidos por si próprio, através da discussão de diversos pontos de vista.	20% (CO - 5%) (EO - 15%)

		Leitura	- Lê, de modo crítico e autónomo, discursos políticos, artigos de opinião e textos de opinião, em suportes variados. - Analisa a organização interna e externa do texto. - Clarifica tema(s), subtemas, ideias principais, pontos de vista. - Analisa os recursos utilizados para a construção do sentido do texto. - Interpreta o texto, com especificação do sentido global e da intencionalidade comunicativa. - Utiliza criteriosamente procedimentos adequados ao registo e tratamento da informação. - Exprime, com fundamentação, pontos de vista suscitados por leituras diversas.	10%
		Educação Literária	- Interpreta textos da obra de Padre António Vieira e de Almeida Garrett e obras literárias portuguesas de diferentes autores e géneros, produzidas no século XIX. - Contextualiza textos literários portugueses em função de grandes marcos históricos e culturais. - Reconhece valores culturais, éticos e estéticos manifestados nos textos. - Analisa o valor de recursos expressivos para a construção do sentido do texto, designadamente: adjetivação, gradação, metonímia, sinestesia. - Compara textos de diferentes épocas em função dos temas, ideias, valores e marcos históricos e culturais. - Debate, de forma fundamentada e sustentada, oralmente ou por escrito, pontos de vista fundamentados, suscitados pela leitura de textos e autores diferentes. - Mobiliza para a interpretação textual os conhecimentos adquiridos sobre os elementos constitutivos do texto poético, do texto dramático e do texto narrativo. - Desenvolve um projeto de leitura que revele pensamento crítico e criativo, a apresentar publicamente em suportes variados.	20%
		Escrita	- Escreve sínteses e textos de opinião. - Planifica os textos a escrever, após pesquisa e seleção de informação relevante. - Redige com desenvoltura, consistência, adequação e correção os textos planificados. - Utiliza os mecanismos de revisão, de avaliação e de correção para aperfeiçoar o texto escrito antes da apresentação da versão final. - Respeita princípios do trabalho intelectual como referenciação bibliográfica de acordo com normas específicas.	20%
		Gramática	- Sistematiza o conhecimento dos diferentes constituintes da frase (grupo verbal, grupo nominal, grupo adjetival, grupo preposicional, grupo adverbial) e das funções sintáticas internas à frase. - Explicita o conhecimento gramatical relacionado com a articulação entre constituintes e entre frases. - Reconhece os valores semânticos de palavras considerando o respetivo étimo. - Analisa processos de coesão e de progressão do texto como a anáfora. - Utiliza intencionalmente os processos de coesão textual (gramatical e lexical).	15%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas.	

			• Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PORTUGUÊS - 12 º ANO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Oralidade	**Compreensão Oral:** - Interpreta discursos do género debate. - Aprecia a validade de argumentos e identificar marcas de diferentes intenções comunicativas. **Expressão Oral:** - Participa ativamente em debates, explicitando pontos de vista. - Produzi textos de opinião, com propriedade vocabular e diversificação de estruturas sintáticas. - Avalia, individualmente e/ou em grupo, textos produzidos por si próprio através da discussão de diferentes pontos de vista.	20% (CO - 5%) (EO - 15%)
		Leitura	- Lê em suportes variados textos de diferentes graus de complexidade e géneros distintos, de forma autónoma e crítica (apreciação crítica e artigo de opinião). - Interpreta o texto, com especificação do sentido global e da intencionalidade comunicativa. - Realiza leitura crítica e autónoma. - Utiliza procedimentos adequados ao registo e tratamento da informação. - Compreende a utilização de recursos expressivos para a construção de sentido do texto. - Clarifica tema(s), subtemas, ideias principais, pontos de vista.	10%
		Educação Literária	- Interpreta, contextualiza e compara textos literários portugueses de diferentes autores e géneros, produzidos no século XX. - Analisa o valor de recursos expressivos para a construção do sentido do texto. - Reconhece valores culturais, éticos e estéticos presentes nos textos. - Debate, oralmente ou por escrito, pontos de vista fundamentados, suscitados pelas obras e seus autores. - Desenvolve projeto de leitura que revele pensamento crítico e criativo. - Mobiliza para a interpretação textual os conhecimentos adquiridos sobre os elementos constitutivos do texto poético.	20%
		Escrita	- Escreve textos de opinião, apreciações críticas e exposições sobre um tema. - Planifica os textos a escrever, com base em informação pertinente. - Redige os textos com desenvoltura, consistência, adequação e correção. - Utiliza mecanismos de revisão, de avaliação e de correção para aperfeiçoamento dos textos. - Respeita normas de referenciação bibliográfica.	20%

		Gramática	- Explicita aspetos essenciais da lexicologia. - Realiza análise sintática, articulando constituintes e explicitando funções sintáticas. - Distingue frases com diferentes valores aspetuais. - Analisa processos de coesão e de coerência textual. - Utiliza modalidades de reprodução do discurso.	15%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PORTUGUÊS LÍNGUA NÃO MATERNA - Nível A1

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Compreensão oral	• Reconhece palavras e expressões de uso corrente relativas ao contexto em que se encontra inserido, quando lhe falam de modo claro e pausado. • Identifica tópicos de mensagens breves produzidas pausadamente. • Retém linhas temáticas centrais de breves textos expositivos em registo áudio/vídeo.	15%
		Produção oral	• Explicita unidades de conteúdo de uso corrente ouvidas ou lidas. • Adequa o ritmo e a entoação aos diferentes tipos de frases: declarativa, exclamativa, interrogativa e imperativa.	15%
		Interação oral	• Faz perguntas, formula respostas breves a questões orais, formula/aceita/recusa um convite. • Pede/oferece/aceita/recusa ajuda. • Produz enunciados orais breves com o objetivo de se apresentar/apresentar outros. • Cumprimenta/despede-se; agradece/reage a um agradecimento. • Pede/aceita desculpas; felicita; pede autorização; manifesta incompreensão; descreve objetos e pessoas.	10%
		Leitura	• Identifica elementos icónicos, textuais e paratextuais (títulos, disposição do texto, parágrafos). • Identifica palavras-chave e infere o seu significado. • Extrai informação de textos adequados ao contexto textos de aprendizagem, com vocabulário de uso corrente. • Atribui significados a palavras e expressões a partir do contexto. • Reconhece analogias temáticas em excertos adequados ao contexto específico de aprendizagem. • Identifica a função dos conectores de adição e de ordenação.	10%

			• Recorre eficazmente a dicionários elementares da língua portuguesa. • Reconhece a estrutura do enunciado assertivo: padrões de ordem dos constituintes; verbos copulativos; verbos de estado; verbos de atestação; (apresentar-se, revelar, aparentar, mostrar...). • Constrói esquemas a partir de textos breves. • Compreende vocabulário científico de uso corrente. • Identifica a função dos principais verbos de instrução em provas e trabalhos (transcrever, indicar, sublinhar, apontar, destacar, assinalar, enumerar…).	
		Escrita	• Escreve textos adequados ao contexto específico de aprendizagem. • Planifica, através da escrita, textos com informação relacionada com o universo escolar. • Aplica as regras básicas de acentuação. • Domina o alfabeto, a pontuação e a paragrafação. • Constrói frases utilizando termos-chave recém-adquiridos. • Reescreve encadeamentos frásicos a partir de modelos dados.	20%
		Gramática	• Utiliza e reconhecer: nome, determinante, artigo, adjetivo qualificativo, pronomes pessoais (formas tónicas e átonas); pronomes interrogativos; determinantes e pronomes demonstrativos e possessivos; quantificadores; numerais; advérbios e locuções adverbiais de uso frequente. • Domina aspetos fundamentais da flexão verbal (presente, pretérito perfeito e futuro do modo indicativo) e referências temporais como os indicadores de frequência. • Reconhece e estruturar unidades sintáticas. • Reconhece frases simples. • Compreende e aplicar concordâncias básicas. • Constrói, de modo intencional, frases afirmativas e negativas. • Reconhece e usar palavras dos campos lexicais seguintes: dados pessoais, profissões, países / cidades, família, casa, estados físicos e psicológicos, saúde, corpo humano, refeições, cidade, escola, serviços, bancos, correios, organismos públicos, compras, vestuário e calçado.	15%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PORTUGUÊS LÍNGUA NÃO MATERNA - Nível A2

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Compreensão oral	• Compreende os tópicos essenciais de uma sequência falada e de uma sequência dialogal (interação quotidiana, debate, entrevista), quando o débito da fala é relativamente lento e claro. • Identifica a função das propriedades prosódicas (altura, duração, intensidade).	15%
		Produção oral	• Narra vivências, acontecimentos e experiências e formula planos, desejos, ambições e projetos. Explica gostos e opiniões. • Utiliza com relativa correção um repertório de rotinas e de fórmulas frequentes associadas a situações do quotidiano. • Prossegue um discurso livre de forma inteligível. • Descreve lugares, ações e estados físicos e emocionais. • Apresenta questões, problemas e conceitos, recorrendo a imagens. • Aperfeiçoa a fluência através de diálogos encenados e de pequenas dramatizações.	15%
		Interação oral	• Troca informação em diálogos relacionados com assuntos de ordem geral ou de • interesse pessoal: • Formula/aceita/recusa/fundamenta uma opinião; • Dá e aceita conselhos; • Faz e aceita propostas; • Descreve manifestações artísticas e atividades de tempos livres; • Dá e pede instruções; • Reage a instruções.	10%
		Leitura	• Compreende o sentido global, o conteúdo e a intencionalidade de textos de linguagem corrente. • Reconhece a sequência temporal dos acontecimentos em textos narrativos. • Identifica as funções dos conectores de causa, de consequência, de semelhança, de conclusão e de oposição. • Recorre eficazmente a dicionários de especialidade. • Reconhece itens de referência bibliográfica. • Identifica, em provas e trabalhos, os principais verbos de instrução (transcrever, indicar, sublinhar, apontar, destacar, assinalar, enumerar, justificar...).	10%
		Escrita	• Escreve textos sobre assuntos conhecidos ou de interesse pessoal. • Constrói sequências originais de enunciados breves. • Responde a questionários sobre temas diversos. • Participa em atividades de escrita coletiva.	20%

		Gramática	• Domina aspetos fundamentais da flexão verbal (pretérito imperfeito do indicativo, modo imperativo e presente do conjuntivo); • Aplica estruturas de coordenação de uso mais frequente; • Estabelecer relações semânticas entre palavras; • Agrupa, no texto, palavras da mesma família, do mesmo campo lexical e do mesmo campo semântico; • Reconhece equivalências e contrastes vocabulares; • Reconhece e usar palavras dos campos lexicais: pesos e unidades de medida, embalagens, rotina diária, meios de transporte, tempo, experiências pessoais, tempos livres, manifestações artísticas, país;	15%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PORTUGUÊS LÍNGUA NÃO MATERNA - Nível B1

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Compreensão oral	• Distingue informação específica e informação parcelar. • Compreende aspetos essenciais de discursos ouvidos em linguagem padrão. • Identifica o tema em diversas versões sobre a mesma questão.	15%
		Produção oral	• Elabora e reelabora um tópico a partir de um texto escrito ou oral. • Apresenta opiniões e pontos de vista, justificando. Reconta histórias a partir de um suporte oral ou escrito. Interpreta textos publicitários.	15%
		Interação oral	• Interage com espontaneidade em conversas quotidianas. • Discute ideias em contexto formal ou regulado. - Apresenta questões, problemas ou conceitos sem recurso a suporte de imagem. • Utiliza estratégias adequadas à abertura e ao fechamento do discurso, à concordância e à discordância. • Realiza operações para dar ou para tomar a palavra. • Retoma a palavra através da paráfrase. • Resume o conteúdo de uma conversa.	10%

		Leitura	• Identifica as principais linhas temáticas a partir da leitura de textos variados. • Reconhece analogias e contrastes em textos relativamente longos e complexos. • Distingue previsões de constatações. • Reconhece registos de língua (formal e não formal). • Diferencia os modos de relato do discurso (direto e indireto) e identifica os verbos declarativos. • Interpreta textos jornalísticos (notícias, apreciações críticas, entrevistas) e publicitários; textos autobiográficos; textos e fragmentos de textos literários de dimensão e vocabulário acessíveis.	10%
		Escrita	• Escreve textos adequados ao contexto específico de aprendizagem. • Planifica, através da escrita, textos com informação relacionada com o universo escolar; • Aplica as regras básicas de acentuação. • Domina o alfabeto, a pontuação e a paragrafação. • Constrói frases utilizando termos-chave recém-adquiridos. • Reescreve encadeamentos frásicos a partir de modelos dados.	20%
		Gramática	• Utiliza verbos regulares e irregulares nos modos indicativo, conjuntivo e imperativo, em frases de polaridade afirmativa e negativa. • Utiliza a perífrase verbal, a forma nominal e o infinitivo pessoal. • Reconhece os usos específicos dos verbos ser e estar. • Reconhece e utiliza corretamente as formas átonas dos pronomes pessoais. • Reconhece e utiliza preposições e locuções prepositivas de uso frequente; advérbios e locuções adverbiais com valor temporal; • Compreende os processos de formação de palavras (composição e derivação). • Reconhece e aplica relações de subordinação; orações completivas, concessivas, consecutivas, comparativas, causais, condicionais, finais e temporais.	15%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	15%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

INGLÊS – 10. º ANO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios		Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Escrita	**Compreensão Escrita / Produção e Interação Escrita / Uso da Língua (Reading/Writing and Use of English)**	**Compreensão escrita / Uso da Língua** • Identifica e reconhece diversos tipos de texto. • Descodifica palavras-chave/ideias presentes no texto. • Identifica o tipo e o contexto da mensagem. • Interpreta informação explícita, pontos de vista e intenções. • Aplica vocabulário, correção linguística e registo apropriados à situação comunicativa proposta. **Produção / Interação escrita** • Planifica e elabora uma atividade escrita. • Responde a questionários/inquéritos online ou noutro tipo de suporte. • Preenche formulários online. • Participa em fóruns.	45%
		Oralidade	**Compreensão Oral / Audiovisual (Listening)**	**Compreensão oral** • Compreende diálogos técnicos simples sobre a sua área de especialização. • Compreende e identifica as ideias principais em discursos, em diversos suportes. • Compreender discursos orais em diferentes formatos. • Seleciona informação relevante verbal e não verbal. • Infere o sentido da mensagem do discurso oral em diferentes formatos.	15%
			Produção e Interação Oral (Speaking)	**Produção oral** • Exprime-se oralmente, com correção, em diversas situações. • Apresenta trabalhos previamente preparados, usando marcas do discurso oral expressando-se sobre temas explorados em aula. • Expressa-se de forma articulada, com fluência, descrevendo, narrando e expondo pontos de vista. **Interação Oral** • Interage em diversas situações pedindo e dando informações. • Usa formas alternativas de expressão e compreensão. • Interage com eficácia progressiva, participando em conversas sobre a temática em estudo	20%
		Intercultural		• Desenvolve a consciência do seu universo sociocultural. • Relaciona a sua cultura de origem com outras culturas. • Demonstra capacidade de questionar atitudes estereotipadas perante outras sociedades e culturas. (Dado que o domínio intercultural apresenta um carácter transversal e estando subjacente aos diferentes domínios, a avaliação deste domínio será integrada nos restantes domínios.)	

	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

INGLÊS – 11. º ANO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**		**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Escrita	**Compreensão Escrita / Produção e Interação Escrita / Uso da Língua (Reading/Writing and Use of English)**	**Compreensão escrita/ Uso da Língua** • Identifica e reconhece diversos tipos de texto, recorrendo, de forma adequada, à informação disponível. • Descodifica palavras-chave/ideias presentes no texto, marcas do texto escrito que introduzem mudança de estratégia discursiva, de assunto e de argumentação. • Interpreta informação explícita e implícita, pontos de vista e intenções do autor. **Produção / Interação escrita** • Planifica e elabora uma atividade de escrita, de acordo com as convenções textuais e sociolinguísticas, dentro das áreas temáticas de cada módulo • Redige textos, de modo estruturado, atendendo à sua função e destinatário.	45%
		Oralidade	**Compreensão Oral / Audiovisual (Listening)**	**Compreensão oral** • Identifica caraterísticas de diferentes tipos de texto oral. • Identifica as ideias principais selecionando informação relevante verbal e não verbal. • Compreende diálogos técnicos sobre a sua área de especialização.	15%

			Produção e Interação Oral (Speaking)	**Produção oral** • Exprime-se de forma clara sobre as áreas temáticas apresentadas. • Produz, de forma articulada, enunciados para expor informações, usando elementos de coesão. • Descreve, narra e expressa pontos de vista. **Interação Oral** • Interage, com eficácia pedindo clarificação, recorrendo à reformulação do enunciado para o tornar mais compreensível, descrevendo situações, narrando acontecimentos, trocando opiniões, gostos e preferências.	20%
		Intercultural		• Reconhece e evidencia o conhecimento de realidades interculturais distintas. (Dado que o domínio intercultural apresenta um carácter transversal e estando subjacente aos diferentes domínios, a avaliação deste domínio será integrada nos restantes domínios.)	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**		• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania		• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem		• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

INGLÊS - 12. º ANO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**		**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Escrita	**Compreensão Escrita / Produção e Interação** **Escrita / Uso da Língua** **(Reading/Writing and Use of English)**	**Compreensão escrita/ Uso da Língua** • Seleciona informação pertinente em textos descritivos, narrativos, explicativos e argumentativos identificando vocabulário sobre os temas dos módulos. • Descodifica palavras-chave, ideias presentes no texto, marcas do texto escrito que introduzem mudança de estratégia discursiva, de assunto e de argumentação. • Interpretar informação explícita e implícita, pontos de vista e intenções do(a) autor(a). **Produção / Interação escrita** • Redige textos, de modo estruturado, atendendo à sua função e destinatário, integrando a sua experiência e mobilizando conhecimentos adquiridos. • Planificar e elabora uma atividade de escrita, de acordo com as convenções textuais e sociolinguísticas, dentro das áreas temáticas apresentadas em cada módulo.	45%

		Oralidade	**Compreensão Oral / Audiovisual (Listening)**	**Compreensão oral** • Reconhece as caraterísticas de diferentes tipos de texto oral. • Infere o sentido de mensagens específicas no texto oral. • Compreende diálogos técnicos complexos sobre a sua área de especialização.	15%
			Produção e Interação Oral **(Speaking)**	**Produção oral** • Exprime-se, de forma clara, sobre as áreas temáticas apresentadas. • Produz, de forma articulada, enunciados para expor informações, usando elementos de coesão. • Descreve, narra e expressa pontos de vista. **Interação Oral** • Interage, pedindo clarificação, recorrendo à reformulação do enunciado para o tornar mais compreensível.	20%
		Intercultural		Reconhece e evidencia o conhecimento de realidades interculturais distintas. (Dado que o domínio intercultural apresenta um carácter transversal e estando subjacente aos diferentes domínios, a avaliação deste domínio será integrada nos restantes domínios.)	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**		• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania		• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem		• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ÁREA DE INTEGRAÇÃO – 10º ANO – Módulos 1 e 2

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1 **Analisar a articulação entre cultura e indivíduo, seja no autoconhecimento, espaço regional ou aldeia global**	**Módulo 1 – O Sujeito cultural e religioso** • Explora a noção de personalidade no cruzamento entre o hereditário (biológico) e o adquirido (cultural). • Relaciona a integração social dos indivíduos com os processos de socialização realizados através de agentes sociais como a família, a escola, os pares e os meios de comunicação social. • Reflete sobre o papel dos padrões de cultura e da aculturação como indutores de comportamentos grupais. • Infere de que forma a opinião do outro condiciona e controla os comportamentos individuais.	40%

		D1 **Analisar as mudanças da família ao longo do espaço e do tempo, identificando a importância do trabalho e o papel das organizações internacionais**	• Caracteriza a região em que se insere a escola quanto aos aspetos naturais (clima, hipsometria, hidrografia, fauna e flora) e humanos (património cultural, população e atividades económicas), a partir da elaboração e interpretação de mapas (analógicos e/ou digitais) e de gráficos. • Associa aspetos da paisagem à identidade local, inventariando exemplos do património local, costumes e tradições que representem elementos identitários da região em que a escola se insere. • Caracteriza a multifuncionalidade da paisagem da região em que a escola se insere, partindo de estudos de caso. • Reconhece a necessidade de implementar estratégias que visem a valorização da região, inventariando os recursos endógenos e promovendo práticas sustentáveis que conduzam à tomada de consciência da importância de conciliar o moderno e o tradicional no sentido do desenvolvimento regional. • Identifica manifestações religiosas em contexto local e regional constantes nos hábitos e costumes das populações: artes e ofícios, festas, romarias, entre outros. • Compreende que o fenómeno religioso é universal, traduzindo- -se em distintas crenças e cultos: do animismo ao monoteísmo ocidental. • Problematiza o diálogo inter-religioso e o diálogo entre as religiões e a ciência, à luz das vivências da sociedade contemporânea. **Módulo 2 – O Sujeito comunicacional, empreendedor e ético** • Explica a comunicação como um processo não linear que envolve emissor, recetor, código e mensagem, permitindo um sistema circular de ações e reações, estímulos e respostas. • Infere que as regras sociais condicionam as formas de comunicação, de acordo com o meio envolvente em que se inscrevem. • Interage tendo em conta a dimensão argumentativa (tese, argumento, orador e auditório) e persuasora do ato comunicativo. • Analisa os efeitos das novas tecnologias na natureza e conteúdo do trabalho, nomeadamente ao nível das formas de emprego. • Reconhece a importância da formação ao longo da vida e da formação para a sociedade da informação. – Relaciona os diferentes tipos de desemprego com a falta de qualificação dos trabalhadores, reconhecendo a importância do capital humano no desenvolvimento do país. – Conhece algumas determinantes do funcionamento do mercado de trabalho setorial/local, em especial relativamente a parâmetros inovadores. – Analisa os elementos fundamentais para ser empreendedor. – Reconhece a importância, na atualidade, do empreendedorismo social enquanto resposta a desafios sociais. – Identifica as medidas de apoio ao empreendedorismo e à criação do próprio emprego - PAECPE. – Aplica a noção de valor na compreensão das diferentes opções individuais e sociais. – Assume posições fundamentadas, a partir da discussão sobre a natureza dos valores (objetividade e subjetividade), em discussões onde se confronte a existência de cartas universais de direitos face à existência de sociedades culturalmente diversas.	

			– Utiliza princípios éticos (princípio deontológico e princípio utilitarista) para justificar uma ação a partir de um critério ético. – Age enquanto cidadão, tendo compreensão do papel do Estado e da lei. – Relaciona a ação do Estado com princípios de justiça. • Mobiliza criticamente conhecimento sobre a relação entre as ações do Estado e as liberdades individuais para tomar decisões conscientes e responsáveis.	
		D2 Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e vocabulário cuidado em descrições orais e escritas • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ÁREA DE INTEGRAÇÃO – 11º ANO – Módulos 3 e 4

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1 Reconhecer que a nossa relação com a natureza implica empenhamento e compromisso, caracterizando a identidade regional e compreendendo a universalidade do fenómeno religioso	**Módulo 3 – O Sujeito Bioecológico** • Relaciona a produção de desperdícios da atividade humana com várias formas de poluição, pesquisando e selecionando informação de diferentes fontes. • Investiga situações de degradação ambiental, a partir da aplicação de metodologias de resolução de problemas, detetando casos de défice ecológico à escala local e/ou regional. • Problematiza os impactos do esgotamento de recursos naturais e da degradação ambiental, debatendo a necessidade de promoção de uma ecocidadania multiescalar. • Reflete sobre possíveis soluções e/ou medidas de mitigação para os principais problemas ambientais, ajustadas à promoção de um desenvolvimento sustentável, ilustrando casos concretos. • Caracteriza a região em que se insere a escola quanto aos aspetos naturais (clima, hipsometria, hidrografia, fauna e flora) e humanos (património cultural, população e atividades económicas), a partir da elaboração e interpretação de mapas (analógicos e/ou digitais) e de gráficos.	40%

		D1 **Analisar a temática da democracia nas suas vantagens e limitações, compreendendo a importância da integração de Portugal na EU e das economias globais**	• Associa aspetos da paisagem à identidade local, inventariando exemplos do património local, costumes e tradições que representem elementos identitários da região em que a escola se insere. • Caracteriza a multifuncionalidade da paisagem da região em que a escola se insere, partindo de estudos de caso. • Reconhece a necessidade de implementar estratégias que visem a valorização da região, inventariando os recursos endógenos e promovendo práticas sustentáveis que conduzam à tomada de consciência da importância de conciliar o moderno e o tradicional no sentido do desenvolvimento regional. • Identifica manifestações religiosas em contexto local e regional constantes nos hábitos e costumes das populações: artes e ofícios, festas, romarias, entre outros. • Compreende que o fenómeno religioso é universal, traduzindo- -se em distintas crenças e cultos: do animismo ao monoteísmo ocidental. • Problematiza o diálogo inter-religioso e o diálogo entre as religiões e a ciência, à luz das vivências da sociedade contemporânea. **Módulo 4 – A Construção da Democracia** • Compreende que as sociedades humanas são constituídas por grupos e modelos politicamente organizados. • Problematiza o conceito de democracia, relacionando-o com o contexto histórico em análise. • Relaciona os modelos políticos implementados em Portugal e as suas repercussões, no contexto da construção da democracia nas sociedades ocidentais desde a Primeira República Portuguesa até à Revolução de 25 de abril de 1974 e à descolonização. • Reconhece a importância dos valores de democracia e cidadania para a formação de uma consciência cívica e participação responsável na sociedade democrática. • Promove o respeito pela multiculturalidade, o reconhecimento e valorização da diversidade étnica, ideológica e cultural. • Localiza num mapa da Europa os países da UE e as suas capitais. • Analisa a diversidade dos países da UE relativamente a aspetos naturais e humanos. Identificar aspetos da presença da UE no quotidiano dos portugueses. • Identifica os programas da UE direcionados para a juventude, para a formação e para o setor onde se enquadra o curso frequentado. • Refere oportunidades e desafios da integração europeia para Portugal e/ou para a região onde a escola está inserida. • Identifica as etapas da internacionalização da produção e da economia. • Analisa o papel das empresas transnacionais na economia atual. • Reconhece as diferenças de desenvolvimento humano, que atestam contrastes no mundo atual.	
		D2 **Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos**	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e vocabulário cuidado em descrições orais e escritas • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%

	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ÁREA DE INTEGRAÇÃO – 12º ANO – Módulos 5 e 6

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1 **Reconhecer que o ser humano está organizado socialmente e integrado no espaço europeu com uma variedade/globalidade de culturas que pode defini-lo.**	**Módulo 5 – A construção social** • Analisa diferentes formas de organização social. • Compreende que as mudanças que ocorrem na organização social dependem e implicam ruturas político-ideológicas. • Compreende a existência de continuidades e ruturas no processo histórico, estabelecendo relações de causalidade e de consequência. • Reconhece que a diversidade social é um fator estruturante das sociedades ocidentais. • Promove o respeito pela diferença, reconhecendo e valorizando a diversidade étnica, ideológica, cultural e sexual, existente na sociedade. • Localiza num mapa da Europa os países da UE e as suas capitais. • Analisa a diversidade dos países da UE relativamente a aspetos naturais e humanos. • Identifica aspetos da presença da UE no quotidiano dos portugueses. • Identifica programas da UE direcionados para a juventude, para a formação e para o setor onde se enquadra o curso frequentado. • Refere oportunidades e desafios da integração europeia para Portugal e/ou para a região onde a escola está inserida. • Identifica as dimensões da globalização. • Explicita em que consiste a globalização da economia. • Explicita em que consiste a globalização cultural, destacando o papel dos meios de comunicação da difusão cultural. • Relacionar globalização com padrões de consumo, vida pessoal e estilos de vida. **Módulo 6 – A Comunicação e a construção dos indivíduos** • Investiga a evolução das ideias sobre o lugar da Terra e do ser humano no Cosmos identificando algumas teorias e modelos formulados.	40%

		D1 **Compreender que o ser humano não seria o que é sem a Terra (reconhecendo os seus aspetos mais relevantes), sem a União Europeia e sem os diferentes saberes/conhecimentos que estão à sua disposição, nomeadamente a ciência.**	• Reconhece aspetos da evolução do planeta Terra, recolhendo e selecionando informação relativa a alguns aspetos físicos (geológicos, climáticos, geomorfológicos e biomas), disponibilizada em diferentes fontes documentais. • Compara tempos e ritmos de evolução de alguns fenómenos terrestres, analisando a desigual duração do dia natural ao longo do ano, as marés originadas pelos efeitos gravitacionais do sol e da lua, entre outros. • Identifica teorias relativas ao aparecimento do ser humano na Terra, considerando a evolução biológica, como seja, a teoria evolutiva de Darwin. • Enquadra historicamente o surgimento da UE. • Refere as instituições da UE e as suas principais funções. • Identifica os direitos e deveres envolvidos na cidadania europeia. • Explicita as oportunidades e desafios que, na atualidade, se colocam à zona euro e à UE, problematizando, entre outros, o relançamento do projeto europeu, os problemas económicos, a globalização e as alterações climáticas. • Diferencia conhecimento científico de não científico, realçando as características do primeiro, em particular a sua racionalidade. • Infere o caráter construído da representação científica do real pela utilização de métodos e técnicas de investigação científica. • Distingue diferentes tipos de ciência a partir da natureza dos seus objetos de estudo. • Mobiliza conhecimentos de diferentes Temas/Problemas e/ou disciplinas para identificar situações do quotidiano, à escala mundial, que foram transformados pela aplicação do conhecimento científico. • Discute o impacto ético e político das práticas científicas e tecnológicas, inferindo a necessidade de os cidadãos possuírem uma cultura científica que os tornem capazes de tomar decisões responsáveis.	
		D2 **Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos.**	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados. • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e vocabulário cuidado em descrições orais e escritas. • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO - 10.º ANO
Módulo 1 – Pesquisar, Filtrar e Estruturar Informação e Conteúdos em Ambientes Digitais

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	**Literacia da Informação e dos Dados**	• Utiliza o computador e outros dispositivos digitais como ferramentas de apoio ao processo de investigação e de pesquisa em ambientes digitais. • Conhece as potencialidades e as principais funcionalidades de ferramentas para localizar informação, no âmbito do processo de pesquisa e investigação em ambientes digitais. • Formula questões que permitem orientar a recolha e a filtragem de informações pertinentes. • Realiza pesquisas, utilizando palavras-chave e termos selecionados e relevantes, de acordo com o tema a desenvolver. • Analisa, compara e avalia criticamente a qualidade e a credibilidade da informação. • Respeita os direitos de autor e as licenças e compreende como se aplicam à informação e aos conteúdos digitais. • Utiliza as potencialidades e as características das aplicações digitais para estruturar os conteúdos em documentos no modelo de relatório ou outro, nomeadamente, nas partes que o constituem (como, capa, índice, introdução, desenvolvimento, conclusão e referências bibliográficas), devidamente formatados de acordo com uma norma. • Comunica e colabora utilizando as potencialidades e características das aplicações digitais, para estruturar os conteúdos em documentos de suporte a uma apresentação ou interação através de tecnologias digitais.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO - 10.º ANO
Módulo 2 - Organização e Tratamento de Dados

Áreas de		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	**Literacia da Informação e dos Dados**	• Formula questões que permitem orientar a pesquisa e a recolha de dados pertinentes. • Reconhece as potencialidades de aplicações digitais que propiciam a pesquisa, a recolha, a análise, a organização e a representação de dados e estatística. • Utiliza as potencialidades e as características das aplicações digitais para pesquisa, recolha, organização e representação de dados, nas suas múltiplas funções. • Respeita os direitos de autor e as licenças e compreende como se aplicam aos dados e aos conteúdos digitais.	80%

			• Protege informação pessoalmente identificável, obtida no processo de pesquisa e de recolha dos dados. • Manipula dados, aplicando critérios, funções e filtros para gerar tabelas, gráficos e diagramas com as aplicações digitais de representação de dados. • Usa as aplicações digitais de representação de dados de forma racional e eficaz, para criar conteúdos, em situações concretas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO - 10.º ANO
Módulo 3 - Aquisição e Tratamento de Imagem

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Criação de Conteúdos e Desenvolvimento de Soluções	• Compreende e utiliza técnicas elementares (enquadramento e ângulos, entre outras) de captação e de edição de imagem. • Respeita as normas dos direitos de autor associados à utilização da imagem. • Reconhece as potencialidades dos programas de aquisição e de tratamento de imagem. • Utiliza aplicações de edição de imagem. • Cria e edita imagens, identificando os respetivos formatos dos ficheiros. • Sabe realizar operações de manipulação e de edição de imagem. • Cria conteúdos, integrando imagens em soluções concretas.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO - 10.º ANO
Módulo 4 – Edição de som e vídeo

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	**Criação de Conteúdos e Desenvolvimento de Soluções**	• Conhece os diversos formatos de ficheiros de áudio e de vídeo. • Identifica as fases do processo de autoria de vídeo – pré-produção, produção e pós-produção. • Reconhece o enquadramento de planos e os ângulos de captação de vídeo. • Cria um guião com narrativa para vídeo. • Capta e edita som, de forma a produzir o áudio para vídeo. • Capta e edita vídeo. • Cria conteúdos, integrando som e vídeo em situações concretas.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

EDUCAÇÃO FÍSICA - 10.º, 11.º e 12.º para os cursos que iniciam no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Módulos		Descritores de Aprendizagem	Ponderação
		Conhecimentos/ Atividades Físicas	**Jogos Desportivos Coletivos (JDC) -** Módulos a estruturar: JDC I; JDC II; JDC III / Matérias: Andebol; Basquetebol; Futebol; Voleibol			80%
			JDC I 10º Ano	O nível Introdução de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol (escolher uma matéria)	**Andebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo: início e recomeço do jogo; formas de jogar a bola; violações por dribles e passos; violações da área de baliza; infrações à regra de conduta com o adversário e respetivas penalizações. Em situação de jogo de Andebol 5: passa e recebe em corrida, recebe e remata em salto, dribla e remata em salto, acompanha o jogador com e sem bola e interceta. **Basquetebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: formas de jogar a bola, início e recomeço do jogo, bola fora, passos, dribles, bola presa e faltas pessoais, adequando as suas ações a esse conhecimento. Em situação de jogo 3x3 e 5x5: passa (de peito e picado) e recebe a bola, faz paragens e rotações sobre um apoio, lança na passada e parado, faz drible de progressão, e faz mudanças de direção	

					e de mão pela frente. **Futebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das ações técnico-táticas e as regras: início e recomeço do jogo, marcação de golos, bola fora, lançamento pela linha lateral, lançamento de baliza, principais faltas, marcação de livres e de grande penalidade. Em situação de jogo 4X4 e em exercícios critério, realiza com correção global, receção de bola, remate, condução de bola, passe, desmarcação, marcação e cabeceamento. **Voleibol:** Conhece o objetivo do jogo, identifica e discrimina as principais ações que o caracterizam: serviço, passe, receção e finalização, bem como as regras essenciais do jogo de voleibol: dois toques, transporte, violação da linha divisória, rotação ao serviço, número de toques consecutivos por equipa, toque na rede. Em situação de exercício em grupos de quatro, coopera com os companheiros para manter a bola no ar, utiliza o passe a manchete consoante a trajetória da bola; Em situação de exercício, serve por baixo.	
			JDC II 11º Ano	O nível Introdução de outro jogo que não o selecionado no módulo anterior		
			JDC III 12º Ano	O nível Elementar de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol	**Andebol:** Adequa a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo, adequando as suas ações a esse conhecimento, quer como jogador quer como árbitro; Em situação de jogo 5x5 e 7x7 e em exercícios critério, realiza com oportunidade e correção global, as ações referidas no programa introdução e ainda: remate em suspensão, remate em apoio, fintas, mudanças de direção e deslocamentos ofensivos, posição base defensiva, colocação defensiva, deslocamentos defensivos, desarme, “marcação de controlo” e “marcação de vigilância”. **Basquetebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras referidas no programa introdução e ainda a regra dos três segundos; Realiza com correção e oportunidade, no jogo e em exercícios critério, as ações referidas no programa Introdução e ainda: fintas de arranque em drible, receção-enquadramento, lançamento em salto, drible de progressão com mudanças de direção pela frente, drible de proteção, passe com uma mão, passe e corte, ressalto, posição defensiva básica, enquadramento defensivo, mudanças de direção entre pernas e por trás das costas, lançamento com interposição de uma perna, arranque em drible (direto ou cruzado). **Futebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras definidas no programa Introdução e ainda a noção canto e pontapé de canto, adequando as suas ações a esse conhecimento. Em situação de jogo 5x5 ou 7x7 e em exercícios critério, realiza com oportunidade e correção	

					global, as ações referidas no programa introdução e ainda: remate de cabeça, condução de bola, drible e finta. Voleibol: Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo definidas no programa Introdução e ainda: violação da rede formas de jogar a bola, bola fora, faltas no serviço, e sistema de pontuação, adequando a sua ação a esse conhecimento; Em situação de jogo 4x4 e em exercícios critério, realiza com correção e oportunidade, as ações técnico-táticas referidas no programa Introdução e ainda as técnicas de: passe alto de frente, manchete, serviço por baixo, serviço por cima, remate em apoio, passe alto de costas e remate com salto.	
			Ginástica (GIN) Módulos a estruturar: GIN I; GIN II; GIN III / Matérias: Ginástica dno solo; Ginástica de aparelhos; Ginástica Acrobática			
			GIN I 10º Ano	O nível Introdução da Ginástica de Solo e o nível Introdução de um aparelho da Ginástica de Aparelho	**Ginástica no solo:** combina as habilidades em sequências, realizando cambalhota à frente engrupada, cambalhota à frente num plano inclinado com as pernas afastadas e em extensão, cambalhota à retaguarda com as pernas afastadas e em extensão, cambalhota à retaguarda engrupada, passagem por pino partindo da posição de deitado ventral no plinto, seguido de cambalhota à frente, subida para pino apoiando as mãos no colchão e os pés num plano vertical, terminando em cambalhota à frente, roda, com apoio alternado das mãos na cabeça do plinto (transversal) e posições de flexibilidade variadas. **Ginástica de aparelho (escolher um aparelho):** Coopera com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material. *Boque ou plinto:* Salto de eixo, com os membros inferiores estendidos, salto entre-mãos, cambalhota à frente no plinto longitudinal; *Minitrampolim*: Salto em extensão (vela), salto engrupado, meia pirueta vertical (para a direita e para a esquerda); *Trave baixa:* Em equilíbrio elevado, realiza um encadeamento das seguintes habilidades: marcha à frente e atrás olhando em frente, marcha na ponta dos pés, atrás e à frente, meia-volta, com balanço de uma perna e salto a pés juntos, com flexão de pernas durante o salto.	
			GIN II 11º Ano	O nível Elementar da Ginástica no Solo e o nível de Introdução de outro aparelho da Ginástica de Aparelhos	**Ginástica no solo:** Elabora, realiza e aprecia uma sequência de habilidades no solo, designadamente: cambalhota à frente, com as pernas estendidas, afastadas ou unidas, cambalhota à frente saltada, cambalhota à retaguarda com as pernas unidas e estendidas, pino de braços, terminando em cambalhota à frente, roda, avião, posições de flexibilidade (ponte, espargata frontal e lateral, rã, etc.), saltos, voltas e afundos em várias direções.	
			GIN III 12º Ano	O nível Introdução da Ginástica Acrobática	**Ginástica acrobática:** Conhece e efetua com correção técnica as pegas, os montes e desmontes; Combina numa coreografia a par, utilizando diversas destrezas gímnicas, com os seguintes elementos técnicos: base em posição de deitado dorsal e o volante em prancha facial; base	

					sentado e o volante executa um pino; base com um joelho no chão e outra perna fletida suporta o volante em equilíbrio num dos pés; cambalhota à frente a dois (tank); base de joelhos, sentado sobre os pés e o volante em equilíbrio de pé nos ombros; Em situação de exercício em trios, realizam os seguintes elementos técnicos: 2 bases em posição de deitado dorsal em oposição, seguram o volante em prancha dorsal; 2 bases, frente a frente, em posição de afundo, seguram o volante que realiza um equilíbrio em pé nas coxas dos bases; 2 bases, frente a frente, de joelhos sentados sobre os pés, sustentam o volante em pino sobre as suas coxas; 2 bases, com pega de cotovelos, suportam o volante em prancha facial, após impulso dos bases, o volante efetua um voo, para receção equilibrada nos braços dos bases.	
			Outras atividades Físicas Desportivas (Atletismo/Raquetas/Patinagem – ARP) Módulos a estruturar: ARP I; ARP II (Matérias: Atletismo; Badminton; Ténis de mesa; Patinagem			
			ARP I 10º Ano	O nível Introdução do Atletismo ou de um Desporto de Raquetas ou da Patinagem (escolher uma das matérias)	**Atletismo:** Efetua uma corrida de velocidade de 40 metros, com partida de pé; efetua uma corrida de estafetas de 4x50 metros; realiza uma corrida (curta distância), transpondo pequenos obstáculos (separados entre si a distâncias variáveis); salta em altura com técnica de tesoura, com quatro a seis passadas de balanço; lança a bola (tipo hóquei ou ténis) dando três passadas de balanço em aceleração progressiva, com o braço fletido e o cotovelo mais alto que o ombro (na direção do lançamento); lança de lado e sem balanço, o peso de 2/3 Kg, apoiado na parte superior dos metacarpos e nos dedos, junto ao pescoço. **Badminton:** Conhece o objetivo do jogo, a sua regulamentação básica e a pontuação do jogo de singulares e identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada dos seguintes tipos de batimento: clear, lob, serviço curto e serviço comprido. **Ténis de mesa:** Conhece o objetivo do jogo, a sua regulamentação básica e a pontuação do jogo de singulares, identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada das pegas da raqueta; Em situação de exercício, coopera com o companheiro, batendo e devolvendo a bola o máximo número de vezes; posiciona-se corretamente, mantém a pega correta da raqueta, pega clássica (shakehand); inicia o jogo, deixando cair a bola na mesa; devolve a bola, devolução simples à esquerda e à direita; em situação de exercício de ténis de mesa, executa o serviço curto e comprido, colocando a bola para além da rede.	
			ARP II 11º Ano	O nível Introdução de outra matéria não selecionada no módulo anterior		
			Atividades de Exploração Natureza (AEN) Módulo a estruturar: Atividades de Exploração Natureza **Matérias:** Orientação; Natação			
			AEN I 12º ano	O nível Introdução de uma matéria das Atividades de Exploração da Natureza	**Orientação:** Realiza um percurso de orientação simples, a par, num espaço apropriado; identifica no percurso a simbologia básica inscrita na carta; orienta o mapa corretamente, segundo os pontos cardeais e/ou outros pontos de referência; identifica, de acordo com pontos de referência, a sua localização no espaço envolvente e no mapa; realiza um percurso na escola, em equipa, com o cartão de controlo preenchido corretamente, utilizando a bússola e o seu	

					passo para determinar corretamente direções e distâncias. **Natação:** Em piscina com pé, em situação de exercício ou de jogo, utilizando objetos variados, flutuantes e submersos: coordena a inspiração/expiração; flutua em equilíbrio, em diferentes posições; combina as posições de flutuação em sequências; desloca-se à superfície, coordenando ações propulsivas simples de pernas e braços com a respiração; salta para a piscina, partindo de posições e apoios variados.	
			Dança (DAN) Módulos a estruturar: DAN I; DAN II; DAN III / Matérias: Danças sociais; Danças tradicionais portuguesas			
			DAN I 10º Ano	Uma dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas	**Danças sociais:** *Nas danças latino-americanas/não progressivas - Merengue e Rumba quadrada,* mantém uma postura natural, com a cabeça levantada e no enquadramento dos ombros distinguindo "Posição Fechada" de "Posição Aberta" e identificando as posições relativas e pegas a utilizar quando em "Posição Aberta"; realiza sequências de passos/figuras; e seleciona com antecipação, do reportório desenvolvido, os passos/figura a executar; *Nas danças sociais modernas/progressivas – Valsa Lenta (simplificada) e Foxtrot Social (simplificado)*, em situação de dança a pares: domina a noção de alinhamento espacial distinguindo os pontos referenciais do espaço físico e identificando "sentido inverso" como o sentido obrigatório em danças progressivas; domina e mantém no decorrer dos passos/figuras a "Posição Fechada", mantendo uma postura natural, com a cabeça levantada e no enquadramento dos ombros; realiza sequências de passos/figuras dominando princípios básicos de condução, tanto no papel de "condutor" como de "seguidor"; **Danças tradicionais:** Conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características, bem como as zonas geográficas a que pertencem; Dança o *Regadinho*, a *Erva-cidreira* (simplificada, sem escovinha) e o *Sariquité* ou outras danças com as mesmas características (passo de passeio, passo saltado, passo saltitado e passo corrido) selecionadas pelo professor, respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.	
			DAN II 11º Ano	Outra dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas		
			DAN III 12º Ano	Uma dança do nível Elementar das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas	**Danças sociais:** Analisa a sua ação e as dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento; *Nas Danças Latino-Americanas/não progressivas – Rumba Quadrada, Chá-Chá-Chá, Rock(forma simplificada do Jive) e Salsa (progressões)*, em situação de dança a pares: mantém uma postura natural, com os ombros descontraídos, distinguindo "Posição Fechada sem contacto" de "Posição Aberta" e identificando as posições relativas e pegas a utilizar quando em "Posição Aberta"; realiza sequências de passos/figuras utilizando princípios básicos de condução nomeadamente para início e final de "Posição de Promenade Aberta" e de "Posição de Contra Promenade Aberta", tanto no papel de "condutor", como de "seguidor"; seleciona com antecipação, do reportório desenvolvido, os passos/figuras a executar à sua vontade e mediante a disponibilidade de espaço, mantendo a estrutura rítmica.	

					Danças tradicionais: Analisa a sua ação e as dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento; conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características, bem como as zonas geográficas a que pertencem; dança a *Vai de Roda Siga a Roda* (simplificada, só com a roda grande), o *Malhão Minhoto* e o *Tacão e Bico* ou outras danças com as mesmas características (passo gingão lateral, passo serrado, passo de malhão e passo tacão e bico), selecionadas pelo professor, respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.		
			Desenvolvimento das capacidades motoras, condicionais e coordenativas (no decorrer dos 3 anos) Módulo a estruturar: Aptidão Física (AF)				
			Aptidão Física	Resistência, força, velocidade, flexibilidade e destreza geral	Revela capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa de Fitescola, para a sua idade e sexo – vaivém, senta e alcança e força abdominal. No vaivém, realiza o número de percursos indicado na tabela de referência para o seu género e idade. Na força abdominal, realiza o número de abdominais indicado na tabela de referência para o seu género e idade. No senta e alcança, realiza o número de centímetros indicados na tabela de referência para o seu género e idade.	**Média das classificações dos 3 anos.** (Vaivem – 60%, Abdominal – 10%, Senta e alcança – 30%).	
			Conhecimentos sobre condição física e contextos onde se realizam as atividades físicas (Atividades Físicas, Contextos e Saúde – AFCS) Módulos a estruturar: AFCS I; AFCS II; AFCS III				
			AFCS I 10º Ano	Objetivos 1, 2 e 3 do Programa	Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente; Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, tais como doenças, lesões, substâncias dopantes e condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança; Identifica fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.		

			AFCS II 11º Ano	Objetivos 4 e 5 do Programa	Conhece processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a Saúde, tais como: dores, mal-estar, dificuldades respiratórias, fadiga e recuperação difícil; Compreende, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: identificando as características que lhe conferem essa dimensão; reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam; e distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.	
			AFCS III 12º Ano	Objetivos 6 e 7 do Programa	Identifica o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar; Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas "perversões", nomeadamente: a especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces; a dopagem e os riscos de vida e/ou saúde; a violência (dos espectadores e dos atletas) vs espírito desportivo; a corrupção vs verdade desportiva.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**			• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania			• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem			• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

EDUCAÇÃO FÍSICA - 10.º, 11.º E 12.º ANO (para os cursos que terminam no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecim**	**Domínios**	**Módulos**		**Descritores de Aprendizagem**	**Ponderação**
		Conhecimentos/ Atividades Físicas	**Jogos Desportivos Coletivos (JDC) -** Módulos a estruturar: JDC I; JDC II; JDC III / Matérias: Andebol; Basquetebol; Futebol; Voleibol			80%
			JDC I 10º Ano	O nível Introdução de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol (escolher uma	**Andebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo: início e recomeço do jogo; formas de jogar a bola; violações por dribles e passos; violações da área de baliza; infrações à regra de conduta com o adversário e respetivas penalizações. Em situação de jogo de Andebol 5: passa e recebe em corrida, recebe e remata em salto, dribla	

				matéria)	e remata em salto, acompanha o jogador com e sem bola e interceta. **Basquetebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: formas de jogar a bola, início e recomeço do jogo, bola fora, passos, dribles, bola presa e faltas pessoais, adequando as suas ações a esse conhecimento. Em situação de jogo 3x3 e 5x5: passa (de peito e picado) e recebe a bola, faz paragens e rotações sobre um apoio, lança na passada e parado, faz drible de progressão, e faz mudanças de direção e de mão pela frente. **Futebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das ações técnico-táticas e as regras: início e recomeço do jogo, marcação de golos, bola fora, lançamento pela linha lateral, lançamento de baliza, principais faltas, marcação de livres e de grande penalidade. Em situação de jogo 4X4 e em exercícios critério, realiza com correção global, receção de bola, remate, condução de bola, passe, desmarcação, marcação e cabeceamento. **Voleibol:** Conhece o objetivo do jogo, identifica e discrimina as principais ações que o caracterizam: serviço, passe, receção e finalização, bem como as regras essenciais do jogo de voleibol: dois toques, transporte, violação da linha divisória, rotação ao serviço, número de toques consecutivos por equipa, toque na rede. Em situação de exercício em grupos de quatro, coopera com os companheiros para manter a bola no ar, utiliza o passe a manchete consoante a trajetória da bola; Em situação de exercício, serve por baixo.	
			JDC II 11º Ano	O nível Introdução de outro jogo que não o selecionado no módulo anterior		
			JDC III 12º Ano	O nível Elementar de Voleibol ou Andebol ou Futebol ou Basquetebol	**Andebol:** Adequa a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo, adequando as suas ações a esse conhecimento, quer como jogador quer como árbitro; Em situação de jogo 5x5 e 7x7 e em exercícios critério, realiza com oportunidade e correção global, as ações referidas no programa introdução e ainda: remate em suspensão, remate em apoio, fintas, mudanças de direção e deslocamentos ofensivos, posição base defensiva, colocação defensiva, deslocamentos defensivos, desarme, “marcação de controlo” e “marcação de vigilância”. **Basquetebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras referidas no programa introdução e ainda a regra dos três segundos; Realiza com correção e oportunidade, no jogo e em exercícios critério, as ações referidas no programa Introdução e ainda: fintas de arranque em drible, receção-enquadramento, lançamento em salto, drible de progressão com mudanças de direção pela frente, drible de proteção, passe com uma mão, passe e corte, ressalto, posição defensiva básica,	

					enquadramento defensivo, mudanças de direção entre pernas e por trás das costas, lançamento com interposição de uma perna, arranque em drible (direto ou cruzado). **Futebol:** Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as suas principais regras definidas no programa Introdução e ainda a noção canto e pontapé de canto, adequando as suas ações a esse conhecimento. Em situação de jogo 5x5 ou 7x7 e em exercícios critério, realiza com oportunidade e correção global, as ações referidas no programa introdução e ainda: remate de cabeça, condução de bola, drible e finta. Voleibol: Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo definidas no programa Introdução e ainda: violação da rede formas de jogar a bola, bola fora, faltas no serviço, e sistema de pontuação, adequando a sua ação a esse conhecimento; Em situação de jogo 4x4 e em exercícios critério, realiza com correção e oportunidade, as ações técnico-táticas referidas no programa Introdução e ainda as técnicas de: passe alto de frente, manchete, serviço por baixo, serviço por cima, remate em apoio, passe alto de costas e remate com salto.	
			Ginástica (GIN) Módulos a estruturar: GIN I; GIN II; GIN III / Matérias: Ginástica dno solo; Ginástica de aparelhos; Ginástica Acrobática			
			GIN I 10º Ano	O nível Introdução da Ginástica de Solo e o nível Introdução de um aparelho da Ginástica de Aparelho	**Ginástica no solo:** combina as habilidades em sequências, realizando cambalhota à frente engrupada, cambalhota à frente num plano inclinado com as pernas afastadas e em extensão, cambalhota à retaguarda com as pernas afastadas e em extensão, cambalhota à retaguarda engrupada, passagem por pino partindo da posição de deitado ventral no plinto, seguido de cambalhota à frente, subida para pino apoiando as mãos no colchão e os pés num plano vertical, terminando em cambalhota à frente, roda, com apoio alternado das mãos na cabeça do plinto (transversal) e posições de flexibilidade variadas. **Ginástica de aparelho (escolher um aparelho):** Coopera com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material. *Boque ou plinto:* Salto de eixo, com os membros inferiores estendidos, salto entre-mãos, cambalhota à frente no plinto longitudinal; *Minitrampolim*: Salto em extensão (vela), salto engrupado, meia pirueta vertical (para a direita e para a esquerda); *Trave baixa:* Em equilíbrio elevado, realiza um encadeamento das seguintes habilidades: marcha à frente e atrás olhando em frente, marcha na ponta dos pés, atrás e à frente, meia-volta, com balanço de uma perna e salto a pés juntos, com flexão de pernas durante o salto.	
			GIN II 11º Ano	O nível Elementar da Ginástica no Solo	**Ginástica no solo:** Elabora, realiza e aprecia uma sequência de habilidades no solo, designadamente: cambalhota à frente, com as pernas estendidas, afastadas ou unidas,	

				e o nível de Introdução de outro aparelho da Ginástica de Aparelhos	cambalhota à frente saltada, cambalhota à retaguarda com as pernas unidas e estendidas, pino de braços, terminando em cambalhota à frente, roda, avião, posições de flexibilidade (ponte, espargata frontal e lateral, rã, etc.), saltos, voltas e afundos em várias direções.	
			GIN III 12º Ano	O nível Introdução da Ginástica Acrobática	**Ginástica acrobática:** Conhece e efetua com correção técnica as pegas, os montes e desmontes; Combina numa coreografia a par, utilizando diversas destrezas gímnicas, com os seguintes elementos técnicos: base em posição de deitado dorsal e o volante em prancha facial; base sentado e o volante executa um pino; base com um joelho no chão e outra perna fletida suporta o volante em equilíbrio num dos pés; cambalhota à frente a dois (tank); base de joelhos, sentado sobre os pés e o volante em equilíbrio de pé nos ombros; Em situação de exercício em trios, realizam os seguintes elementos técnicos: 2 bases em posição de deitado dorsal em oposição, seguram o volante em prancha dorsal; 2 bases, frente a frente, em posição de afundo, seguram o volante que realiza um equilíbrio em pé nas coxas dos bases; 2 bases, frente a frente, de joelhos sentados sobre os pés, sustentam o volante em pino sobre as suas coxas; 2 bases, com pega de cotovelos, suportam o volante em prancha facial, após impulso dos bases, o volante efetua um voo, para receção equilibrada nos braços dos bases.	
			Outras atividades Físicas Desportivas (Atletismo/Raquetas/Patinagem – ARP) Módulos a estruturar: ARP I; ARP II (Matérias: Atletismo; Badminton; Ténis de mesa; Patinagem			
			ARP I 10º Ano	O nível Introdução do Atletismo ou de um Desporto de Raquetas ou da Patinagem (escolher uma das matérias)	**Atletismo:** Efetua uma corrida de velocidade de 40 metros, com partida de pé; efetua uma corrida de estafetas de 4x50 metros; realiza uma corrida (curta distância), transpondo pequenos obstáculos (separados entre si a distâncias variáveis); salta em altura com técnica de tesoura, com quatro a seis passadas de balanço; lança a bola (tipo hóquei ou ténis) dando três passadas de balanço em aceleração progressiva, com o braço fletido e o cotovelo mais alto que o ombro (na direção do lançamento); lança de lado e sem balanço, o peso de 2/3 Kg, apoiado na parte superior dos metacarpos e nos dedos, junto ao pescoço. **Badminton:** Conhece o objetivo do jogo, a sua regulamentação básica e a pontuação do jogo de singulares e identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada dos seguintes tipos de batimento: clear, lob, serviço curto e serviço comprido. **Ténis de mesa:** Conhece o objetivo do jogo, a sua regulamentação básica e a pontuação do jogo de singulares, identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada das pegas da raqueta; Em situação de exercício, coopera com o companheiro, batendo e devolvendo a bola o máximo número de vezes; posiciona-se corretamente, mantém a pega correta da raqueta, pega clássica (shakehand); inicia o jogo, deixando cair a bola na mesa; devolve a bola, devolução simples à esquerda e à direita; em situação de exercício de ténis de mesa, executa o serviço curto e comprido, colocando a bola para além da rede.	
			ARP II 11º Ano	O nível Introdução de outra matéria não selecionada no módulo anterior		

			Atividades de Exploração Natureza (AEN) Módulo a estruturar: Atividades de Exploração Natureza **Matérias:** Orientação; Natação			
			AEN I 12º ano	O nível Introdução de uma matéria das Atividades de Exploração da Natureza	**Orientação:** Realiza um percurso de orientação simples, a par, num espaço apropriado; identifica no percurso a simbologia básica inscrita na carta; orienta o mapa corretamente, segundo os pontos cardeais e/ou outros pontos de referência; identifica, de acordo com pontos de referência, a sua localização no espaço envolvente e no mapa; realiza um percurso na escola, em equipa, com o cartão de controlo preenchido corretamente, utilizando a bússola e o seu passo para determinar corretamente direções e distâncias. **Natação:** Em piscina com pé, em situação de exercício ou de jogo, utilizando objetos variados, flutuantes e submersos: coordena a inspiração/expiração; flutua em equilíbrio, em diferentes posições; combina as posições de flutuação em sequências; desloca-se à superfície, coordenando ações propulsivas simples de pernas e braços com a respiração; salta para a piscina, partindo de posições e apoios variados.	
			Dança (DAN) Módulos a estruturar: DAN I; DAN II; DAN III / Matérias: Danças sociais; Danças tradicionais portuguesas			
			DAN I 10º Ano	Uma dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas	**Danças sociais:** *Nas danças latino-americanas/não progressivas - Merengue e Rumba quadrada,* mantém uma postura natural, com a cabeça levantada e no enquadramento dos ombros distinguindo "Posição Fechada" de "Posição Aberta" e identificando as posições relativas e pegas a utilizar quando em "Posição Aberta"; realiza sequências de passos/figuras; e seleciona com antecipação, do reportório desenvolvido, os passos/figura a executar; *Nas danças sociais modernas/progressivas – Valsa Lenta (simplificada) e Foxtrot Social (simplificado)*, em situação de dança a pares: domina a noção de alinhamento espacial distinguindo os pontos referenciais do espaço físico e identificando "sentido inverso" como o sentido obrigatório em danças progressivas; domina e mantém no decorrer dos passos/figuras a "Posição Fechada", mantendo uma postura natural, com a cabeça levantada e no enquadramento dos ombros; realiza sequências de passos/figuras dominando princípios básicos de condução, tanto no papel de "condutor" como de "seguidor"; **Danças tradicionais:** Conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características, bem como as zonas geográficas a que pertencem; Dança o *Regadinho*, a *Erva-cidreira* (simplificada, sem escovinha) e o *Sariquité* ou outras danças com as mesmas características (passo de passeio, passo saltado, passo saltitado e passo corrido) selecionadas pelo professor, respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.	
			DAN II 11º Ano	Outra dança do nível Introdução das Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas		
			DAN III 12º Ano	Uma dança do nível Elementar das	**Danças sociais:** Analisa a sua ação e as dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento;	

				Danças Sociais ou das Tradicionais Portuguesas	*Nas Danças Latino-Americanas/não progressivas – Rumba Quadrada, Chá-Chá-Chá, Rock(forma simplificada do Jive) e Salsa (progressões)*, em situação de dança a pares: mantém uma postura natural, com os ombros descontraídos, distinguindo "Posição Fechada sem contacto" de "Posição Aberta" e identificando as posições relativas e pegas a utilizar quando em "Posição Aberta"; realiza sequências de passos/figuras utilizando princípios básicos de condução nomeadamente para início e final de "Posição de Promenade Aberta" e de "Posição de Contra Promenade Aberta", tanto no papel de "condutor", como de "seguidor"; seleciona com antecipação, do reportório desenvolvido, os passos/figuras a executar à sua vontade e mediante a disponibilidade de espaço, mantendo a estrutura rítmica. **Danças tradicionais:** Analisa a sua ação e as dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento; conhece a origem cultural e histórica das Danças Tradicionais selecionadas e identifica as suas características, bem como as zonas geográficas a que pertencem; dança a *Vai de Roda Siga a Roda* (simplificada, só com a roda grande), o *Malhão Minhoto* e o *Tacão e Bico* ou outras danças com as mesmas características (passo gingão lateral, passo serrado, passo de malhão e passo tacão e bico), selecionadas pelo professor, respeitando as diferentes posturas e posições assumidas em cada dança e executando os passos em sincronia com a música.		
			Desenvolvimento das capacidades motoras, condicionais e coordenativas (no decorrer dos 3 anos) Módulo a estruturar: Aptidão Física (AF)				
			Aptidão Física	Resistência, força, velocidade, flexibilidade e destreza geral	Revela capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa de Fitescola, para a sua idade e sexo – vaivém, senta e alcança e força abdominal. No vaivém, realiza o número de percursos indicado na tabela de referência para o seu género e idade. Na força abdominal, realiza o número de abdominais indicado na tabela de referência para o seu género e idade. No senta e alcança, realiza o número de centímetros indicados na tabela de referência para o seu género e idade.	**Média das classificações dos 3 anos.** (Vaivem – 60%, Abdominal – 10%, Senta e alcança – 30%).	
			Conhecimentos sobre condição física e contextos onde se realizam as atividades físicas (Atividades Físicas, Contextos e Saúde – AFCS) Módulos a estruturar: AFCS I; AFCS II; AFCS III				
			AFCS I 10º Ano	Objetivos 1, 2 e 3 do Programa	Relaciona Aptidão Física e Saúde e identifica os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente; Conhece e interpreta fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, tais como doenças, lesões, substâncias dopantes e condições materiais, de equipamentos e de		

					orientação do treino, utilizando esse conhecimento de modo a garantir a realização de atividade física em segurança; Identifica fenómenos associados a limitações das possibilidades de prática das Atividades Físicas, da Aptidão Física e da Saúde dos indivíduos e das populações, tais como o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.	
			AFCS II 11º Ano	Objetivos 4 e 5 do Programa	Conhece processos de controlo do esforço e identifica sinais de fadiga ou inadaptação à exercitação praticada, evitando riscos para a Saúde, tais como: dores, mal-estar, dificuldades respiratórias, fadiga e recuperação difícil; Compreende, traduzindo em linguagem própria, a dimensão cultural da Atividade Física na atualidade e ao longo dos tempos: identificando as características que lhe conferem essa dimensão; reconhecendo a diversidade e variedade das atividades físicas, e os contextos e objetivos com que se realizam; e distinguindo Desporto e Educação Física, reconhecendo o valor formativo de ambos, na perspetiva da educação permanente.	
			AFCS III 12º Ano	Objetivos 6 e 7 do Programa	Identifica o tipo de atividade (desportiva ou outra) cuja prática pode, face à especificidade do esforço solicitado, contribuir para a melhoria da sua aptidão física, tendo em vista a sua saúde e bem-estar; Analisa criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas "perversões", nomeadamente: a especialização precoce e a exclusão ou abandono precoces; a dopagem e os riscos de vida e/ou saúde; a violência (dos espectadores e dos atletas) vs espírito desportivo; a corrupção vs verdade desportiva.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**			• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania			• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem			• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

COMPONENTES DE FORMAÇÃO CIENTÍFICA

HISTÓRIA DA CULTURA E DAS ARTES – 10 º ANO - Módulos 1, 2 e 3

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Compreensão Histórica: Temporalidade; Espacialidade e Contextualização	**CRIATIVIDADE E RUTURAS** • Compreende a existência de grandes ruturas culturais e estéticas do século XX e XXI, como ponto de partida para a própria abordagem da disciplina. • Reconhece casos práticos como produtos e agentes do processo histórico-cultural em que se enquadram. **Módulo 1 - A CULTURA DA ÁGORA – O homem da democracia de Atenas** • Avalia o contributo de Péricles para a consolidação da democracia no século V a. C. • Identifica a Grécia como berço do urbanismo ocidental relacionando diversos espaços públicos de Atenas, nomeadamente a Ágora e a Acrópole com a vida da pólis, o diálogo, o comércio, a política, a razão. • Compreende a construção identitária da sociedade grega clássica - os deuses e o Olimpo, os heróis, enquanto homens com poderes de deuses; a importância dos mitos, dos sentimentos, das virtudes e da razão. • Compreende, a partir do Parthenon, síntese da arquitetura grega e do templo de Athena Niké, as ordens arquitetónicas como sistema racional de construção. • Demonstra o carácter cívico, sagrado e de formação moral do teatro grego. • Interpreta a evolução dos principais aspetos técnicos, formais e estéticos dos diversos períodos da escultura da cerâmica e da pintura gregas. • Reconhece casos práticos como produtos e agentes do processo histórico-cultural em que se enquadram. **Módulo 2 - A CULTURA DO SENADO – A lei e a ordem no Império** • Interpreta as principais realizações de Otávio. • Explica a relevância do Direito Romano e do Latim na construção e manutenção do Império Romano. • Explica a importância do modelo urbano nas cidades do Império: ruas, praças, templos, casas, banhos, o Coliseu. • Relaciona a monumentalidade da arquitetura e do urbanismo romanos com a expansão imperial, identificando tipologias dos edifícios públicos. • Compreende as características essenciais da arquitetura romana: utilidade, grandiosidade e avanços tecnológicos, percebendo de que modo o urbanismo era uma materialização do Imperium. • Compreende, a partir de edifícios públicos e privados, que tipo de cultura do ócio foi desenvolvida pelos romanos. • Analisa as características formais e estéticas da escultura romana e as suas dimensões de individualismo, realismo e idealização. • Compreende as características essenciais da pintura romana a partir da análise de exemplos dos frescos de Pompeia. • Refere as características da arte do mosaico. • Reconhece casos práticos como produtos e agentes do processo histórico-cultural em que se enquadram. **Módulo 3 - A CULTURA DO MOSTEIRO – Os espaços do Cristianismo**	60%

			• Compreende a relevância das fronteiras dos reinos cristãos e da geografia monástica da Europa. Conhece aspetos da vida e feitos de Carlos Magno, enquanto modelo de imperador cristão. Reconhece o mosteiro românico expoente da arquitetura monástica, como espaço de autossuficiência e como centro de conhecimento e de cultura. • Reconhece a iluminura como uma nova expressão de arte e outra forma de escrita. • Compara formas de vida: no castelo e no mosteiro. • Reconhece no Canto Gregoriano uma manifestação artística da devoção religiosa. • Compreende a evolução da arquitetura cristã. • Compreende a unidade e a diversidade do românico, através das características arquitetónicas principais e localizando os seus principais centros difusores. • Especifica algumas características do românico em Portugal. • Identifica aspetos temáticos e formais da escultura românica reconhecendo a sua dependência da arquitetura. • Identifica manifestações da arte dos reinos muçulmanos na Península Ibérica, como expoente da civilização islâmica. • Indica elementos característicos constituintes do edifício religioso muçulmano em território peninsular. • Refere características gerais da arte moçárabe. • Reconhece casos práticos como produtos e agentes do processo histórico-cultural em que se enquadram.	
		Tratamento de informação/ utilização de fontes	• Seleciona fontes históricas fidedignas e de diversos tipos; • Recolhe e seleciona dados de fontes históricas para a análise de assuntos e temáticas em estudo; • Organiza, de forma sistematizada e autónoma, a informação recolhida em fontes históricas; • Analisa factos, teorias e situações, selecionando elementos ou dados históricos relevantes para o assunto em estudo; • Estabelece relações intra e interdisciplinares; • Valoriza o património histórico e natural, local, regional e europeu, este último numa perspetiva de construção da cidadania europeia. • Mobiliza o conhecimento adquirido aplicando-o em situações históricas específicas, simples e complexas; • Propõe alternativas de interpretação a um acontecimento, evento ou processo, problematizando-as; • Promove a multiperspetiva em História, num quadro de desenvolvimento pessoal e autónomo; • Regista seletivamente informação recolhida em fontes históricas de diversos tipos; • Constrói sínteses com base em dados recolhidos em fontes históricas analisadas; • Elabora relatórios, obedecendo a critérios e objetivos específicos; • Elabora planos específicos e gerais, assim como esquemas simples e complexos, estabelecendo cruzamento de informação; • Formula hipóteses sustentadas em evidências, face a um acontecimento ou processo histórico.	10%
		Comunicação em História	• Elabora e comunica, com correção linguística e de forma criativa, sínteses de assuntos estudados: estabelecendo os seus traços definidores; • Distingue situações de rutura e de continuidade; • Utiliza, de forma adequada, terminologia específica; • Utiliza as tecnologias de informação e comunicação, manifestando sentido crítico na seleção adequada de contributos;	10%

			• Mobiliza o discurso (oral e escrito) argumentativo de forma sistemática e autónoma; • Organiza debates que requeiram sustentação de afirmações, elaboração de opiniões ou análises de factos ou dados históricos; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos operatórios da História; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos metodológicos da História; • Discute conceitos, factos e processos históricos numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar, incluindo conhecimento disciplinar histórico; • Aceita e/ou argumenta diversos pontos de vista; • Sabe interagir com os outros no respeito pela diferença e pela diversidade; • Confronta ideias e perspetivas históricas distintas, respeitando as diferenças de opinião; • Usa meios diversos para expressar as aprendizagens, sabendo justificar a escolha desses meios; • Cria soluções estéticas criativas e pessoais.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

HISTÓRIA DA CULTURA E DAS ARTES – 11 º ANO – Módulos 4, 5, 6 e 7

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Compreensão Histórica: Temporalidade; Espacialidade e Contextualização	**Módulo 4 - A CULTURA DA CATEDRAL – As cidades e Deus** • Identifica as grandes cidades da Europa. • Analisa a organização da cidade medieval. • Distingue o papel dos letrados na cidade, a partir da biografia de Dante. • Compreende a evolução ocorrida na arte de construir na passagem do românico para o gótico. • Reconhece a catedral como expoente da arquitetura gótica, símbolo da afirmação dos espaços • urbanos e espaço catequético, onde o vitral tem um papel relevante. • Refere características principais da arquitetura gótica. • Analisa a evolução do gótico em Portugal identificando monumentos góticos portugueses. Justifica a crescente autonomia da escultura em relação à arquitetura. • Explica como o medo da Peste Negra foi utilizado do ponto de vista social, político e religioso.	60%

			• Contextualiza o manuelino, um estilo entre a Idade Média e o tempo novo. • Refere as características principais da arquitetura manuelina. Relaciona a revolução pictórica flamenga com as novas técnicas e o particularismo nórdico. Reconhece casos práticos como produtos e agentes do processo histórico-cultural em que se enquadram. **Módulo 5- A CULTURA DO PALÁCIO – Homens novos, espaços novos, uma memória clássica** • Explica a relevância das rotas comerciais para uma nova perceção do mundo e do Homem. • Indica condições favoráveis ao desenvolvimento do humanismo e ao desenvolvimento artístico italiano no século XV. • Relaciona o heliocentrismo com valores e conceitos subjacentes ao movimento renascentista. Avalia a importância da imprensa para o desenvolvimento das ideias humanistas. • Reconhece as cortes principescas como centros de irradiação cultural e artística, a partir da biografia de Lourenço de Médicis e do seu exercício de mecenato. • Indica condições favoráveis ao desenvolvimento artístico italiano no século XV e ao desenvolvimento do humanismo. • Analisa a pintura renascentista enquanto exercício intelectual. • Identifica as principais características técnicas, estéticas e formais da pintura renascentista e a definição de novos temas: o retrato; o nu; a paisagem. • Avalia o impacto da redescoberta dos referenciais artísticos clássicos: o relevo, o retrato, a estátua equestre e a completa autonomização da escultura. • Enuncia aspetos fundamentais da obra de Brunelleschi, Donatello, Masaccio, Piero della Francesca, Rafael, Leonardo da Vinci, Miguel Ângelo, identificando algumas obras destes artistas. Compreende o século XVI como uma época de crise de valores e da afirmação do indivíduo. Analisa reflexos do Renascimento e do Maneirismo em Portugal. **Módulo 6 - A CULTURA DO PALCO – Muitos palcos, um espetáculo** • Avalia o significado do Tratado de Utrecht para a nova geografia e conjuntura histórica e cultural da Europa. • Compreende o papel de Luís XIV na construção do cerimonial da Corte de Versalhes, enquanto expressão da hegemonia da França, exercício do poder autocrático do rei e modelo para a Europa da Corte. • Reconhece os muitos palcos da cultura europeia: Corte, Igreja, Academia, Teatro, Ópera e espetáculos efémeros. • Compreende que o barroco, em todas as suas manifestações nacionais e regionais, deve ser entendido mais como um gosto do que como um estilo, sublinhando a forma como utilizava a sedução dos sentidos e a teatralidade. • Identifica características da arquitetura e da escultura barrocas, ressaltando, na escultura, o dinamismo, a abertura da composição e a exacerbação do expressionismo. • Relaciona a construção do Real Edifício de Mafra (1717- 1730/1737), expoente da arquitetura barroca, com a materialização da noção de poder régio absoluto. • Avalia a importância da luz na pintura barroca, assim como outros aspetos que a caraterizam. Carateriza o barroco em Portugal e em Espanha, designadamente nos domínios portugueses e espanhóis, analisando o papel da aculturação e da miscigenação e os contributos do Brasil. **Módulo 7- A CULTURA DO SALÃO – Das «revoluções» à Revolução** • Analisa o contributo cultural e artístico do ambiente de salão, ressaltando o papel dinamizador da mulher culta. • Distingue a importância dos filósofos iluministas enquanto influenciadores do pensamento e da ação, a partir da biografia	

			de Jean-Jacques Rousseau bem como as repercussões políticas e educativas da sua obra. • Reconhece o impacto de A Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão e os novos valores de "liberdade", de "igualdade" e de "fraternidade". • Explica de que modo se impôs a estética do Iluminismo. • Reconhece o papel que o rococó, marcado pela tolerância, liberdade, irreverência e intimidade, teve no processo de desestruturação do barroco. • Avalia o impacto da expansão do rococó na arquitetura, na escultura e na pintura, em Portugal e em Espanha. • Analisa o projeto de reconstrução da Baixa de Lisboa enquanto expoente do racionalismo iluminista na organização do espaço urbano. • Reconhece no neoclassicismo o triunfo das conceções iluministas e um desejo de regresso à ordem clássica, expresso em princípios de moderação, equilíbrio e idealismo, identificando alguns contributos do neoclassicismo em Portugal.	
		Tratamento de informação/ utilização de fontes	• Seleciona fontes históricas fidedignas e de diversos tipos; • Recolhe e seleciona dados de fontes históricas para a análise de assuntos e temáticas em estudo; • Organiza, de forma sistematizada e autónoma, a informação recolhida em fontes históricas; • Analisa factos, teorias e situações, selecionando elementos ou dados históricos relevantes para o assunto em estudo; • Estabelece relações intra e interdisciplinares; • Valoriza o património histórico e natural, local, regional e europeu, este último numa perspetiva de construção da cidadania europeia. • Mobiliza o conhecimento adquirido aplicando-o em situações históricas específicas, simples e complexas; • Propõe alternativas de interpretação a um acontecimento, evento ou processo, problematizando-as; • Promove a multiperspetiva em História, num quadro de desenvolvimento pessoal e autónomo; • Regista seletivamente informação recolhida em fontes históricas de diversos tipos; • Constrói sínteses com base em dados recolhidos em fontes históricas analisadas; • Elabora relatórios, obedecendo a critérios e objetivos específicos; • Elabora planos específicos e gerais, assim como esquemas simples e complexos, estabelecendo cruzamento de informação; • Formula hipóteses sustentadas em evidências, face a um acontecimento ou processo histórico.	10%
		Comunicação em História	• Elabora e comunica, com correção linguística e de forma criativa, sínteses de assuntos estudados: estabelecendo os seus traços definidores; • Distingue situações de rutura e de continuidade; • Utiliza, de forma adequada, terminologia específica; • Utiliza as tecnologias de informação e comunicação, manifestando sentido crítico na seleção adequada de contributos; • Mobiliza o discurso (oral e escrito) argumentativo de forma sistemática e autónoma; • Organiza debates que requeiram sustentação de afirmações, elaboração de opiniões ou análises de factos ou dados históricos; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos operatórios da História; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos metodológicos da História;	10%

			• Discute conceitos, factos e processos históricos numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar, incluindo conhecimento disciplinar histórico; • Aceita e/ou argumenta diversos pontos de vista; • Sabe interagir com os outros no respeito pela diferença e pela diversidade; • Confronta ideias e perspetivas históricas distintas, respeitando as diferenças de opinião; • Usa meios diversos para expressar as aprendizagens, sabendo justificar a escolha desses meios; • Cria soluções estéticas criativas e pessoais.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

HISTÓRIA DA CULTURA E DAS ARTES – 12 º ANO – Módulos 8, 9 e 10

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Compreensão Histórica: Temporalidade; Espacialidade e Contextualização	**A CULTURA DA GARE – A velocidade impõe-se** • Analisa o contributo do ferro e do progresso técnico e tecnológico, associados à Revolução Industrial e à Revolução dos Transportes para as transformações sociais e culturais. • Compreende a obra do Engenheiro Gustave Eiffel e o seu significado na transformação da arquitetura deste período. • Reconhece a Gare como local simbólico da cidade oitocentista, dinamizador do espaço urbano e ponto de confluência de gentes e ideias. • Compreende o recuo dos saberes tradicionais neste contexto de progresso técnico, a apologia da máquina e o desenvolvimento das indústrias. • Compreende, nesta conjuntura de rutura, a sedução que o passado mitificado da Idade Média exerceu sobre os românticos, conduzindo ao aparecimento das arquiteturas revivalistas. • Localiza as origens do romantismo: França, Alemanha e Inglaterra. • Analisa a pintura romântica – o triunfo da emoção e da exaltação do eu à arte pela arte • explicando a sua evolução em Portugal. • Contextualiza o realismo e o impressionismo, relacionando-os com uma recusa do romantismo e • com novas formas de apropriação do real, influenciadas, entre outras realidades, pelo advento da fotografia.	60%

			• Contextualiza o neoimpressionismo (divisionismo) e o pós-impressionismo. • Identifica especificidades da pintura e da escultura em Portugal no século XIX. • Compreende a rutura com o passado provocada pela arquitetura do ferro e pela arte nova, ressaltando as principais características de ambas e reconhecendo a importância dessas expressões artísticas em Portugal. **A CULTURA DO CINEMA – A euforia das invenções** • Avalia os impactos das influências mútuas entre a Europa e a América do Norte, reconhecendo os primeiros anos do século XX como tempos de grandes ruturas políticas, económicas, sociais, culturais e artísticas. • Reconhece o significado do aparecimento do cinema como uma nova linguagem artística. Reconhece na ação de Charles Spencer Chaplin (Charlot) a afirmação da mímica sobre a palavra e a criação de um ícone do cinema: o vagabundo, a felicidade e a crítica social. Relacionar o recuo da morte e do aumento da qualidade de vida com os avanços tecnológicos e da medicina, com a higiene e com uma maior preocupação com a ocupação dos tempos livres. • Reconhece o fauvismo, o expressionismo e o dadaísmo como movimentos de criação artística e de provocação. • Identifica caminhos da abstração formal: cubismo, futurismo e movimentos subsequentes, explicando de que modo a arte abstrata pode ser democrática: arte informal, abstração geométrica e expressionismo abstrato. • Analisa o período entre guerras: da arte degenerada à arte oficial dos regimes totalitários. • Explica o regresso ao mundo visível: realismo figurativo, realismo crítico, assemblage e arte expressiva. • Descreve as principais características do surrealismo. • Relaciona arte e função: a arquitetura e o design, ressaltando a importância das novas técnicas. Contextualiza os rumos seguidos pelas expressões artísticas portuguesas até aos anos 60: pintura, escultura, arquitetura. **A CULTURA DO ESPAÇO VIRTUAL – A globalização impõe-se** • Avalia o impacto das transformações geopolíticas e culturais do mundo contemporâneo na construção de novas identidades. • Analisa as atividades humanas reguladas pela tecnologia, pela publicidade, pelo consumo e pela omnipresença dos modismos e do efémero, contextualizando-as nos fenómenos da globalização do mundo contemporâneo. • Compreende as telecomunicações, nomeadamente a internet, como meios de massificação, divulgação e receção do conhecimento. • Reconhece a importância da arte enquanto processo, analisando a utilização da publicidade e da vida quotidiana como meios de expressão, e contextualizando a Pop Art como um movimento iconoclasta. • Reconhece na Op Art e na arte cinética a expressão e materialização dos movimentos, gestos e objetos do quotidiano. • Compreende a Arte-Acontecimento, da action painting ao happening e à performance. • Distingue alguns pólos da criação contemporânea, como a Minimal Art, a arte concetual e o hiper-realismo. Identificar algumas vias de expressão da arte portuguesa contemporânea. • Reflete sobre os caminhos da arquitetura contemporânea. • Analisa as suas vivências (o aluno) na sociedade atual, elaborando a sua história de vida, enquanto ser crítico, agente criativo e cidadão participativo.	

		Tratamento de informação/ utilização de fontes	• Seleciona fontes históricas fidedignas e de diversos tipos; • Recolhe e seleciona dados de fontes históricas para a análise de assuntos e temáticas em estudo; • Organiza, de forma sistematizada e autónoma, a informação recolhida em fontes históricas; • Analisa factos, teorias e situações, selecionando elementos ou dados históricos relevantes para o assunto em estudo; • Estabelece relações intra e interdisciplinares; • Valoriza o património histórico e natural, local, regional e europeu, este último numa perspetiva de construção da cidadania europeia. • Mobiliza o conhecimento adquirido aplicando-o em situações históricas específicas, simples e complexas; • Propõe alternativas de interpretação a um acontecimento, evento ou processo, problematizando-as; • Promove a multiperspetiva em História, num quadro de desenvolvimento pessoal e autónomo; • Regista seletivamente informação recolhida em fontes históricas de diversos tipos; • Constrói sínteses com base em dados recolhidos em fontes históricas analisadas; • Elabora relatórios, obedecendo a critérios e objetivos específicos; • Elabora planos específicos e gerais, assim como esquemas simples e complexos, estabelecendo cruzamento de informação; • Formula hipóteses sustentadas em evidências, face a um acontecimento ou processo histórico.	10%
		Comunicação em História	• Elabora e comunica, com correção linguística e de forma criativa, sínteses de assuntos estudados: estabelecendo os seus traços definidores; • Distingue situações de rutura e de continuidade; • Utiliza, de forma adequada, terminologia específica; • Utiliza as tecnologias de informação e comunicação, manifestando sentido crítico na seleção adequada de contributos; • Mobiliza o discurso (oral e escrito) argumentativo de forma sistemática e autónoma; • Organiza debates que requeiram sustentação de afirmações, elaboração de opiniões ou análises de factos ou dados históricos; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos operatórios da História; • Organiza o discurso oral ou escrito recorrendo a conceitos metodológicos da História; • Discute conceitos, factos e processos históricos numa perspetiva disciplinar e interdisciplinar, incluindo conhecimento disciplinar histórico; • Aceita e/ou argumenta diversos pontos de vista; • Sabe interagir com os outros no respeito pela diferença e pela diversidade; • Confronta ideias e perspetivas históricas distintas, respeitando as diferenças de opinião; • Usa meios diversos para expressar as aprendizagens, sabendo justificar a escolha desses meios; • Cria soluções estéticas criativas e pessoais.	10%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

GEOGRAFIA – 10º ANO – Módulos 1, 2, 3 e 4

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Analisar questões geograficamente relevantes do espaço português	**Módulo B1 – O quadro natural de Portugal: O relevo, o litoral e o mar** • Identifica as grandes cadeias montanhosas e os principais rios de Portugal, da Península Ibérica e da Europa em mapas hipsométricos de diferentes escalas, em ambientes analógicos ou digitais; • Descreve a orientação, altitude e dimensão das principais formas de relevo a partir de perfis topográficos, imagens e/ou esquemas; • Relaciona as características da morfologia de algumas serras com a respetiva litologia, a partir da observação direta ou indireta de paisagens; • Relaciona a morfologia dos arquipélagos dos Açores e da Madeira com a sua origem vulcânica, a partir de mapas hipsométricos e perfis topográficos; • Integra os conjuntos do relevo de Portugal continental nas grandes unidades geomorfológicas da Península Ibérica (meseta ibérica e sistema central), a partir de mapas hipsométricos; • Relaciona a atividade vulcânica e as formas de relevo vulcânico com a posição dos arquipélagos face ao rifte em mapas de diferentes escalas, em ambientes analógicos ou digitais; • Relaciona as potencialidades do aproveitamento e da exploração da energia geotérmica com a sustentabilidade energética das ilhas dos Açores, apresentando casos concretos reportados em diferentes fontes. • Relaciona a distribuição dos recursos do subsolo com as características das principais unidades geomorfológicas de Portugal continental, utilizando mapas temáticos e outras fontes documentais; • Equaciona as potencialidades e limitações da exploração dos recursos do subsolo, às escalas local, regional e nacional, pesquisando fontes de informação diversas; • Distingue as características da linha de costa e do litoral de Portugal continental e insular em mapas e imagens; • Explica a ação erosiva do mar sobre a linha de costa, utilizando vocabulário geográfico e terminologia adequada; • Relaciona a posição geográfica dos principais portos nacionais com a direção dos ventos, das correntes marítimas e as características da costa; • Relaciona a importância da plataforma continental com as potencialidades de pesca e tipos de pesca, partindo, entre outras, das características do relevo submarino português; Discute as potencialidades da extensão da zona económica exclusiva portuguesa, considerando a exploração de recursos do subsolo marinho e as medidas de mitigação dos problemas no âmbito da sua gestão e controlo;	40%

			• Identifica potencialidades turísticas do litoral e do relevo submarino, nos contextos local, regional e nacional, a partir de casos concretos reportados em diferentes fontes; • Monitoriza perigos e riscos do meio local, como, por exemplo, na exploração dos recursos do subsolo e das áreas do litoral, para sensibilizar a comunidade para a necessidade de uma gestão sustentável do território. **Módulo B2 - O quadro natural de Portugal: O Clima** • Descreve o comportamento dos elementos do clima de estações meteorológicas de diferentes localidades de Portugal, utilizando gráficos termopluviométricos e/ou outras fontes documentais; • Relaciona os estados de tempo com as situações que lhe estão na origem, analisando dados meteorológicos concretos; • Compreende o papel dos fatores do clima na diferenciação da distribuição da temperatura e da precipitação, utilizando suportes diversificados; • Reconhece a importância da diferenciação local do clima em atividades como a agricultura, a produção energética e o turismo, tendo em conta a necessidade de gestão e de ordenamento do território; • Relaciona a distribuição da insolação no território nacional e os fatores que a influenciam com as vantagens e desvantagens do aproveitamento da energia solar, utilizando terminologia adequada; • Analisa os impactes ambientais e económicos da instalação de centrais eólicas e fotovoltaicas, a diferentes escalas e níveis, evidenciando reflexão crítica e argumentação fundamentada; • Identifica as características do clima de Portugal continental e insular, a partir de gráficos termopluviométricos representativos dos diferentes tipos de clima; • Identifica as potencialidades do clima de Portugal como fator de atração de imigrantes e turistas oriundos de países com climas mais adversos, a partir da recolha de informação em fontes diversas; • Investiga situações meteorológicas anómalas a nível local, nacional e internacional, mobilizando as tecnologias de informação geográfica; • Relaciona a perceção da população face aos riscos meteorológicos com as medidas de ordenamento local, através da aplicação de questionários e/ou outros; • Participa de forma ativa em campanhas de sensibilização da comunidade para as medidas de prevenção e proteção face aos riscos meteorológicos e às alterações climáticas. **Módulo B3 - O quadro natural de Portugal: A água** • Localiza as principais bacias hidrográficas, em Portugal, utilizando mapas de diferentes escalas; • Caracteriza as redes hidrográficas existentes no território nacional, tendo em conta a diversidade litológica, morfológica e climática existente, utilizando os correspondentes mapas temáticos; • Analisa as características das redes e das bacias hidrográficas para identificar situações de risco de cheia; • Questiona e propõe soluções para situações de risco resultantes da possibilidade de cheias e de secas prolongadas afetarem pessoas e atividades em diferentes áreas do território nacional; • Conhece a distribuição das águas subterrâneas e dos principais aquíferos, reconhecendo a sua importância no contexto dos recursos hídricos nacionais e regionais; • Reconhece a importância económica, social e ambiental das principais fontes termais em exploração (com destaque para o turismo termal), utilizando fontes documentais diferenciadas;	

			• Relaciona as disponibilidades hídricas nacionais com os diferentes usos e ocupações do solo (como a produção de energia, o uso agrícola e o abastecimento de água à população), utilizando fontes documentais diferenciadas; • Debate as possibilidades sobre a exploração sustentável dos recursos hídricos superficiais e subterrâneos, evidenciando reflexão crítica e argumentação fundamentada; • Simula situações em que o perigo do aumento da frequência de fenómenos climáticos extremos permitam avaliar a potencialidade de riscos de cheias ou secas prolongadas em áreas específicas do território nacional, tendo por base os dados das normais climatológicas; • Reconhece a importância da correta gestão e proteção das águas subterrâneas e dos aquíferos no contexto dos recursos hídricos nacionais e locais; • Avalia a importância estratégica dos recursos hídricos para o desenvolvimento e sustentabilidade do nosso futuro comum, tendo por base documentos de importância nacional e internacional. **Módulo B4 – Portugal: A população** • Relaciona a evolução numérica da população portuguesa e os seus diferentes ritmos evolutivos, desde meados do século XX, com o comportamento das variáveis demográficas, a partir de gráficos e/ou quadros com informação estatística, considerando a especificidade da disciplina e a articulação horizontal entre os conhecimentos de outras áreas do saber; • Compara a evolução de diferentes variáveis demográficas, recolhendo e selecionando informação estatística e apresentando conclusões; • Identifica padrões de distribuição de variáveis demográficas e suas causas próximas, utilizando mapas a diferentes escalas; • Aplica as TIG, para localizar, descrever e compreender os fenómenos demográficos; • Analisa as motivações, as principais áreas emissoras/recetoras, bem como as principais características socioculturais, etárias e profissionais dos migrantes, desde meados do século XX, a par dos seus reflexos a • diversos níveis, apresentando casos concretos reportados em fontes diversas; • Debate problemas relacionados com a integração dos imigrantes (e das gerações seguintes), a tolerância étnica e/ou religiosa, evidenciando argumentação crítica e fundamentada; • Reconhece os impactos dos principais desafios sociodemográficos (declínio da fecundidade, envelhecimento, baixo nível educacional/qualificação profissional, situação perante o emprego e migrações), recolhendo e selecionando informação estatística e apresentando conclusões; • Equaciona medidas concretas para solucionar e/ou mitigar os principais desafios sociodemográficos; • Reporta as assimetrias regionais na distribuição da população, aplicando o conceito de capacidade de carga humana a nível local e regional, a partir de diferentes técnicas gráficas e cartográficas; • Explica as assimetrias na distribuição da população portuguesa, evidenciando fatores naturais e humanos que as condicionam; • Debate estratégias para atenuar as assimetrias na distribuição da população no território português, utilizando vocabulário adequado; • Reconhece a importância do ordenamento do território na melhoria da qualidade de vida da população, apontando ações concretas de intervenção de âmbito municipal.	

		Problematizar e debater as inter-relações no território português e com outros espaços	• Mobiliza diferentes fontes de informação geográfica na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação geográfica e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Representa gráfica, cartográfica e estatisticamente a informação geográfica; • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário geográfico em descrições orais e escritas de lugares, regiões e distribuições de fenómenos geográficos; • Aplica o conhecimento geográfico, o pensamento espacial no estudo do território, de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais, a diferentes escalas; • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

GEOGRAFIA – 11º ANO – Módulos 5 e 6

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Analisar questões geograficamente relevantes do espaço português	**Módulo B5 – Portugal: As áreas urbanas** • Problematiza o conceito de cidade, através da aplicação de diversos critérios e estudos de caso concretos de cidades nacionais e internacionais; • Caracteriza as áreas funcionais do espaço urbano, com recurso a diferentes tipos de suportes de observação; • Relaciona a diferenciação socioeconómica do espaço urbano com o desenvolvimento dos transportes urbanos, mediante análise de grande dimensão, mapas das principais redes de transporte, em áreas urbanas de média e/ou grande dimensão; • Associa o crescimento das áreas suburbanas e periurbanas ao dinamismo demográfico e funcional dos centros urbanos, a partir da análise de informação de fontes diversas; • Analisa os principais problemas urbanos e medidas de recuperação da qualidade de vida urbana, propostas e/ou adotadas pelos órgãos de decisão, auscultando a população residente e visitante; • Caracteriza a rede urbana portuguesa, através da análise de mapas e gráficos; • Identifica os principais efeitos polarizadores das Áreas Metropolitanas de Lisboa e do Porto, a nível regional e nacional, comparando mapas ou fontes de informação diversificadas, em consonância com a especificidade da disciplina e em articulação interdisciplinar; • Discute medidas conducentes ao equilíbrio da rede urbana, nomeadamente o papel das cidades médias, analisando exemplos	40%

			nacionais e internacionais; • Debate formas de complementaridade e de cooperação entre as cidades, mediante a análise de estudo de caso e de planos de ordenamento territorial a diferentes escalas. **Módulo B6 - Portugal: As áreas rurais** • Descreve a distribuição das diferentes variáveis que caracterizam as regiões agrárias, comparando mapas com informação variada; • Relaciona a heterogeneidade espacial das estruturas agrárias com fatores físicos e humanos, nomeadamente através da análise da paisagem agrária (sistema de cultura, morfologia agrária e tipo de • povoamento rural), da estrutura e da distribuição das explorações agrícolas e da estrutura e forma de exploração da SAU; • Inventaria as principais produções agropecuárias e florestais, relacionando-as com a balança comercial e a capacidade de autoaprovisionamento do país, a partir da análise de informação estatística, gráfica e cartográfica; • Analisar os principais constrangimentos e potencialidades relativas ao desenvolvimento da agricultura portuguesa no domínio da produção, da transformação e da comercialização dos produtos, relatando • exemplos concretos de pontos fortes e fracos do setor; • Equaciona os desafios que a concorrência internacional e a PAC (objetivos 2020 ou os mais recentes) colocam à modernização do setor, analisando fontes de informação diversa; • Reconhece o papel da PAC na certificação de qualidade de produtos portugueses e a sua importância na internacionalização de produtos e no turismo em espaço rural, utilizando terminologia adequada; • Reconhece a importância económica, social e ambiental das atividades económicas (turismo, indústria e serviços) e da floresta como ativos estratégicos, a partir de estudos de caso à escala local, regional ou nacional; • Relaciona a pluriatividade com a fixação de população e com o desenvolvimento das áreas rurais, a partir da análise de casos concretos de sucesso; • Debate a valorização dos recursos endógenos e a sustentabilidade das áreas rurais, evidenciando reflexão crítica e argumentação fundamentada; • Discute as questões relacionadas com a utilização e o ordenamento da floresta, enumerando os riscos e a forma de potenciar o desenvolvimento do espaço rural; • Analisa exemplos concretos de ações que permitam a resolução de problemas ambientais e de sustentabilidade no espaço rural, próximo do aluno, revelando capacidade de argumentação e pensamento crítico.	
		Problematizar e debater as inter-relações no território português e com outros espaços	• Mobiliza diferentes fontes de informação geográfica na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação geográfica e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Representa gráfica, cartográfica e estatisticamente a informação geográfica; • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário geográfico em descrições orais e escritas de lugares, regiões e distribuições de fenómenos geográficos; • Aplica o conhecimento geográfico, o pensamento espacial no estudo do território, de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais, a diferentes escalas; • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%

	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

GEOGRAFIA – 12º ANO – Módulos 7 e 8

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Analisar questões geograficamente relevantes do espaço português	**Módulo B7 – Portugal: A mobilidade de pessoas e bens** • Identifica as vantagens e as desvantagens dos diferentes modos de transporte para distinguir os fatores que influenciam a sua otimização e competitividade, a partir da análise estatística e gráfica disponível em fontes documentais diversas; • Analisa a distribuição das redes de transporte no espaço de Portugal, equacionando os diferentes graus de acessibilidade a diferentes escalas; • Analisa a inserção das redes de transporte nacionais nas redes europeias, refletindo sobre a posição de Portugal no espaço europeu e atlântico, a partir da análise de mapas de fluxos; • Mobiliza os conhecimentos acerca dos diferentes modos de transporte e suas características para concluir do seu impacte ambiental e do seu peso no comércio externo, numa perspetiva global, partindo de casos concretos; • Compreende o papel e a evolução rápida e transformante das TIC na criação de redes económicas, sociais e pessoais, na dinamização da economia global, na diminuição das distâncias relativas e na minimização de barreiras à difusão de ideias e de trabalho colaborativo, recorrendo à pesquisa e análise de diferentes fontes documentais; • Analisa os diferentes modos de transporte em termos de segurança, sinistralidade, conforto e cumprimento de horários, a partir de dados estatísticos e/ou outras informações específicas; • Emite opiniões sobre problemas decorrentes da utilização dos transportes e das comunicações na qualidade de vida das populações e sustentabilidade ambiental, económica e social, partindo de estudos de caso à escala local e/ou regional e de exemplos de economia circular; • Avalia o papel dos diferentes modos de transporte e das TIC no desenvolvimento da atividade turística do país e dos impactes de cada um em termos económicos, sociais e ambientais, considerando a especificidade disciplinar e a articulação horizontal entre os conhecimentos de várias disciplinas. **Módulo B8 – O Turismo no mundo atual – Uma indústria globalizante** • Conhece os fatores favoráveis à expansão do turismo à escala global, através da consulta de fontes documentais diversas; • Descreve mapas de fluxos turísticos, relacionando-os com o conhecimento de fatores geográficos e socioeconómicos;	40%

			• Reconhece a importância da diversidade geográfica física e humana, a diferentes escalas, para explicar o incremento de fluxos turísticos, através da observação direta e indireta das paisagens; • Localiza áreas geográficas com interesse turístico, identificando elementos do património natural e cultural característicos e diferenciadores das regiões, a nível nacional e mundial; • Problematiza os impactos ambientais, sociais e económicos do turismo nas comunidades, confrontando os pontos de vista de diferentes agentes/stakeholders envolvidos no fenómeno turístico; • Sugere medidas promotoras de sustentabilidade do potencial turístico, participando em campanhas de sensibilização para um turismo mais responsável social e ambientalmente; • Inventaria recursos e produtos turísticos estratégicos em Portugal, através do estudo da oferta e de circuitos existentes no mercado, mobilizando fontes documentais diversas.	
		Problematizar e debater as inter-relações no território português e com outros espaços	• Mobiliza diferentes fontes de informação geográfica na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação geográfica e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Representa gráfica, cartográfica e estatisticamente a informação geográfica; • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário geográfico em descrições orais e escritas de lugares, regiões e distribuições de fenómenos geográficos; • Aplica o conhecimento geográfico, o pensamento espacial no estudo do território, de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais, a diferentes escalas; • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA – MÓDULO: A1 – GEOMETRIA

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Desenvolve a capacidade de visualização no plano e no espaço tridimensional; • Representa e constrói modelos de objetos geométricos; • Constrói, identifica e classifica frisos; • Reconhece e constrói as pavimentações regulares e semiregulares no plano e classifica-as; • Investiga a melhor solução de empacotamento de objetos num determinado contentor;	50%

			• Instala um referencial numa figura, de forma a obter "as melhores coordenadas" para o objetivo pretendido.	
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas de cálculo de medidas, nomeadamente, comprimentos, perímetros, áreas ou volumes, utilizando, ou não, o método das coordenadas cartesianas; • Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: A2 – FUNÇÕES POLINOMIAIS

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Identifica uma função e interpreta uma sua representação gráfica; • Estuda intuitivamente propriedades (domínio, contradomínio, pontos notáveis, monotonia e extremos) de uma função afim e quadrática; • Interpreta e prevê as alterações no gráfico de uma função -f(x), f(x)+a e f(x+a), a partir do gráfico de uma função f(x), e descreve o resultado com recurso à linguagem das transformações geométricas.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Exprime, oralmente e por escrito, ideias e explica e justifica raciocínios, procedimentos e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

DISCIPLINA DE MATEMÁTICA –MÓDULO: A3 – ESTATÍSTICA

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Interpreta e produz informação estatística, utiliza-a para resolver problemas e tomar decisões informadas e fundamentadas; • Recolhe, organiza e representa dados recorrendo a diferentes representações e interpreta a informação representada; • Analisa e interpreta informação contida num conjunto de dados recorrendo às medidas estatísticas mais adequadas (moda, média, mediana, quartis, amplitude e desvio padrão) e reconhece o seu significado no contexto de uma dada situação; • Planeia e realiza estudos estatísticos que incluam a comparação de dois ou mais conjuntos de dados, identificando as suas semelhanças e diferenças; • Abordar gráfica e intuitivamente distribuições bidimensionais, nomeadamente o diagrama de dispersão, o coeficiente de correlação e reta de regressão.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas envolvendo a organização e o tratamento de dados em contextos familiares variados, utilizando medidas estatística para os interpretar e tomar decisões.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: A4 – FUNÇÕES PERIÓDICAS

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Resolve problemas variados, ligados a situações concretas, que permitam recordar a semelhança de triângulos e os conceitos básicos de trigonometria do ângulo agudo estudados no 3.º ciclo do ensino básico; • Usa o círculo trigonométrico e/ou a calculadora gráfica para resolver problemas de trigonometria, de modo a apropriar-se dos seguintes conceitos e técnicas associados: ○ radiano; ○ ângulo generalizado e medida da sua amplitude; ○ definição de seno, cosseno e tangente de um número real; ○ resolução de equações trigonométricas simples; ○ gráfico das funções seno, cosseno e tangente e sua periodicidade; ○ estudar intuitivamente propriedades (domínio, contradomínio, pontos notáveis, monotonia e extremos) a partir das representações gráficas; • Reconhece situações básicas envolvendo fenómenos periódicos, em que as funções trigonométricas podem aparecer como modelos matemáticos, adequados a responder a problemas, que descrevem situações mais ou menos complexas.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Compreende e constrói argumentos matemáticos; • Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: A5 – FUNÇÕES RACIONAIS

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	**D1: Compreensão e Aplicação**	• Encontra um modelo simples de uma função racional a partir da compreensão das relações numéricas entre variáveis inversamente proporcionais; • Analisa e compreende os efeitos das mudanças de parâmetros nos gráficos de funções: 1/ax; • Estuda intuitivamente, com auxílio da calculadora gráfica, o comportamento de funções racionais, dadas como o quociente de funções afins, onde o divisor é uma função não constante; em particular, estuda a existência de assíntotas ou o comportamento assintótico, quer para os valores "muito grandes" da variável, quer para valores "muito próximos" dos zeros dos denominadores das frações que as definem; • Utilizar métodos gráficos para resolver condições – equações e inequações, associadas à resolução de problemas.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA - MÓDULO: A6 – TAXA DE VARIAÇÃO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Calcula e interpreta a variação de uma função em contextos de problemas reais; • Calcula analiticamente a taxa de variação média entre dois pontos do domínio de uma função afim e quadrática; • Calcula, através da observação da representação gráfica, a taxa de variação média entre dois pontos do domínio de uma função polinomial e/ou racional; • Interpreta, geométrica e fisicamente, a taxa de variação média e a taxa de variação instantânea, em funções que modelem situações reais; • Reconhecer, numérica e graficamente, a relação entre o sinal da taxa de variação e a monotonia de uma função.	50%

		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA – MÓDULO: A7 – PROBABILIDADE

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Distingue fenómenos determinísticos de fenómenos aleatórios, a partir de situações reais; • Compreende as aproximações conceptuais para a probabilidade: aproximação frequencista e definição clássica (regra de Laplace) de probabilidade; • Compreende a noção de probabilidade condicionada; • Constrói modelos de probabilidade em situações simples e usa-os para calcular a probabilidade de alguns acontecimentos; • Reconhece as vantagens em encontrar modelos matemáticos apropriados para estudar fenómenos aleatórios.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas envolvendo a noção de probabilidade, em diferentes contextos, recorrendo à regra do produto e à representação esquemática (árvores, tabelas, entre outras) e avalia a razoabilidade dos resultados obtidos.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	

		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA – MÓDULO: A8 – MODELOS DISCRETOS

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Identifica sucessões e definir sucessões de diferentes modos; • Procura padrões e regularidades e formula generalizações em situações diversas, nomeadamente em contextos numéricos e geométricos; • Distingue crescimento linear de crescimento exponencial; • Investiga propriedades de progressões aritméticas e geométricas, numérica, gráfica e analiticamente; • Determina a soma de n termos consecutivos de progressões aritméticas e de progressões geométricas.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples usando propriedades de progressões aritméticas e de progressões geométricas; • Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: A9 – FUNÇÕES DE CRESCIMENTO

Áreas de	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Reconhece e dá exemplos de situações em que os modelos exponenciais sejam bons modelos quer para o observado quer para o esperado; • Usa a tecnologia para interpretar uma função e esboçar o gráfico em possíveis mudanças dos parâmetros na família de funções y=a b^x, com b>1.	50%

			• Descreve regularidades e diferenças entre os padrões lineares, quadráticos, exponenciais, logarítmicos e logísticos; • Define o número e o logaritmo natural; • Reconhece o logaritmo como solução de equações exponenciais e a função logarítmica como inversa da exponencial; • Resolve, pelo método gráfico, equações e inequações, usando as funções exponenciais e logarítmicas, com base superior a um, no contexto da resolução de problemas; • Associa a função logística como modelo de fenómenos reconhecíveis em aplicações a estudos feitos em outras áreas.	
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA – MÓDULO: A10 – OTIMIZAÇÃO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Utiliza os estudos gráfico, numérico e analítico de funções; • Reconhece, numérica e graficamente, a relação entre o sinal da taxa de variação e a monotonia de uma função; • Reconhece, numérica e graficamente, a relação entre os zeros da taxa de variação e os extremos de uma função; • Utiliza sistemas de eixos coordenados para obter equações e inequações que representam retas e domínios planos.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples que envolvam a determinação de extremos de funções racionais, exponenciais, logarítmicas e trigonométricas no contexto da vida real; • Resolver problemas simples de programação linear.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos.	20%

			• É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: B1 – FUNÇÕES PERIÓDICAS E NÃO PERIÓDICAS

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Resolve problemas variados, ligados a situações concretas, que permitam recordar a semelhança de triângulos e aplicar métodos trigonométricos estudados no 3.º ciclo do ensino básico; • Usa o círculo trigonométrico para resolver problemas de trigonometria, de modo a apropriar-se dos seguintes conceitos e técnicas associadas: o radiano; o ângulo generalizado e medida da sua amplitude; o definição de seno, cosseno e tangente de um número real; o gráfico das funções seno, cosseno e tangente e sua periodicidade; o resolução gráfica de equações trigonométricas; • Reconhece situações básicas envolvendo fenómenos periódicos, em que as funções trigonométricas podem aparecer como modelos matemáticos, adequados a responder a problemas, que descrevem situações mais ou menos complexas; • Encontra um modelo simples de uma função racional a partir da compreensão das relações numéricas entre variáveis inversamente proporcionais; • Analisa e compreende os efeitos das mudanças de parâmetros nos gráficos de funções: 1/ax; • Estuda intuitivamente, com auxílio da calculadora gráfica, o comportamento de funções racionais, dadas como o quociente de funções afins onde o divisor é uma função não constante, em particular a existência de assíntotas ou o comportamento assintótico para valores “muito grandes” da variável e para valores “muito próximos” dos zeros dos denominadores das frações que as definem; • Utiliza métodos gráficos para resolver condições – equações e inequações.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Resolve problemas simples de modelação matemática, no contexto da vida real.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Comunica, utilizando linguagem matemática, oralmente e por escrito, para descrever, explicar e justificar procedimentos, raciocínios e conclusões.	5%

	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P1 – MODELOS MATEMÁTICOS PARA A CIDADANIA

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Reconhece o papel da matemática na escolha de representantes em sistemas políticos e sociais. • Percebe que existem modelos matemáticos que permitem criar procedimentos para transformar as preferências individuais numa decisão coletiva. • Conhece e aplicar modelos matemáticos que permitem criar procedimentos para fazer distribuições proporcionais e identificar as suas vantagens e limitações. • Calcula o valor dos salários mensal, anual e por hora, dadas as condições de um contrato. • Reconhece a diferença entre salário bruto e salário líquido. • Calcula contribuições obrigatórias para sistemas de segurança social e de IRS. • Calcula juro simples e juro composto (com diferentes períodos de capitalização dos juros).	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	

		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P2 – ESTATÍSTICA

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Interpreta e produz informação estatística, utiliza-a para resolver problemas e tomar decisões informadas e fundamentadas; • Recolhe, organiza e representa dados recorrendo a diferentes representações e interpreta a informação representada; • Analisa e interpreta informação contida num conjunto de dados recorrendo às medidas estatísticas mais adequadas (moda, média, mediana, quartis, amplitude, desvio padrão e variância) e reconhece o seu significado no contexto de uma dada situação, relacionando-as com as representações gráficas obtidas; • Compreende os conceitos e as propriedades das medidas; • Aborda gráfica e intuitivamente distribuições bidimensionais, nomeadamente o diagrama de dispersão, o coeficiente de correlação e a reta de regressão.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias d**a res**olução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo **a representações múltiplas e estabelecendo conexões).**	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P3 – GEOMETRIA ANALÍTICA

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	**D1: Compreensão e Aplicação**	• Identifica coordenadas de pontos do plano num referencial cartesiano ortogonal e monométrico. • Aplica simetrias de pontos, em relação a retas horizontais, a retas verticais e à origem, através de coordenadas. • Aplica coordenadas do ponto médio de um segmento de reta. • Identifica condições que definem conjuntos de pontos, nomeadamente, semiplanos e outros conjuntos definidos por conjunções e disjunções em casos simples. • Aplica a equação de uma reta, na resolução de problemas. • Identifica coordenadas de pontos do espaço num referencial cartesiano ortonormado e monométrico. • Aplica equações de planos paralelos aos planos coordenados na resolução de problemas. • Aplica equações cartesianas de retas paralelas a um dos eixos na resolução de problemas.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P4 – FUNÇÕES

Áreas de	Capacidades/ Conhecimento	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Identifica a representação gráfica de uma função. • Determina o domínio e o contradomínio de funções definidas em intervalos reais. • Determina pontos notáveis tendo por base a representação gráfica de funções (interseções com os eixos coordenados, extremidades dos intervalos do domínio, máximos e mínimos).	50%

			• Constrói tabelas de variação, de sinal e de monotonia. • Reconhece propriedades de uma função polinomial de grau não superior a 3 (domínio, contradomínio, pontos notáveis, monotonia e extremos). • Aplica a fórmula resolvente para resolver equações do 2.º grau. • Identifica as alterações no gráfico de uma função $-f(x)$, $f(x)+a$ e $f(x+b)$, com $a,b \in R$ a partir do gráfico de uma função $f(x)$. • Identifica funções invertíveis e não invertíveis. • Reconhece a relação entre o domínio e contradomínio de funções inversas e a simetria das suas representações gráficas relativamente à bissetriz dos quadrantes ímpares. • Analisa, com auxílio da tecnologia gráfica, o comportamento de funções com radicais quadráticos e radicais cúbicos. • Resolve equações e inequações utilizando métodos gráficos. • Resolve situações simples de modelação matemática, no contexto da vida real, que envolvam funções polinomiais e funções com radicais quadráticos e cúbicos.	
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P5 – PROBABILIDADE

Áreas de	**Capacidades/Conheci**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Distingue fenómeno aleatório e não aleatório (determinístico). • Identifica uma experiência aleatória, o respetivo espaço amostral e os acontecimentos associados. • Classifica diferentes tipos de acontecimentos (como certos, impossíveis, elementares ou compostos).	50%

			• Representa e interpreta a união e a interseção de acontecimentos. • Identifica acontecimentos disjuntos e complementares. • Representa uma situação aleatória através de um modelo de probabilidade simples. • Relaciona a frequência relativa com a probabilidade de um acontecimento. • Reconhece as propriedades fundamentais da probabilidade de um acontecimento. • Calcula probabilidades utilizando a regra de Laplace. • Determina a probabilidade da união de acontecimentos. • Utiliza métodos de contagem (diagramas de Venn e tabelas de dupla entrada) para calcular probabilidades. • Calcula e interpreta probabilidades condicionadas. • Determina probabilidades simultâneas utilizando a regra do produto. • Constrói e interpreta árvores de probabilidade. • Constrói e interpreta tabelas de contingência para calcular probabilidades. • Identifica e verifica a independência de acontecimentos em diferentes situações.	
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: P6 – TAXAS DE VARIAÇÃO E OTIMIZAÇÃO

Áreas de	**Capacidades/Conheci**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Calcula e interpreta a variação entre dois pontos do domínio de uma dada função. • Calcula a taxa média de variação entre dois pontos e interpreta geometricamente o valor obtido. • Determina a taxa média de variação a partir da leitura e análise do gráfico de uma função.	50%

			• Calcula a taxa de variação instantânea num ponto e interpreta geometricamente o valor obtido. • Relaciona o sinal da taxa de variação com a monotonia de uma função. • Analisa a monotonia de funções, recorrendo ao gráfico da função e ao gráfico da taxa de variação. • Reconhece a relação entre os zeros da taxa de variação e os extremos de uma função. • Determina os extremos de funções no contexto da vida real. • Utiliza funções para modelar e resolver situações do quotidiano.	
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP1 – JOGOS E MATEMÁTICA

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Conhece jogos e quebra-cabeças históricos. • Conhece alguns jogos de raciocínio: quebra-cabeças; truques de cartas; Jogos numéricos; Jogos geométricos; Jogos de tabuleiro para um jogador; Jogos de tabuleiro e/ou estratégia para dois jogadores; Jogos para mais de dois jogadores; Isometrias. • Aprende a jogar alguns dos quebra-cabeças e jogos. • Analisa como algumas situações de jogos podem conduzir à vitória ou à derrota. • Reconhece que um jogador tem vantagem ou que existe uma estratégia ganhadora.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%

		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP2 – MODELOS E FUNÇÕES DE CRESCIMENTO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Aplica modelos discretos e contínuos de crescimento populacional (funções afins e funções definidas por ramos). • Aplica modelos de funções de crescimento exponencial. • Compara o crescimento linear com o crescimento exponencial através do estudo de progressões aritméticas e geométricas. • Aplica modelos de função de crescimento logarítmico. • Aplica modelos de função de crescimento logístico. • Compara as funções de crescimento linear, exponencial, logarítmico e logístico.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e	• Participa de forma organizada e com pertinência.	

		Envolvimento na Aprendizagem	• Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP4 – PROGRAMAÇÃO LINEAR

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Escreve equações de retas verticais, horizontais e oblíquas. • Representa num referencial retas verticais, horizontais e oblíquas. • Determina as coordenadas dos pontos de interseção entre duas retas. • Representa domínios planos definidos por retas horizontais, verticais e obliquas. • Identifica as variáveis de decisão, as restrições e a função objetivo em problemas de programação linear. • Determina a região admissível, vértices da região admissível e solução ótima de um problema de programação linear. • Resolve numérica, graficamente e com recurso a tecnologia gráfica, problemas de programação linear. • Elabora, analisa e descreve modelos para situações reais de planeamento.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP5 – MODELOS E FUNÇÕES DE CRESCIMENTO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Define sucessões de diferentes modos: graficamente, termo geral e recorrência. • Reconhece padrões e regularidades em contextos numéricos e geométricos. • Reconhece progressões aritméticas e geométricas. • Define progressões aritméticas e geométricas através de qualquer termo e da razão. • Aplica modelação matemática com progressões aritméticas e progressões geométricas. • Determina a soma de n termos consecutivos de progressões aritméticas e de progressões geométricas. • Distingue crescimento linear de crescimento exponencial em modelos discretos. • Relaciona progressões aritméticas e progressões geométricas com o crescimento/decrescimento linear discreto.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP6 – ESTATÍSTICA COMPUTACIONAL

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Reconhece a importância da escolha da amostra de forma a permitir fazer inferência para a população subjacente. • Utiliza alguns planos de amostragem aleatória, nomeadamente aleatória simples, sistemática e estratificada. • Reconhece que nem todos os processos são adequados para todos os tipos de dados e reduzir a informação contida nos dados utilizando tabelas e gráficos adequados a cada situação. • Delineia e implementa planos de amostragem adequados ao estudo de algumas características de interesse em populações que lhes seja de fácil acesso (ensino, saúde, cultura, atividades económicas, entre outros). • Implementa procedimentos de simulação de experiências aleatórias simples com o objetivo de calcular a probabilidade de determinados acontecimentos.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP8 – GEOMETRIA SINTÉTICA

Áreas de	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1: Compreensão e Aplicação	• Compreende a noção de semelhança. • Relaciona área e perímetro de figuras planas semelhantes. • Utiliza escalas para o cálculo de perímetros e áreas. • Conhece um ou mais problemas e factos marcantes da História da Geometria ou das aplicações contemporâneas da semelhança de figuras.	50%

			• Desenvolve a capacidade de visualização no espaço tridimensional. • Aplica os conceitos de volume e capacidade no cálculo de quantidades e custos e relaciona sólidos semelhantes com os respetivos volumes. • Investiga a melhor solução de empacotamento de objetos num determinado contentor.	
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%
		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MATEMÁTICA –MÓDULO: OP9 – PADRÕES GEOMÉTRICOS

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1: Compreensão e Aplicação	• Analisa geometricamente problemas históricos ou exemplares do património artístico. • Utiliza a visualização e o raciocínio geométrico no estudo de problemas históricos ou do património artístico. • Determina a amplitude dos ângulos internos de um polígono regular. • Reconhece e constrói pavimentações regulares e semi-regulares no plano. • Reconhece e aplica isometrias no plano. • Aplica propriedades e relações relativas a figuras geométricas. • Reconhece padrões geométricos planos, em particular frisos e rosáceas. • Constrói modelos de composição de objetos geométricos no plano.	50%
		D2: Resolução de Problemas	• Reconhece e aplica as etapas do processo de resolução de problemas. • Formula problemas a partir de uma situação dada, em contextos diversos. • Aplica e adapta estratégias diversas de resolução de problemas, em diversos contextos. • Reconhece a correção, a diferença e a eficácia de diferentes estratégias da resolução de um problema.	25%

		D3: Comunicação Matemática	• Descreve, oralmente e por escrito, ideias e processos matemáticas, para justificar raciocínios, procedimentos e conclusões (usando linguagem simbólica matemática, recorrendo a representações múltiplas e estabelecendo conexões).	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PSICOLOGIA– 10º ANO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1 Reconhecer os processos relacionais no comportamento profissional.	**Módulo 1– Descobrindo a Psicologia** • Reconhece a complexidade e subjetividade dos processos mentais e do comportamento humano como objeto de estudo específico da Psicologia. • Aplica adequadamente métodos (experimental, quase- -experimental e não experimental) e técnicas de recolha e tratamento de informação (entrevistas, questionário, observação participante e não participante) à diversidade dos processos mentais e comportamentos em estudo. • Reconhece as áreas pioneiras de especialização em Psicologia. **Módulo 2– O desenvolvimento humano** • Aplica o conceito de desenvolvimento na compreensão das diferentes etapas de vida dos indivíduos. • Associa as componentes inata (hereditariedade) e adquirida (meio e cultura) do desenvolvimento e do comportamento e processos mentais humanos, manifestando compreensão da superação da dicotomia hereditariedade-meio. • Aplica as componentes inata e aprendida para a compreensão da sua própria pessoa. • Manifesta compreensão do caráter multidimensional, dinâmico e coextensivo à vida (life-span) do desenvolvimento humano. • Reflete sobre a adoção de comportamentos saudáveis durante a gravidez, dada a importância do desenvolvimento pré-natal para a saúde da mãe e da existência pós-natal do indivíduo. • Caracteriza cada etapa do ciclo de vida (infância, adolescência, adultez e velhice) nas suas diferentes dimensões (biológica, cognitiva e socioafetiva). • Identifica as transformações da adolescência e relacioná-las com o desenvolvimento pessoal. • Reconhece a existência de semelhanças e de diferenças interindividuais no desenvolvimento.	40%
		D2 Dominar as	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas.	40%

		ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos.	• Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos; • Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais; • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PSICOLOGIA – 11º ANO

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		D1 **Analisa as dimensões cognitiva, emocional e motivacional num processo de autoconhecimento**	**MÓDULO 3 – Processos cognitivos, emocionais e motivacionais** • Distingue diferentes capacidades cognitivas do ser humano (atenção, concentração, perceção, aprendizagem, memória, entre outras). • Relaciona a noção de inteligência (Gardner; TIM – inteligências múltiplas) com diferentes capacidades dos indivíduos, desenvolvendo uma atitude positiva face à diversidade. • Interpreta comportamentos humanos, e suas possíveis representações icónicas, à luz da noção de inteligências múltiplas. • Infere que a resolução de um problema passa pela utilização de estratégias diferentes (soluções atípicas – inovação versus domínio da lógica). • Aplica o pensamento divergente e o convergente na resolução de problemas do quotidiano, desenvolvendo uma atitude positiva face à complexidade e à incerteza. • Infere que a inteligência emocional interfere nas relações interpessoais (Goleman, Mayer e Salovey, Bar-On, entre outros) e que é um elemento fundamental da resiliência pessoal. • Manifesta compreensão que as emoções e os pensamentos são interdependentes e influenciam o agir. • Aplica os conceitos de motivação, expetativa, atribuição e satisfação na compreensão dos processos motivacionais. • Distingue as noções de motivação intrínseca da motivação extrínseca, aferindo importância das mesmas na construção do seu percurso. • Localiza, na Pirâmide das Necessidades de Maslow, diferentes tipos de necessidades. • Explicita o comportamento dos outros à luz da teoria motivacional de Maslow, consolidando uma atitude de tolerância face às diferenças interindividuais.	40%

			MÓDULO 4 – Processos relacionais e comportamento profissional • Caracteriza e compreende o processo de socialização. • Apercebe-se da importância da socialização para a integração social. • Reflete sobre as suas atitudes e como estas podem influenciar a sua relação com os outros. • Infere que a sua relação com os outros é de enorme importância para a sua formação e para o seu crescimento enquanto pessoa. • Compreende o conceito de atitude e aplica-o em diversos comportamentos sociais. • Identifica comportamentos sociais de exclusão/rejeição/aceitação. • Analisa a formação de impressões e a categorização social. • Apreende que a relação entre grupos e nos grupos condiciona atitudes e comportamentos. • Reflete sobre o conformismo e inconformismo. • Compreende a importância fulcral do inconformismo para a mudança social. • Reflete sobre o papel da motivação individual para a concretização das aspirações profissionais. • Infere da importância da automotivação.	
		D2 **Domina as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos.**	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos; • Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais; • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ESTUDO DO MOVIMENTO - 10.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/Conhecimentos	Conhecimentos/ Atividades Físicas.	**Módulo 1 – Osteologia e Artrologia:** - Domina as noções fundamentais para o estudo da anatomia e capacidade de aplicação dessas noções na descrição de estruturas corporais. - Compreende a função do tecido conjuntivo e conhecer as características específicas das suas diferentes variedades. - Domina as noções fundamentais para o estudo das articulações. - Conhece a estrutura óssea e articular dos diferentes segmentos corporais (cabeça, tronco, membro superior e membro inferior) como ponto de partida para a capacidade de compreender as características funcionais e a relação mobilidade/estabilidade de cada região corporal. **Módulo 2 – Miologia:** - Conhece a organização do músculo esquelético nos níveis macro e microscópico. - Compreende o processo de contração muscular e dos processos energéticos associados. - Diferencia os vários tipos de fibras musculares. - Domina os fundamentos necessários para determinar de forma autónoma as ações dos principais grupos musculares. - Sabe localizar e caraterizar os principais grupos musculares do tronco, membro superior e membro inferior.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ESTUDO DO MOVIMENTO - 11.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de	Capacidades/ Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	**Módulo 3 – Controlo e Coordenação do Movimento:** - Conhece a organização geral do sistema nervoso, com ênfase particular para o sistema nervoso central e recetores sensoriais mais importantes na regulação do comportamento motor. - Compreende e analisa o movimento dos mecanismos de coordenação neuromuscular nos níveis intra e intermuscular. - Compreende os processos de regulação central do movimento. - Compreende o processo de regulação do equilíbrio. - Compreende e relaciona as adaptações neuromusculares agudas (fadiga muscular) e crónicas ao exercício físico.	80%

			Módulo 4 – Fundamentos de Mecânica para o Controlo do Movimento: - Conhece e compreende a acção de forças exteriores ou forças geradas pelo próprio indivíduo, nos movimentos. - Conhece os movimentos de um segmento e do corpo na totalidade. - Compreende e apresenta domínio do movimento de um projéctil. - Domina de forma elementar as técnicas e meios de análise qualitativa e quantitativa dos movimentos. - Percebe a importância da coordenação dos impulsos parciais na técnica realizada. **Módulo 5 – Análise da Participação Muscular no Movimento:** - Compreende as características e formas de organização dos grupos musculares para a produção de movimentos na cabeça, tronco, membro superior e membro inferior. - Conhece os padrões de coordenação neuromuscular envolvidos em cada tipo de movimento. - Considera características das solicitações neuromusculares nas ações motoras típicas dos cursos em causa. - Domina os meios de análise cinemática para caracterização do movimento.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ESTUDO DO MOVIMENTO - 12.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	**Módulo 6 – Constituição e Funcionamento dos Sistemas da Vida Orgânica:** - Compreende o conceito de homeostasia e a sua aplicação como modelo para compreender fenómenos de regulação interna, como a regulação térmica e a regulação do equilíbrio hídrico. - Mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e sistema Endócrino. - Mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário. - Conhece e compreende a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respetivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. **Módulo 7 – Qualidades Físicas: Força, Velocidade, Flexibilidade, Resistência:**	80%

			- Compreende o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respetivas formas de manifestação. - Relaciona cada qualidade física com a produção motora no âmbito das atividades físicas. - Conhece e compreende os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ESTUDO DO MOVIMENTO - 12.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/ Atividades Físicas	**Módulo 6 – Constituição e Funcionamento dos Sistemas da Vida Orgânica:** • Compreende o conceito de homeostasia e a sua aplicação como modelo para compreender fenómenos de regulação interna, como a regulação térmica e a regulação do equilíbrio hídrico. • Mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas de regulação da vida orgânica interna: sistema nervoso Autónomo e sistema Endócrino. • Mobiliza conhecimentos sobre a organização geral e o funcionamento dos sistemas orgânicos internos: Aparelho Circulatório, Aparelho Respiratório, Aparelho Digestivo, Aparelho Urinário. • Conhece e compreende a interdependência entre o aparelho locomotor e os diferentes sistemas orgânicos, incluindo as respetivas possibilidades adaptativas durante a atividade física. **Módulo 7 – Qualidades Físicas: Força, Velocidade, Flexibilidade, Resistência:** • Compreende o conceito associado a cada uma das qualidades físicas (força, flexibilidade, velocidade e resistência) e as respetivas formas de manifestação. • Relaciona cada qualidade física com a produção motora no âmbito das actividades físicas. • Conhece e compreende os fatores biológicos condicionantes de cada qualidade física e dos respetivos limites de alteração através da atividade física sistemática.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA - MÓDULO 1: FORÇAS E MOVIMENTOS

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Módulo 1: Forças e Movimentos** • Subdomínio 1.1. Cinemática • F1.1.1. Analisa movimentos retilíneos reais, utilizando equipamento de recolha e análise de dados (sensores e interface de recolha de dados, vídeo e software de análise de vídeo) sobre a posição de um corpo, por exemplo, bolas, carrinhos, pessoas, veículos, ao longo do tempo, associando a posição a um determinado • referencial. • F1.1.2. Interpreta gráficos posição-tempo e velocidade-tempo de movimentos retilíneos reais, classificando os movimentos em uniformes, acelerados ou retardados. • F1.1.3. Aplica os conceitos de deslocamento, velocidade média, velocidade e aceleração na descrição de movimentos em situações reais. • F1.1.4. Associa o conceito de força a uma interação entre dois corpos. • F1.1.5. Analisa a ação de forças, prevendo os seus efeitos sobre a velocidade em movimentos retilíneos (acelerados e retardados), relacionando esses efeitos com a aceleração.	45%
		Fazer/ metodologia	**D1. Desempenho laboratorial.** **Subdomínio 1.1. Cinemática** • FAL.1. Planeia e realizar uma experiência para determina a relação entre o alcance e a velocidade inicial de um projétil lançado horizontalmente e obliquamente, formulando hipóteses, avaliando os procedimentos, interpretando os resultados e comunicando as conclusões. **Subdomínio 1.2. Dinâmica** • FAL.2. Investiga, experimentalmente ou recorrendo a simulações, o movimento de um corpo quando sujeito a uma resultante de forças não nula e nula, formulando hipóteses, avaliando procedimentos, interpretando os resultados e comunicando as conclusões. • FAL.3. Investiga, experimentalmente, as relações entre as forças de atrito, estático e cinético, os materiais em contacto, a reação normal e a área de superfície em contacto, interpretando os resultados, identificando fontes de erro, comunicando as conclusões e sugerindo melhorias na atividade experimental.	30%
		Comunicação	• Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação:	5%

			O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; O aluno apresenta oralmente a informação; O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. • Utiliza as TIC: O aluno explora as TIC num contexto significativo; O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA - MÓDULO 2: HIDROSTÁTICA E HIDRODINÂMICA

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Módulo 2: Hidrostática e Hidrodinâmica** • Subdomínio 1.1. Estática de fluidos • F1.1.1. Interpreta os conceitos de pressão e de força de pressão em situações que envolvam gases e líquidos em equilíbrio. • F1.1.2. Aplica a Lei de Arquimedes à análise de situações concretas de equilíbrio de corpos flutuantes, de corpos submersos e de corpos que podem flutuar ou submergir (como os submarinos). • Subdomínio 1.2. Dinâmica de fluídos • F1.2.1. Aplica a equação de continuidade a fluidos em situações concretas, mobilizando os conceitos de caudal volumétrico e de caudal mássico. • F1.2.2. Explica situações do dia a dia com base na equação de Bernoulli	45%
		Fazer/ metodologia	**D1. Desempenho laboratorial.** Subdomínio 1.1. Estática de fluidos • FAL.1. Investigar, experimentalmente ou recorrendo a simulações, a Lei Fundamental da Hidrostática em fluidos, colocando hipóteses e testando-as utilizando barómetros e manómetros, recolhendo dados, construindo e interpretando gráficos e tirando conclusões.	30%
		Comunicação	• Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; O aluno apresenta oralmente a informação;	5%

			O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. • Utiliza as TIC: O aluno explora as TIC num contexto significativo; O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA - MÓDULO 3: LUZ E FONTES DE LUZ

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Módulo 3: Luz e Fontes de Luz** **Subdomínio 1.1. Natureza da Luz** • F1.1.1. Avalia, em situações concretas, se é o modelo ondulatório ou o modelo corpuscular o mais adequado para explicar os fenómenos que ocorrem. **Subdomínio 1.2. Espectro eletromagnético** • F1.2.1. Relacionar as energias dos fotões correspondentes às zonas mais comuns do espectro eletromagnético e essas energias com a frequência da luz. • F1.2.2. Avaliar a validade e a fiabilidade das afirmações, em documentos publicados, sobre os efeitos que as radiações eletromagnéticas de diferentes frequências têm quando absorvidas pela matéria e as implicações positivas e negativas. **Subdomínio 1.3. Fontes de Luz** • F1.3.1. Interpreta a emissão da luz a partir da transição entre um nível eletrónico de maior energia e outro de menor energia.	45%
		Fazer/ metodologia	**Trabalho de investigação.** • Investiga os processos envolvidos em diferentes fontes de luz natural e artificial, identificando as interações que originam a luz e comunicando as conclusões.	30%
		Comunicação	• Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; O aluno apresenta oralmente a informação; O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. • Utiliza as TIC:	5%

			O aluno explora as TIC num contexto significativo; O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA -MÓDULO 4: CIRCUITOS ELÉTRICOS

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Subdomínio 1.1. Campos elétrico e magnético** **F1.1.1.** Identifica as origens do campo elétrico e do campo magnético, caracterizando-os através das linhas de campo observadas experimentalmente. **Subdomínio 2.1. Circuitos elétricos e Lei de Joule** **F2.1.1.** Interpreta o significado das grandezas: corrente elétrica, diferença de potencial elétrico e resistência elétrica. **F2.1.2.** Compreende a função e as características de um gerador. **F2.1.3.** Aplica a conservação da energia numa instalação elétrica a situações do dia a dia, tendo em conta o efeito Joule, identificando as fontes de energia (renovável ou não) e a pegada energética. **Subdomínio 3.1. Indução eletromagnética** **F3.1.1.** Interpreta aplicações da indução eletromagnética com base na Lei de Faraday. • **F3.1.2.** Avalia, numa perspetiva intra e interdisciplinar, como a energia elétrica e as suas diversas aplicações são vitais na sociedade atual e as repercussões a nível social, económico, político e ambiental, identificando e discutindo as vantagens e inconvenientes da produção energética em diversos tipos de centrais elétricas.	45%
		Fazer/ metodologia	**D1.** Desempenho laboratorial **F2.AL.1.** Monta circuitos elétricos, associando componentes elétricos em série e em paralelo, e, a partir de medições, caracteriza-os quanto à corrente elétrica que os percorre e à diferença de potencial elétrico aos seus terminais. **F2.AL.2.** Determina, experimentalmente, as características de uma pilha, avaliando os procedimentos e comunicando os resultados.	30%
		Comunicação	**1.** Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: **1.1.** O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; **1.2.** O aluno apresenta oralmente a informação; **1.3.** O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. **2.** Utiliza as TIC:	5%

			2.1. O aluno explora as TIC num contexto significativo; **2.2.** O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA -MÓDULO 5: TERMODINÂMICA

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Módulo 5: Termodinâmica** **Subdomínio 1.1. Transferências de calor** • F1.1.1. Distingue, na transferência de energia por calor, a radiação da condução e da convecção. • F1.1.2. Explicita que todos os corpos emitem radiação e que à temperatura ambiente emitem predominantemente no infravermelho, dando exemplos de aplicação. **Subdomínio 2.1. Primeira Lei da Termodinâmica** • F2.1.1. Interpreta o significado da Primeira Lei da Termodinâmica e enquadra as descobertas científicas que levaram à sua formulação no contexto histórico, social e político. • F2.1.2. Explica fenómenos do dia a dia utilizando balanços energéticos. **Subdomínio 3.1. Segunda Lei da Termodinâmica** • F3.1.1. Explicita que os processos que ocorrem espontaneamente na Natureza se dão sempre no sentido da diminuição da energia útil. • F3.1.1. Compreende o rendimento de um processo, interpretando a degradação de energia com base na Segunda Lei da Termodinâmica, analisando a responsabilidade individual e coletiva na utilização sustentável de recursos.	45%
		Fazer/ metodologia	• F2.AL.1. Determina, experimentalmente, a variação de entalpia mássica de fusão do gelo, avaliando os procedimentos, interpretando os resultados e comunicando as conclusões.	30%
		Comunicação	• Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; O aluno apresenta oralmente a informação; O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação.	5%

			• Utiliza as TIC: O aluno explora as TIC num contexto significativo; O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FÍSICA - MÓDULO 6: SOM

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Módulo 6: Som** **Subdomínio 1.1. Ondas** • F1.1.1. Interpreta, e caracteriza, fenómenos ondulatórios, salientando as ondas periódicas, distinguindo ondas transversais de longitudinais, e identifica o som como uma onda mecânica. • F1.1.2. Relaciona frequência, comprimento de onda e velocidade de propagação, explicitando que a frequência de vibração não se altera e depende apenas da frequência da fonte. Subdomínio 2.1. Ondas Sonoras • F2.1.1. Interpreta audiogramas, identificando o nível de intensidade sonora e os limiares de audição. • F2.1.1. Identifica fontes de poluição sonora, em ambientes diversos, recorrendo ao uso de sonómetros, e, com base em pesquisa, avalia criticamente as consequências da poluição sonora no ser humano, propondo medidas de prevenção e de proteção.	45%
		Fazer/ metodologia	**D1. Desempenho laboratorial.** • **F.AL.1** Conclui, experimentalmente ou recorrendo a simuladores, sobre as características de sons a partir da observação de sinais elétricos resultantes da conversão de sinais sonoros, explicando os procedimentos e os resultados, utilizando linguagem científica adequada.	30%
		Comunicação	• Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; O aluno apresenta oralmente a informação; O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. • Utiliza as TIC: O aluno explora as TIC num contexto significativo;	5%

			O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

QUÍMICA – MÓDULO 3: Reações químicas. Equilíbrio químico

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Subdomínio 1.1. Reações Químicas** **Q1.1.1.** Identifica a ocorrência de reações químicas a partir de diferentes propriedades de reagentes e produtos (cor, estado físico, …) **Q1.1.2.** Interpreta que as reações químicas ocorrem por rearranjos de átomos envolvendo a quebra e formação de ligações ou alterações geométricas na estrutura molecular, representando-as simbolicamente. **Q1.1.3.** Explica que a ocorrência de uma reação química envolve, em geral, uma barreira de ativação, e que a velocidade da reação pode ser controlada conhecendo o efeito que algumas variáveis (concentração ou pressão dos reagentes, a área da superfície de contacto dos reagentes, a luz , a temperatura, uso de catalisadores ou inibidores) têm na rapidez da reação. **Q1.1.4.** Analisa as leis da conservação da massa numa reação química e o conceito de reagente limitante. **Q1.1.5.** Avalia a influência da reação inversa no rendimento de uma reação química. **Subdomínio 2.1. Equilíbrio Químico** **Q2.1.1.** Prevê o sentido de evolução de uma reação pela comparação do quociente da reação com a constante de equilíbrio. **Q2.1.2.** Discute a relação entre a entalpia da reação (endo ou exotérmica) e o efeito da variação de temperatura na constante de equilíbrio. **Q2.1.3.** Explica as diferenças de propriedades das águas naturais com base em equilíbrios ácido-base. **Q2.1.4.** Aplica os equilíbrios ácido-base ao problema das chuvas ácidas. **Q2.1.5.** Pesquisa e analisa à luz do equilíbrio químico dissolução-precipitação a formação de incrustrações em máquinas de café, caldeiras, etc. **Subdomínio 3.1. Reações Químicas na Vida Quotidiana** **Q3.1.1.** Identifica a corrosão como um equilíbrio de oxidação-redução e o problema da sua mitigação em estruturas metálicas. **Q3.1.2.** Avalia e compara o potencial energético das reações de combustão quer utilizando combustíveis fósseis quer alternativas verdes ou sustentáveis, distinguindo “verde” de “sustentável” no contexto energético.	45%

		Fazer/ metodologia	**D1.** Desempenho laboratorial **Q1.AL.1.** Síntese do sal e cálculo do rendimento de uma reação química. **Q2.AL.1**. Investiga, experimentalmente, alterações de equilíbrios químicos em sistemas aquosos por variação da concentração de reagentes e produtos, formulando hipóteses, avaliando procedimentos e comunicando os resultados.	30%
		Comunicação	**1.** Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: **1.1.** O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; **1.2.** O aluno apresenta oralmente a informação; **1.3.** O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. **2.** Utiliza as TIC: **2.1.** O aluno explora as TIC num contexto significativo; **2.2.** O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

QUÍMICA – MÓDULO 4: Equilíbrio ácido-base

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Saber / conhecimento	**Subdomínio 1.1. Equilíbrio ácido-base** **Q1.1.1.** Interpreta, com base numa equação química, a autoionização da água e o conceito de Ph **Q1.1.2.** Discute e analisa os efeitos da dissolução de óxidos inorgânicos (carbono, enxofre, fósforo e nitrogénio) no pH da água da chuva. **Q1.1.3.** Explica as definições de ácido e base segundo Brönsted. **Q1.1.4.** Avalia criticamente as relações entre constante de acidez e constante de basicidade, discutindo a força relativa de ácidos e bases.	45%
		Fazer/ metodologia	**D1.** Desempenho laboratorial **Q1.AL.1.** Identifica a reatividade de ácidos e bases e as normas de segurança relativamente ao seu (não) armazenamento conjunto. **Q1.AL.2.** Utiliza indicadores químicos de pH e aparelhos equipados com sensores de pH em problemas que envolvam reações ácido-base.	30%

		Comunicação	**1.** Comunica de forma clara e adequada aos contextos de interação: **1.1.** O aluno produz textos, usando correção e clareza na linguagem; **1.2.** O aluno apresenta oralmente a informação; **1.3.** O aluno revela criatividade e originalidade na apresentação da informação. **2.** Utiliza as TIC: **2.1.** O aluno explora as TIC num contexto significativo; **2.2.** O aluno usa as TIC para realizar tarefas.	5%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

COMPONENTES DE FORMAÇÃO TÉCNICA

TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO EM ACOLHIMENTO TURÍSTICO – 12º ANO

Áreas de competências		**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
	Capacidades/Conhecimento	**Qualidade no serviço turístico**	**UFCD 3482 – Qualidade no serviço turístico** - Identifica e aplica as normas de qualidade e identifica necessidades de melhoria. - Identifica e aplica normas de segurança específicas na organização e prestação de serviços de animação.	40%
		Tratamento de informação/utilização de dados de diferentes fontes	- Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; - Recolhe, trata e interpreta a informação e mobiliza a mesma na construção de respostas; - Representa gráfica, cartográfica e estatisticamente a informação recolhida; - Usa corretamente a língua portuguesa em descrições orais e escritas de lugares, regiões e distribuições de fenómenos; - Aplica o conhecimento de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais, a diferentes escalas; - Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas.	

			• Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO EM ACOLHIMENTO TURÍSTICO – 12º ANO

Áreas de competências		**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
	Capacidades/Conhecimentos	**D1** **Aplicar os procedimentos, de acordo com a situação, de forma correta e coerente.**	**UFCD 3494 – Condução de Briefings** - Identifica e aplica os diferentes procedimentos na realização de pequenas reuniões com clientes.	45%
		D2 **Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos.**	- Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; - Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. - Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos; - Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais; - Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	35%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO EM ACOLHIMENTO TURÍSTICO – 12º ANO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		D1 **Aplicar os procedimentos, de acordo com a situação, de forma correta e coerente.**	**UFCD 3495 – Assistência ao cliente** - Presta assistência aos clientes de acordo com as suas necessidades e procedimentos definidos	45%
		D2 **Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos.**	- Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados; - Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. - Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos; - Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais; - Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	35%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

OPERAÇÕES TÉCNICAS EM EMPRESAS TURÍSTICAS – 12º ANO

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conceitos e teorias específicas dos módulos	**Módulo 3490 - Reserva de produtos e serviços turísticos** Efetua reservas de produtos e serviços turísticos de acordo com os pedidos dos clientes: - Identifica e aplica os procedimentos à realização de uma reserva. - Reconhece as várias tipologias de produtos e serviços turísticos. - Reconhece os procedimentos de BackOffice. - Identifica a documentação necessária a uma reserva. - Emite bilhetes e vouchers. - Utiliza os sistemas de informação específicos à atividade e Internet.	45%

		Tratamento de informação/ utilização de dados estatísticos, essencialmente económicos e turísticos	- Mobiliza diferentes fontes de informação (livros, revistas, jornais, internet, etc.) na construção de respostas para os problemas estudados; - Recolhe, trata e interpreta informação estatística e mobiliza a mesma na construção de respostas. - Seleciona informação, elaborando sínteses ou trabalhos mais complexos; - Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário económico e turístico em descrições orais e escritas; - Aplica fórmulas e interpreta o resultado obtido; - Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas. contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	35%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TURISMO INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSTICA – 12º ano

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Informação e Promoção do Destino Turístico Portugal	**UFCD 3485 – Informação e Promoção do Destino Turístico Portugal** - Presta informações, aconselha e promove o mercado turístico Portugal.	40%
		Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados. • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos. • Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais. • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	40%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TURISMO INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSTICA – 12º ano

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Desenvolver e aplicar técnicas de animação turística	**UFCD: 3497 –** Dinamização e condução de atividades de animação em contexto turístico Executa atividades de animação turística, aplicando técnicas adequadas a diferentes contextos e a públicos diversificados.	45%
		Dominar as ferramentas de elaboração e apresentação de trabalhos	• Mobiliza diferentes fontes de informação na construção de respostas para os problemas estudados. • Recolhe, trata e interpreta informação e mobiliza a mesma na construção de respostas. • Usa corretamente a língua portuguesa e o vocabulário cuidado nos trabalhos. • Aplica os conhecimentos de forma criativa para argumentar, comunicar e intervir em problemas reais. • Participa, em diferentes contextos comunicativos, de forma adequada e segura, utilizando diferentes tipos de ferramentas.	35%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

COMUNICAR EM LÍNGUA ESTRANGEIRA: INGLÊS

Áreas	**Capacid**	**Domínios**		**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Esc	**Compreensão Escrita / Uso da Língua**	**Compreensão escrita/ Uso da Língua** • Lê e compreende diversos tipos de texto, recorrendo a informação visual;	

			(Reading and Use of English)	• Identifica / encontra as ideias principais de cada texto e interpreta informação; • Utiliza vocabulário e estruturas gramaticais adequadas ao tema tratado e à intenção comunicativa.	15%
			Interação/ Produção escrita (Writing)	**Interação / Produção escrita** • Planifica e elabora um texto escrito de acordo com as instruções e com o tipo e função do texto e o seu destinatário; • Aplica o vocabulário, a correção linguística e o registo apropriados à situação comunicativa proposta.	15%
		Oralidade	**Compreensão Oral / Audiovisual (Listening)**	**Compreensão oral** • Compreende / Interpreta textos orais e audiovisuais sobre a sua área de especialização.	20%
			Produção e Interação Oral (Speaking)	**Produção oral** • Exprime-se oralmente com finalidades diversas e destinatários variados; • Produz enunciados simples para descrever e expor informações e pontos de vista; • Pronúncia de forma compreensível; • Mobiliza estruturas gramaticais adequadas. **Interação Oral** • Simula fluentemente diversos tipos de situações comunicativas; • Participa de forma construtiva e fundamentada, dando feedback, em situações de comunicação diversas.	30%
		Intercultural		• Reconhece e evidencia o conhecimento de realidades interculturais distintas. (Dado que o domínio intercultural apresenta um carácter transversal e estando subjacente aos diferentes domínios, a avaliação deste domínio será integrada nos restantes domínios.)	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**		• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania		• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem		• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

COMUNICAR EM LÍNGUA ESTRANGEIRA: ALEMÃO

Áreas	**Capacid**	**Domínios**		**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Esc	**Compreensão escrita / Uso da Língua**	- Lê e compreende conteúdos simples relacionados com temáticas familiares, articulados de forma clara e pausada. - Utiliza vocabulário e estruturas gramaticais adequadas ao tema tratado e à intenção comunicativa.	

			(Lesen und Strukturen) Interação/ Produção escrita (Schreiben)	- Utiliza um repertório limitado de palavras e padrões frásicos. - Mobiliza estruturas gramaticais elementares. - Pronúncia de forma compreensível. - Apoia-se em reformulações, repetições e correções.	30%
			Compreensão oral / Audiovisual (Hören)	- Compreende textos muito simples e curtos sobre temáticas familiares. - Identifica as ideias principais de um texto.	20%
		Oralidade	**Interação/ Produção oral (Sprechen)**	- Utiliza expressões elementares e frases simples. - Utiliza estruturas gramaticais elementares. - Produz textos simples e curtos sobre temáticas que lhe são familiares.	30%
			Intercultural	• Reconhece realidades interculturais distintas. (Dado que o domínio intercultural apresenta um carácter transversal e estando subjacente aos diferentes domínios, a avaliação deste domínio será integrada nos restantes domínios.)	
	Atitudes		**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
			Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
			Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TEORIA DO DESPORTO - 10.º ANO (para o curso que inicia nopresente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimento**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimentos/ Atividades Físicas.	**Módulo 3634: Enquadrar a pedagogia e a didática no treino desportivo.** 1. Treino desportivo – processo pedagógico, preocupações formativas e educativas. 2. Didática no contexto da prática desportiva. 3. Planeamento e organização de atividades desportivas. 4. Unidade de treino – fator estruturante da didática aplicada ao desporto. 5. Documentos de suporte à organização da unidade de treino 6. Potenciação das condições de aprendizagem. 7. Observação como ferramenta do processo de treino. 8. Processo de treino e a observação.	80%

			9. Metodologias de observação. 10. Observação e avaliação técnica. 11. Observação e avaliação tática. 12. Comportamento reflexivo no desporto. **Módulo 3637: Aplicar princípios pedagógico-didáticos nas atividades físicas e desportivas** 1. Formação desportiva – princípios didáticos (individualização, progressão variedade, feedback, motivação, planeamento, ética e valores). 2. Formação desportiva – procedimentos didáticos fundamentais. 3. Unidade de treino. 4. Planeamento de treino. 5. Avaliação da unidade de treino. 6. Unidade de treino – fator estruturante da didática aplicada ao desporto. 7. Organização da unidade de treino – documentação de suporte. 8. Potenciação das condições de aprendizagem. 9. Observação como ferramenta do processo de treino. 10. Processo de treino e a observação. 11. Metodologias de observação. 12. Estratégias didáticas promotoras da autonomização sustentada dos praticantes na aprendizagem. 13. Observação e avaliação técnica. **Módulo 3638: Avaliar os processos mentais e comportamento dos participantes no treino desportivo.** 1. Fatores psicológicos e psicossociais da prestação desportiva – fatores intrínsecos e extrínsecos. 2. Processos relacionais. 3. Metodologias de avaliação de aspetos psicológicos e psicossociais com impacto no desempenho desportivo. 4. Motivação e processo de treino – componentes e estratégias de motivação. 5. Competências de comunicação. 6. Educação para a autonomia do atleta. 7. Carreira do atleta. 8. Aprendizagem e desenvolvimento humano. 9. Pirâmide do desenvolvimento motor. 10. Aprendizagem– curva de aprendizagem. 11. Treino desportivo e fases de interdependência – aquisição, retenção e transferência. 12. Retorno sobre o resultado. 13. Regras e normas definidas	
	Atitud	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TEORIA DO DESPORTO - 11.º ANO (para o curso que inicia nopresente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	**Módulo 3635: Analisar os processos fisiológicos de esforço nas atividades físicas e desportivas** • Fisiologia – processos funcionais. • Capacidades físicas. • Princípios gerais e sistemas energéticos – energia e ATP. • Formas de obtenção e fontes de produção de ATP. • Transferência da energia no movimento. • Consumo energético. • A fadiga. • Adaptação, homeostasia e heterostasia. • Estímulo - noções, características e modificações orgânicas. • Relação estímulo e adaptação. • Mecanismos bioquímicos e genéticos da adaptação. • Síndroma geral de adaptação ao stresse. • Controlo muscular no movimento. • Adaptações neuromusculares. • Tipos de contração muscular na relação força/velocidade. • Características funcionais do músculo estriado – relação força comprimento. **Módulo 3639: Implementar os princípios de alimentação saudável e de prevenção do doping no desporto** • Funcionamento do corpo humano – aparelho cardiorrespiratório, aparelho locomotor, sistema de regulação. • Adaptação fisiológica. • Relação estímulo-adaptação. • Analogia entre estímulo e carga de treino – carga de treino como um estímulo fisiológico, adaptação aguda e adaptação crónica, bioenergética muscular, transformação de energia química em mecânica. • Processos de produção de energia nos diferentes tipos de esforço desportivo.	80%

			• Nutrição, metabolismo energético, carburantes utilizados na atividade desportiva, reservas de glicogénio muscular e hepático, vitaminas e minerais, hidratação. • Fundamentos da luta contra a dopagem. • Objetivos da luta contra a dopagem. • Controlos de dopagem. • Educação e informação. • Legislação em vigor. • Normas nacionais e internacionais. • Código de ética desportiva. • Regras e normas definidas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TEORIA DO DESPORTO - 12.º ANO (para o curso que inicia nopresente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	**Módulo 2026: Atuar em situações de emergência no treino desportivo** • Primeiros Socorros – limites de atuação, competências e ética do socorrista. • Sistema integrado de emergência médica (SIEM) – fases, intervenientes, organização e meios disponíveis. • Cadeia de Sobrevivência no adulto e pediátrica – significado e importância de cada um dos seus elos, deteção precoce e acionamento do SIEM, início precoce de SBV (Suporte Básico de Vida), desfibrilhação precoce. • Suporte Básico de Vida Adulto – objetivo e limitações, procedimentos de segurança para reanimador, vítima e terceiros, posição lateral de segurança (PLS), estado de consciência, respiração, permeabilização da via aérea verificação VOS, chamada de emergência 112, compressões torácicas, insuflações, Suporte Básico de Vida com utilização de Desfibrilhador Automático Externo (SBV/DAE) • Suporte Básico de Vida Pediátrico – objetivo e limitações, procedimentos de segurança para reanimador, vítima e terceiros, posição lateral de segurança (PLS), estado de consciência, respiração, permeabilização da via aérea (corpo estranho), verificação VOS, chamada de emergência 112, compressões torácicas, insuflações.	80%

			Obstrução da Via Aérea (OVA) – tipos de obstrução, sintomas, atuação, compressões abdominais (manobra de Heimlich) e pancadas interescapulares. • Técnicas de comunicação de suporte em situações de emergência. • Traumatologia – primeiros socorros, objetos empalados, traumatismos oculares, queimaduras, traumatismo das articulações, fraturas e lesões desportivas. • Outras emergências médicas – sintomatologia, primeiro socorro (dor precordial, epilepsia, AVC, hipoglicemia, hiperglicemia, intoxicações/envenenamentos, feridas e hemorragias, choque, traumatismo craniano, traumatismo Vertebro-medular). • Equipamentos de proteção individual (EPI) - regras de utilização. **Módulo 3640: Atuar com ética e deontologia profissional no desporto** • Princípios fundamentais da ética. • Ética, doutrina, deontologia e moral. • Deontologia e ética profissional – conceitos e fundamentos. • Campos de reflexão e intervenção e suas características comuns e diferenciadas. • O método analítico como fundamentação da ética. • Valores fundamentais de um código de ética. • Ética e liberdade - responsabilidade e intencionalidade. • Códigos de ética pessoal e de deontologia profissional – papel das normas de conduta profissional na definição da deontologia da profissão, relação entre as normas deontológicas e a responsabilidade social do grupo profissional, dinâmicas entre a responsabilidade profissional e os diferentes contextos sociais. • Ética e desenvolvimento institucional – relação entre a ética individual e os padrões de ética institucional, • Igualdade, diferença, organização comunitária, códigos de ética e conduta institucional como elementos de identidade e formação de princípios reguladores das relações interpessoais e socioculturais, papel dos princípios éticos e deontológicos institucionais na mediação de conflitos coletivos. • Comunidade global e globalização – local, nacional, transnacional e global. • Internacionalização, transnacionalidade e os problemas éticos colocados pela globalização. • Ambivalências do processo de globalização. • Abertura de mercados – ética na competitividade. • Esbatimento de fronteiras. ética para a igualdade e inclusão. • A construção de uma cidadania mundial inclusiva. • Exigências em relação à organização – participação nos objetivos da organização, promoção do desenvolvimento da imagem da organização, uso correto de materiais e equipamentos, discernimento de julgamento em eventuais situações de conflito. • Sigilo profissional e proteção de dados. • Exigências em relação ao público externo – respeito e confiança, princípio da livre concorrência, comunicação bilateral. • Ética no desporto – considerações gerais e princípios organizadores. • O código de ética desportiva.	

			• Ética na gestão do desporto e especificidades da gestão do desporto • Questões éticas na intervenção e gestão do desporto. • Regulamentação e normativos para o exercício da profissão. • Regras e normas definidas **Módulo 3641: Aplicar métodos de treino desportivo** • Fundamentos da aprendizagem e desenvolvimento motor. • Fisiologia do exercício – bioenergética, adaptações fisiológicas, carga de treino, nutrição e hidratação, monitorização e avaliação. • Desenvolvimento maturacional – precoce, típico, tardio. • Carga de treino e processos adaptativos. • Modelo simplificado da supercompensação. • Estímulo de treino e repercussões no organismo. • Noções básicas da organização do treino desportivo. • Exercício de treino. • Modelos de intervenção básica. • Condicionantes neuromusculares e nervosas e formas de flexibilidade no âmbito desportivo. • Formação desportiva – planeamento e operacionalização do processo de treino. • Estilos de vida saudáveis. • Desporto para todos. • Regras e normas definidas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

TEORIA DO DESPORTO - 12.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/ Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	**Módulo 5 – Teoria e Metodologia do Treino Desportivo:** • Relaciona os conceitos de carga de treino e de processos adaptativos. • Planifica sessões de treino em função dos objetivos e recursos disponíveis e das características dos atletas. • Identifica as principais lesões desportivas, os sinais de gravidade básicos e os principais mecanismos inerentes à sua génese. • Executa primeiros socorros básicos. • Interpreta o desporto como forma de integração e capacitação das pessoas com deficiência.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS COLETIVAS 10.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3652: Aplicar técnicas da modalidade de andebol.** História do andebol; Andebol em Portugal; Terminologia específica de andebol; Regras do jogo de andebol; Terreno de jogo; Tempo de jogo; Bola; Equipa e substituições; Guarda-redes; Área de baliza; Manejo da bola; Jogo passivo; Faltas e conduta antidesportiva; Golo; Lançamentos de saída, reposição em jogo, baliza, livre e 7 metros; Sanções disciplinares; Metodologia do jogo de andebol; Jogos pré-desportivos de andebol; Jogo dos 10 passes e variantes; Bola ao fundo e variantes; Jogo reduzido e jogo condicionado; Componentes do jogo de andebol; Ações individuais ofensivas; Manipulação da bola (pega da bola); Remate (remate em apoio e em salto); Passe (passe e desmarcação); Receção (receção a duas mãos); *Drible* (drible de progressão); Ações individuais defensivas; Posição base defensiva (colocação dos apoios, colocação das mãos e dos braços, relação com as regras); Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final; Jogo formal. **Módulo 3653: Aplicar técnicas da modalidade de basquetebol.** Terminologia específica do basquetebol; Materiais e equipamento; Caracterização do jogo; Definição das zonas do campo e formas de jogar; Regras fundamentais do jogo; Técnica individual (Drible, Passe, receção e desmarcação, Lançamentos, Defesa ao jogador com bola, Posição defensiva básica, Tática individual ofensiva (Um- contra-Um), Um-contra-um em todo o campo –	80%

			atacante em progressão; Princípios técnico-táticos; Jogo reduzido; Principais conceitos ofensivos e defensivos do jogo 3x3; Tática coletiva ofensiva (Contra-ataque, Princípios técnico-táticos do contra-ataque, Metodologia do ataque); Princípios gerais do ataque de posição; Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino; Definição dos critérios de avaliação e momentos de avaliação; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. **Módulo3654: Aplicar técnicas da modalidade de voleibol.** Terminologia específica de voleibol; Materiais e equipamentos do voleibol; Código de conduta; Regras do jogo (Terreno de jogo - zonas do campo e formas de jogar e Tempo de jogo); Projeto Gira-Volei (Regulamentos básicos do Gira-Volei e minivoleibol); Regulamentos básicos, jogo 1x1, jogo 2x2, jogo 3x3 e jogo 4x4; Organização na receção do serviço; Organização na bola morta; Organização na transição; Cobertura do ataque; Regras do jogo; Técnica individual ofensiva; Técnica individual defensiva; Ações táticas coletivas ofensivas e sistemas de jogo; Ações táticas coletivas defensivas e sistemas de jogo; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. **Módulo 3673: Aplicar técnicas específicas de treino de minibásquete.** Regras e regulamentações do minibásquete; Técnicas básicas do minibasquete – drible, passe, lançamento, defesa; Metodologias de ensino e aprendizagem adaptadas a crianças; Desenvolvimento motor e físico em crianças; Estratégias de treino para crianças; Planeamento de sessões de treino lúdicas e educativas; Ferramentas de avaliação para jovens atletas; Didática do desporto infantil; Equipamentos e materiais específicos para minibásquete; Fisiologia do exercício aplicada a crianças; Prevenção e tratamento de lesões; Equipamento e material desportivo específico para minibasquete.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS COLETIVAS 11.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de Capacidades/Conh	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
	Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3651: Aplicar técnicas da modalidade de rugby.** Objetivos, estrutura, filosofia e valores do *rugby – fair play*, trabalho em equipa e respeito; Terminologia específica do *rugby;* Materiais e equipamento; Definição das zonas do campo e formas de jogar; Código de conduta; Leis do jogo e sua interpretação; Metodologia do *Tag Rugby* e/ou Bitoque *Rugby* (regras do jogo, terreno de jogo e tempo de jogo). Gestos técnicos (passe, condução de bola e finta); Formas de jogar – tática ofensiva e defensiva; Organização de um torneio de *Tag Rugby* ou Bitoque *Rugby*; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem,	80%

			conclusão e avaliação final. **Módulo 3656: Aplicar técnicas da modalidade de hóquei em campo e de patins.** Patinagem – conceitos e história do hóquei; Terminologia específica do hóquei; Materiais e equipamentos da patinagem; Normas e regulamentos do hóquei em campo e do hóquei em patins; Código de conduta; Noções de equilíbrio, centro de gravidade e base de sustentação; Hóquei – regras e técnicas; Terrenos de jogo – zonas dos campos e formas de jogar; Tempo do jogo; Finalidades e a organização do jogo; Perspetiva dualista de organização do jogo; Processo ofensivo Processo defensivo; Técnicas de patinagem; Técnica individual ofensiva; Técnica individual defensiva; Ações táticas coletivas ofensivas e sistemas de jogo Ações táticas coletivas defensivas e sistemas de jogo; Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. **Módulo3667: Planear os exercícios e os jogos pré-desportivos de andebol.** Regras, fundamentos técnicos e princípios táticos do andebol; Princípios de planeamento e periodização de treino – adaptação ao nível etário e objetivos do treino; Métodos de ensino e aprendizagem de habilidades motoras – didática desportiva, progressão pedagógica, motivação e envolvimento; Técnicas de avaliação de desempenho físico e técnico; Estratégias de motivação e comunicação com jogadores; Normas de segurança; Regras e normas definidas. **Módulo 3672: Aplicar as metodologias pedagógicas na monitorização do jogo de basquetebol.** Regras e regulamentações do basquetebol; Técnicas fundamentais do basquetebol – *drible*, passe, lançamento; Estratégias ofensivas e defensivas no basquetebol; Metodologias de ensino e aprendizagem; Desenvolvimento motor e físico dos atletas; Adaptação de exercícios para diferentes níveis de habilidade; Planeamento e periodização de treinos; Ferramentas de avaliação e análise de desempenho; Segurança e prevenção de lesões; Nutrição desportiva; Gestão de equipas desportivas. **Módulo 3674: Aplicar técnicas individuais de basquetebol.** Regras e regulamentações do basquetebol; Técnicas individuais de drible, passe, lançamento e defesa; Metodologias de ensino e aprendizagem no desporto; Desenvolvimento motor e físico de atletas; Planeamento e periodização de treinos; Análise e correção de técnicas individuais; Fisiologia do exercício; Prevenção e tratamento de lesões.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS COLETIVAS 12.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

A	C	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação

		Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3655: Aplicar técnicas da modalidade de futebol e futsal.** Enquadramento do futebol e do futsal nos jogos coletivos; Terminologia específica do futebol e do futsal; Materiais e equipamentos do futebol e do futsal; Regras do jogo; Terrenos de jogo - zonas dos campos e formas de jogar; Tempo dos jogos; Processo ofensivo; Processo defensivo; Metodologia das ações técnicas individuais; Ações individuais e coletivas (Cabeceamento, Remate, Técnica de guarda-redes, Receção, Condução, Proteção, Simulação, Drible/finta e passe); Ações individuais defensivas (Desarme e Interceção); Carga e ações específicas do guarda-redes; Técnica individual ofensiva; Técnica individual defensiva; Ações táticas coletivas ofensivas e sistemas de jogo. Ações táticas coletivas defensivas e sistemas de jogo; Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino; Definição dos critérios de avaliação e momentos de avaliação; Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. **Módulo 3670: Aplicar técnicas específicas de treino de andebol.** Técnicas básicas do andebol –passe, remate, *drible*, bloqueio; Técnicas específicas do andebol –individuais e coletivas; Métodos de treino para desenvolvimento técnico e tático; Exercícios específicos para melhorar a coordenação motora e agilidade; Análise de desempenho técnico; Estratégias de correção técnica; Fundamentos do ataque e defesa no andebol; Programação e periodização de treinos; Fisiologia do exercício aplicada ao andebol; Adaptação de exercícios para diferentes níveis de habilidade; Ferramentas de avaliação de desempenho; Comunicação eficaz em contextos de treino; Prevenção e tratamento de lesões; Equipamento e material desportivo específico para o andebol. **Módulo3675: Aplicar táticas individuais de basquetebol.** Princípios básicos de táticas individuais no basquetebol; Técnicas de marcação, posicionamento e movimentação sem bola; Metodologias de ensino e aprendizagem no desporto; Desenvolvimento motor e físico de atletas; Planeamento e periodização de treinos; Análise e correção de táticas individuais; Prevenção e tratamento de lesões. **Módulo 3676: Aplicar tática coletiva de basquetebol.** Princípios básicos de táticas coletivas no basquetebol; Estratégias ofensivas – pick and roll, motion offense; Estratégias defensivas – defesa individual, zona, *press;* Transições ofensivas e defensivas; Metodologias de ensino e aprendizagem no desporto; Desenvolvimento motor e físico de atletas. Planeamento e periodização de treinos; Análise e correção de táticas coletivas. **Módulo 3677: Planear os exercícios e o treino para os jogos de basquetebol.** Regras e regulamentações do basquetebol; Técnicas básicas e avançadas do basquetebol – drible, passe, lançamento, defesa; Princípios táticos ofensivos e defensivos; Metodologias de ensino e aprendizagem no desporto; Planeamento e periodização de treinos; Prevenção e tratamento de lesões; Ferramentas de avaliação e feedback; Estratégias para melhorar a concentração e a tomada de decisão. Nutrição desportiva – maximização do desempenho; Gestão de equipas desportivas.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	

		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTOS COLETIVOS - 12.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de competências		**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
	Capacidades/Conhecimentos	**Conhecimento/Atividades Físicas.**	**Módulo de O jogo:** Reconhece a história dos jogos. Identifica os jogos tradicionais portugueses. Identifica os diferentes tipos de jogos e as ideias em que se aplicam. Realiza uma actividade em que seja utilizado um jogo. Elaborar um portefólio de jogos. Identifica e reconhece o conceito de jogo, os tipos de jogos e a história e evolução dos jogos. Reconhece os objectivos e funcionalidades dos vários jogos tradicionais portugueses. Planeia e coloca em prática alguns dos jogos tradicionais portugueses. **Módulo de Rugby – Iniciação:** Reconhece os valores do rugby e código de conduta. Aplica os conceitos relativos ao plano de segurança e procedimentos em caso de lesão e emergência. Identifica a metodologia de ensino dos jogos preparatórios. Aplica as leis dos jogos preparatórios aos escalões sub-8 a sub-12, diferenciando as faltas técnicas e outras infrações. Identifica o objectivo, estrutura e filosofia do rugby. Identifica e aplica a metodologia do Tag/rugby e do Ritoque Rugby. Organiza e dinamiza em torneio de Tag Rugby ou Bitoque Rugby. **Módulo Futebol – capacidades motoras:** • Treino desportivo em futebol; Potencial de treinabilidade em futebol; Natureza multifactorial do rendimento em futebol; Interdependência das componentes de rendimento na performance no jogo de futebol; Importância da componente condicional do rendimento em futebol; Fisiologia e treino com crianças e jovens no futebol; Padrão típico de atividade no jogo e no treino; Exigências físicas do Futebol em função do estatuto posicional; Influência das características morfofuncionais na escolha do estatuto posicional; Fundamentação biológica do treino em futebol; Especificidades da adaptação funcional ao exercício e ao treino em futebol; Técnica individual: passe/receção, drible, remate, cabeceamento. Jogo formal.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	

		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS INDIVIDUAIS - 10.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

		Domínios	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	Conhecimentos/ Atividades Físicas.	Módulo **UC03649 - Aplicar técnicas de modalidades de atletismo** o aluno deve saber: • Aplicar técnicas de modalidades de atletismo • Dominando as regras e regulamentos do atletismo de ar livre e pista coberta. • Identificando os gestos técnicos e táticos e as suas componentes críticas. • Comunicando com os participantes e fornecendo feedback contínuo e construtivo, de modo a corrigir erros e melhorar as suas técnicas. • Garantindo a segurança dos participantes. • Agindo com responsabilidade, respeitando o espírito desportivo e as características individuais de cada individuo. Módulo **UC03643 - Aplicar técnicas de modalidades de raquetes indoor,** o aluno deve saber: • Aplicar técnicas de modalidades de raquetes indoor • Dominando as regras e regulamentos do badminton, squash e ténis de mesa. • Identificando os gestos técnicos e táticos e as suas componentes críticas. • Comunicando com os participantes e fornecendo feedback contínuo e construtivo de modo a corrigir erros e melhorar as suas técnicas. • Garantindo a segurança dos participantes. • Agindo com responsabilidade, respeitando o espírito desportivo e as características individuais de cada individuo.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS INDIVIDUAIS - 11.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/ Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	Módulo **UC03650** – **Aplicar técnicas de modalidades de raquetes outdoor gerais** o aluno deve saber: • Modalidades de raquetes outdoor – conceitos, história e princípios • Regras básicas das modalidades – ténis e padel. • Terminologia das modalidades • Princípios do movimento da técnica gestual - serviço e receção. • Regulamentos específicos das modalidades de âmbito federado. • Materiais e equipamentos específicos. • Os batimentos fundamentais. Direita e esquerda. • Voleibol e smash. • Serviço • Batimentos especiais. • Amortie. • Passing-shot. • Raquete de ténis e de padel. • Match point, set point, break point. • Ensino adaptado (Play and Stay) do ténis. • Etapas do jogo adaptado do ténis. • Progressão do jogo. • Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino. Módulo **UC03660** – **Aplicar técnicas de modalidades de treino de cardiofitness e de Musculação ,** o aluno deve saber: • Atividade física – benefícios cardiovasculares e musculares (redução do risco de doença). • Promoção da saúde, bem-estar e aptidão física. • Condicionamento cardiovascular, condicionamento muscular (hipertrofia, resistência muscular), flexibilidade e composição corporal. • Equipamentos de cardiofitness. • Equipamentos de musculação. • Tipologia de exercícios de cardiofitness e musculação. • Técnicas para diferentes grupos musculares – peitorais, costas, deltóides, bíceps, tríceps, • quadríceps, isquiotibiais, glúteos, gémeos, abdominais, entre outros • Dinâmica da carga.	80%

			• Progressividade - variáveis (carga, volume, intensidade e frequência). • Especificidade. • Individualidade - variáveis (idade, ível físico e restrições). • Continuidade. • Normas de segurança. • Regras e normas definidas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTIVAS INDIVIDUAIS - 12.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/ Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/ Atividades Físicas.	Módulo **UC03642** – **Aplicar técnicas de modalidades de judo e de luta olímpica**, o aluno deve saber: • Origem, evolução e tendências de desenvolvimento das modalidades de judo e luta olímpica. • Terminologia específica da modalidade. • Ética desportiva e código moral do judo. • Prática das modalidades no âmbito dos desportos táticoestratégicos. • Regulamentos específicos das modalidades de âmbito federado e o sistema de graduações. • Materiais e equipamentos específicos regulamentados. • Modo de utilização dos materiais e equipamentos – âmbito formal e informal da prática, ao nível da • formação ou do alto rendimento. • Fundamentos técnicos e táticos predominantes nas modalidades – especificidades. • Saudação e os princípios • fundamentais das técnicas. • Técnica e tática da luta em pé e no solo. • Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino.	80%

			• Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. • Normas de segurança. • Regras e normas definidas. Módulo **UC03647** – **Criar hipóteses à adaptação ao meio aquático,** o aluno deve saber: • Terminologia específica da modalidade. • Adaptação ao meio aquático – observação e análise de variáveis, hipóteses e critérios de intervenção para a elaboração de exercícios diferenciados, Fundamentos de mecânica dos fluidos. • Água – características físicas. • Comportamento do ser humano na água e suas características. • Princípios físicos básicos de flutuação, equilíbrio, resistência e propulsão. • Flutuabilidade e equilíbrio estático. • Resistência hidrodinâmica. • Equilíbrio dinâmico e propulsão. • Habilidades motoras aquáticas • básicas da natação. • Equilíbrio. • Respiração (imersão). • Propulsão – salto para a água. • Manipulações – viragens, partidas e chegadas. • Adaptação ao meio aquático com bebés – especificidades e metodologia específica. • Técnicas de planeamento, execução e avaliação. • Proposta metodológica para a adaptação o ao meio aquático – progressões e avaliação para as diversas habilidades motoras aquáticas básicas da natação. • Adaptação ao meio aquático para bebés (6-24 meses). • Intervenção dos pais no processo ensino-aprendizagem. • Promoção do nado “automático”. • Promoção do reflexo epiglotal. • Promoção da extensão cervical. • Adaptação ao meio aquático – entre os 24 meses e os 3 anos. • Adaptação ao meio aquático – mais de 3 anos. • Formação de base. Módulo **UC03648** – **Aplicar técnicas gerais de ginástica,** o aluno deve saber: • Ginástica artística, rítmica e acrobática - princípios e valores. • Terminologia específica da modalidade. • Materiais e equipamentos.	

			• Elementos técnicos de ginástica – equilíbrios, saltos, rotações, manipulação de aparelhos, montes e desmontes, corridas. • Aquecimentos específicos da ginástica – abordagem ao solo, mesa de saltos, minitrampolim, • aparelhos (M/F). • Equilíbrios de base. • Pressupostos técnicos de execução de técnicas no solo e nos aparelhos. • Técnicas gímnicas - estacionários. • Técnicas dinâmicas - deslocamentos em equilíbrios. • Elementos técnicos com dois e três ginastas. • Pegas e pontos de contacto. • Noções de equilíbrio (peso e contrapeso). • Elementos de equilíbrio no solo entre dois ginastas. • Elementos de equilíbrio para pares ou trios. • Montes e desmontes. • Elementos de dinâmicos para pares ou trios. • Saltos gímnicos. • Saltos no solo para as diversas disciplinas. • Exercícios de adaptação ao minitrampolim, trampolim e mesa de saltos. 20. Progressão de saltos e colocação de braços. • Progressão de saltos e jogos no trampolim. • Corridas. • Corrida de velocidade progressiva. • Corrida de aproximação com pré-chamada e chamada a 1 e 2 pés no trampolim reuther, no • minitrampolim. • Exercícios de técnica de corrida. • Saltos verticais simples. • Saltos no minitrampolim, trampolim, tumbling (insuflável) e na mesa de saltos. • Receções com e sem piruetas. • Rotações longitudinais. • Definição da lateralidade em ginástica. • Definição e variações das rotações longitudinais com e sem contacto, independente da • posição do corpo. • Rotações no eixo transversal. • Rotação à frente com contacto no solo e nos aparelhos; sem contacto no solo e no minitrampolim, duplo mintrampolim e trampolim.	

			• Rotação atrás- com contacto no solo e nos aparelhos; sem contacto no solo e no minitramplim, duplo minitrampolim e trampolim. • Rotações em eixos conjuntos. • Eixo longitudinal e anteroposterior no solo e nos aparelhos. • Eixo transversal e longitudinal no solo e no minitrampolim, duplo minitrampolim e trampolim. • Rotação nos três eixos. • Técnicas de planeamento, execução e avaliação. • Teamgym e ginástica para todos. • Normas de segurança. • Regras e normas definidas	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

MODALIDADES DESPORTOS INDIVIDUAIS - 12.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/Atividades Físicas.	Na UFCD – **Atletismo – Iniciação**, o aluno deve saber: • Aplica os principais aspetos regulamentares no que respeita à competição. • Identifica e aplica os principais aspetos da técnica de corrida das provas de velocidade. • Identifica e aplica os principais aspetos técnicos do salto em altura. • Identifica e aplica os principais aspetos técnicos do lançamento do peso. • Descreve os principais aspetos regulamentares no que respeita à competição. • Organiza sessões de treino das diferentes disciplinas do atletismo Na UFCD – **Natação – Adaptação ao meio aquático,** o aluno deve saber: • Aplica os diferentes princípios do movimento na água com a aquisição e desenvolvimento da adaptação ao meio aquático. • Identifica e aplicar os critérios fundamentais para a aquisição de habilidades motoras aquáticas básicas da natação. • Identifica e implementar os princípios físicos básicos de flutuação, equilíbrio, resistência e propulsão na introdução às técnicas da natação pura desportiva. • Relaciona os diferentes princípios do movimento na água com a aquisição e desenvolvimento da adaptação ao meio aquático. Na UFCD – **Cardiofitness e musculação – o treino,** o aluno deve saber: • Identifica e aplicar métodos de treino cardiovascular e de treino de força de acordo com a população alvo e os seus objetivos. • Identifica e aplicar os princípios do treino cardiovascular e de força de acordo com as variáveis possíveis.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E LAZER 10.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	Capacidades/Conhecimentos	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3661: Planear aulas de ginástica localizada** 1. Ginástica localizada – história da modalidade. 2. Objetivos e benefícios da ginástica localizada – força, resistência muscular localizada e cardiovascular combinadas e tonificação. 3. Materiais e formas de variar a aula de ginástica localizada – nível iniciante, intermédio e avançado. 4. Estrutura da aula de ginástica localizada – sobrecarga, adaptação e especificidade. 5. Aquecimento. 6. Fase aeróbia. 7. Fase localizada. 8. Retorno à calma e alongamento. 9. Tipologia de exercícios na aula de ginástica localizada - exercícios variados para diferentes grupos musculares, com e sem equipamentos. 10. Normas de prevenção numa aula de ginástica localizada. 11. Normas de segurança e da qualidade. **Módulo 3663: Planear aulas de ginástica aeróbica e de step** 1. História da modalidade aeróbica e do step - objetivos e benefícios. 2. Passos básicos – apoios e gestos). 3. Passos de liderança simples e de liderança alternada. 4. Estrutura da aula – nível iniciante, intermédio e avançado. 5. Aquecimento. 6. Fase principal (segmento aeróbio). 7. Retorno à calma e alongamento final. 8. Tipologia de exercícios. 9. Música na aula – batidas musicais e batidas por minuto (bpm) 10. Compasso quaternário. 11. Oitos musicais. 12. Frase musical. 13. Ordens de comando. 14. Normas de prevenção. 15. Normas de segurança e da qualidade. **Módulo 3636: Desenhar e executar programas e projetos e projetos de desporto** 1. Tipos de programas e projetos de desporto. 2. Ciclo de vida de um programa e fases dos projetos. 3. Cliente do projeto e partes interessadas. 4. Trabalho colaborativo de alinhamento com os objetivos e interesses das partes envolvidas – atletas, treinadores,	80%

			dirigentes desportivos, patrocinadores e comunidade. 5. Processo de planeamento – etapas 6. Conceção e desenho do programa ou projeto. metas e objetivos. 7. Meios e recursos – orçamento, cronograma e normas a respeitar 8. Levantamento das necessidades – análise, benchmarking, levantamento de recursos disponíveis, reconhecimento do terreno. 9. Método de pesquisa e recolha de dados – questões e instrumentos. 10. Métodos de análise dos dados. 11. Regras e normas definidas.	
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E LAZER 11.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3662: Ministrar e avaliar aulas de ginástica localizada** 1. Ginástica localizada – nível iniciante, intermédio e avançado. 2. Ginástica localizada – música equipamentos e tipologia de exercícios. 3. Aplicação do plano da aula de ginástica localizada – progressão dos exercícios (complexidade e intensidade adaptadas aos participantes), diversidade dos exercícios, motivação dos participantes (retorno constante e construtivo do desempenho). 4. Técnicas e exercícios de aquecimento. 5. Técnicas e exercícios da fase aeróbia. 6. Técnicas e exercícios da fase localizada 7. Técnicas e exercícios da fase de retorno à calma e alongamento. 8. Normas de prevenção. 9. Normas de segurança e da qualidade. **Módulo 3664: Ministrar e avaliar aulas de ginástica aeróbica** 1. Características primárias das aulas de ginástica aeróbica - eficácia, segurança e acessibilidade 2. Passos básicos e estrutura musical.	80%

			3. Princípios orientadores para a montagem coreográfica na aula de ginástica aeróbica. 4. Simetria. 5. Perna pronta. 6. Sequências coreográficas na ginástica aeróbica. 7. Elemento, segmento, frase e bloco coreográfico. 8. Junção coreográfica. 9. Liderança, dimensão e deslocamentos. 10. Métodos de montagem coreográfica na ginástica aeróbica. 11. Associativo; pirâmide; adição 12. Split; espelho. 13. Tipologia de exercícios. 14. Estratégias de ensino – técnicas e exercícios. 15. Adição/subtração. 16. *Insert* e progressão. 17. Tipologia de exercícios. 18. Frases cruzadas na ginástica aeróbica. 19. Aplicação dos planos de aula – progressão dos exercícios (complexidade e intensidade adaptadas aos participantes), diversidade dos exercícios, motivação dos participantes (retorno constante e construtivo do desempenho). 20. Normas de elaboração. 21. Princípios de aplicação. 22. Normas de correção. 23. Normas de prevenção. 24. Normas de segurança e da qualidade. **Módulo 3645: Aplicar técnicas da modalidade de orientação** 1. Orientação e cartografia 2. Orientação – princípios, regras e regulamentos. 3. Terminologia específica da modalidade. 4. Materiais e equipamentos específicos. 5. Tecnologias de informação e comunicação – utilização e potencialidades. 6. Sistemas de navegação por satélite – princípios, funcionamento e modelos. 7. Técnicas de orientação com cartografia – especificidades. 8. Percursos pedestres. 9. Jogos e percursos simples. 10.Percursos complexos e meios auxiliares. 11.Operacionalização de aprendizagens e provas. 12.Protocolos de aplicação. 13.Diversidade de grupos-alvo.	

			14.Códigos nacionais e internacionais. 15.Técnicas de planeamento, execução e avaliação. 16.Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. 17.Técnicas de salvamento. 18.Orientação e segurança – passiva e ativa. 19.Regras e normas definidas. **Módulo 3665: Ministrar e avaliar aulas de step** 1. Caracteristicas primárias das aulas de step – eficácia, segurança, acessibilidade. 2. Passos básicos e estrutura musical. 3. Princípios orientadores na montagem coreográfica. 4. Sequências coreográficas 5. Elemento, segmento, frase e bloco coreográfico. 6. Regras básicas na construção de sequências coreográficas. 7. Métodos de montagem coreográfica. 8. Associativo; pirâmide (pares e total); adição. 9. Split (pares, trios e total); espelho. 10. Tipologia de exercícios. 11. Estratégias de ensino– técnicas e exercícios. 12. Adição/subtração. 13. *Insert*; progressão. 14. Frases cruzadas. 15. Simples. 16. Complexas. 17. Aplicação dos planos de aula – progressão dos exercícios (complexidade e intensidade adaptadas aos participantes), diversidade dos exercícios, motivação dos participantes (retornoconstante e construtivo do desempenho). 18. Normas de elaboração. 19. Princípios de aplicação. 20. Normas de correção. 21. Normas de prevenção. 22. Normas de segurança e da qualidade. **Módulo 3659: Adaptar a atividade física a praticantes com necessidades diferenciadas** 1. Exercício e saúde – atividade física formal e informal. 2. Exercício físico como estímulo metabólico e biomecânico. 3. Relação entre o exercício físico e a saúde – em fases especiais da vida e de transição e/ou em pessoas com determinado problema de saúde ou limitação funcional. 4. Tipos de deficiências ou incapacidades.	

			5. Diversidade funcional das pessoas com deficiência – pessoas cegas ou com baixa visão, pessoas surdas, pessoas com deficiências músculoesqueléticas, do movimento, da voz e da fala, pessoas com deficiência intelectual e do desenvolvimento, pessoas com autismo. 6. Tipos de limitações inerentes ao envelhecimento e a outras condições físicas ou gerais de saúde - pessoas grávidas, pessoas com caraterísticas físicas excecionais, pessoas com sequelas de diversas patologias (hipertensão, diabetes, obesidade, osteoporose, entre outras, patologias musculoesqueléticas). 7. Direitos das pessoas com limitações, das pessoas comdeficiência ou com diversidade funcional. 8. Produtos, meios de apoio e ajudas técnicas. 9. Terminologia específica do desporto adaptado. 10. Materiais e equipamentos. 11. Conceitos, princípios e pressupostos da avaliação e prescrição do exercício adaptado. 12. Tipo dos instrumentos e técnicas de avaliação da condição física. 13. Estratificação de risco de doença cardiovascular ou metabólica. 14. Exercício, desenvolvimento e envelhecimento. 15. Principais características, capacidades, necessidades e objetivos nas fases especiais da vida: crianças, jovens e idosos. 16. Adaptação das linhas orientadoras da avaliação e prescrição do exercício à população-alvo, no que se refere à aptidão física, muscular e composição corporal. 17. Exercício como fator de intervenção primária e secundária. 18. Principais causas, fatores de risco e características da hipertensão, diabetes, obesidade e osteoporose. 19. Principais características, capacidades e necessidades das pessoas com determinados problemas de saúde – hipertensão, diabetes, obesidade e osteoporose. 20. Objetivos e benefícios do exercício para prevenção e controlo de hipertensão, diabetes,obesidade e osteoporose. 21. Programas de exercício para pessoas portadoras de deficiência. 22. Tipos de programas de exercício para pessoas com deficiência ou diversidade funcional 23. Tipo de limitações e preocupações específicas adequadas ao tipo de deficiência ou diversidade funcional. 24. Estabelecimento de uma relação positiva com os praticantes e promoção da adesão ao exercício. 25. Técnicas de apoio, metodologias e recursos adaptados. 26. Desporto adaptado. 27. Principais regras do jogo *Goaball* e do voleibol sentado, futebol para cegos e *Boccia.* 28. Estratégias de adaptação. 29. Movimentos de estabilidade locomotores e manipulativos. 30. Técnicas de inclusão. 31. Técnicas de planeamento, execução e avaliação. 32. Normas de segurança para atividades físicas adaptadas. 33. Regras e normas definidas.	

	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E LAZER 12.º ANO (para o curso que inicia no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/Atividades Físicas.	**Módulo 3644: Aplicar técnicas de modalidades de remo** 1. Modalidades do remo – na água e indoor. 2. Embarcações – tipos e constituição. 3. Princípios, regras e regulamentos do remo. 4. Terminologia específica da modalidade. 5. Materiais e equipamentos específicos. 6. Componentes técnicas prioritárias da remada. 7. Fundamentos técnicos e táticos predominantes na modalidade. 8. Características dos ventos, marés e correntes. 9. Técnicas de embarque e desembarque. 10. Processos de esvaziamento do caiaque. 11. Técnicas básicas – propulsão, retropulsão e apoios. 12. Remo – especificidades. 13. Técnicas de planeamento, execução e avaliação do treino. 14. Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. 15. Remo – principais competições. 16. Técnicas de salvamento. 17. Normas de segurança. 18. Regras e normas definidas. **Módulo 3658: Aplicar técnicas de atividades de body & mind** 1. *Body & mind* – conceitos, princípios e áreas do conhecimento 2. Objetivos de treino nas aulas de *body & mind*. 3. Terminologia específica da modalidade.	80%

			4. Materiais e equipamentos. 5. Música. 6. Exercícios de *body & mind*. 7. Técnicas para o desenvolvimento da força, flexibilidade e equilíbrio em aulas de *body & mind*. 8. Técnicas para o desenvolvimento postural e para a consciencialização corporal – bípede, deitado, sentado e quatro apoios). 9. Técnicas de respiração, de relaxamento, de concentração e de meditação. 10. Técnicas de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. 11. Elementos de variação da intensidade e da complexidade dos exercícios – flexibilidade, equilíbrio, força, mobilidade articular e correção postural. 12. Alinhamento neutro e exercícios de consciencialização postural em diferentes posições (bípede, deitado, sentado e quatro apoios). 13. Estrutura e planeamento das aulas de *body & mind*. 14. Intervenção pedagógica nas aulas de *body & mind*. 15. Técnicas de planeamento, execução e avaliação. 16. Normas de segurança. 17. Regras e normas definidas **Módulo 3657: Aplicar técnicas de modalidades tradicionais** 1. Jogo tradicional – valores e costumes da cultura portuguesa. 2. História e evolução dos jogos tradicionais – diversidade regional e cultural portuguesa. 3. Jogos tradicionais portugueses – malha (ou chinquilho), pião, cabra-cega, lenço, escondidas, andas, sacos, macaca, entre outros. 4. Tipos de jogos - simbólicos, sensoriomotores, tradicionais. 5. Princípios, objetivos e finalidades dos jogos tradicionais. 6. Terminologia específica. 7. Materiais e equipamento. 8. Caracterização dos jogos tradicionais. 9. Definição das zonas e formas de jogar. 10.Regras fundamentais jogos tradicionais. 11.Jogos tradicionais – aplicação por tipo de participantes e idades. 12.Jogos tradicionais - técnicas e táticas. 13.Planeamento e construção de jogos tradicionais. 14.Técnicas de organização e avaliação dos jogos. 15.Definição dos critérios de avaliação e momentos de avaliação 16.Fases do jogo – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade deaprendizagem, conclusão e avaliação final. 17.Normas de segurança. 18.Regras e normas definidas.	

			Módulo 3646: Aplicar técnicas de escalada e manobra de cordas 1. Terminologia específica da modalidade. 2. Escalada e segurança. 3. Escalada desportiva de "dificuldade". 4. Materiais e equipamentos específicos. 5. Nós fundamentais. 6. Noções de física aplicada à escalada – fator de queda e força de choque. 7. Escalada desportiva em *boulder* ou bloco. 8. Manobras de segurança com diferentes aparelhos. 9. Manobras de cordas. 10. Equipamento de ancoragens e amarrações de aparelhos de travessia. 11. Técnicas de planeamento, execução e avaliação. 12. Fases do treino – avaliação inicial, informação inicial, instrução, diagnóstico e prescrição da atividade de aprendizagem, conclusão e avaliação final. 13. Técnicas de salvamento. 14. Sistemas de segurança e autossegurança 15. Regras e normas definidas **Módulo 3671: Planear e organizar o andebol adaptado e de praia** 1. Regras e regulamentações específicas do andebol adaptado. 2. Regras e regulamentações específicas do andebol de praia. 3. Técnicas e táticas adaptadas para andebol em diferentes contextos. 4. Planeamento de treinos para andebol adaptado e de praia. 5. Estruturas e formatos de competições adaptadas. 6. Equipamentos e materiais específicos para andebol adaptado e de praia. 7. Princípios de acessibilidade e inclusão no desporto. 8. Métodos de treino para diferentes tipos de deficiência. 9. Fundamentos do treino em areia para andebol de praia. 10. Gestão de eventos desportivos. 11. Prevenção de lesões em contextos adaptados e de praia. 12. Comunicação eficaz com atletas com necessidades especiais. 13. Desenvolvimento de programas de integração através do desporto. 14. Fisiologia e biomecânica aplicada ao andebol de praia. 15. Normas de segurança. 16. Regras e normas definidas.	
Atitud	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%

		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

ATIVIDADES DE ANIMAÇÃO E LAZER - 12.º ANO (para o curso que termina no presente ano letivo)

Áreas de competências	**Capacidades/Conhecimentos**	**Domínios**	**Descritores de Aprendizagens**	**Ponderação**
		Conhecimento/Atividades Físicas.	**No módulo 25 – GINÁSTICA AERÓBICA – A AULA** • Identifica os passos básicos (técnica de execução), exercícios, termos e definições. • Explica a estrutura de uma aula de ginástica aeróbica. • Reconhece a estrutura musical utilizada nas aulas de ginástica aeróbica e a importância do uso da música. • Explica o efeito da velocidade da música na postura do praticante e no alinhamento e intensidade da aula de ginástica aeróbica. **No módulo 26 – STEP – MONTAGEM COREOGRÁFICA** • Reconhece os princípios orientadores que regem a montagem coreográfica. • Aplica as regras básicas utilizadas na construção de sequências coreográficas e as diferentes formas de comunicação (verbal e gestual) nos exercícios com música. • Prepara equipamentos e instalações para a sessão de step em conformidade com as diretrizes em vigor. • Utiliza a correta colocação do professor na sala de aula de step e as mudanças de posição para observação dos praticantes em diferentes ângulos de forma a tornar as aulas eficazes e seguras. **No módulo 27 – GINÁSTICA AERÓBICA – MONTAGEM COREOGRÁFICA** • Aplica as regras básicas utilizadas na construção de sequências coreográficas e as diferentes formas de comunicação (verbal e gestual) e a sua utilização nos exercícios com música. • Prepara equipamentos e instalações para a sessão de ginástica aeróbica de acordo com as diretrizes em vigor. • Aplica as normas de segurança de forma a assegurar que os praticantes realizam as atividades de forma segura.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

SISTEMAS OPERATIVOS E ARQUITETURA DE COMPUTADORES - 12.º ANO

Áreas de competências	Capacidades/ Conheciment	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Literacia da informação e dos dados	**Módulo 7846 - Informática – noções básicas** • Identifica as diferentes fases da evolução da microinformática. • Identifica, caracterizare distingue as diferentes componentes da microinformática. • Utiliza, a nível elementar, as principais ferramentas informáticas na ótica do utilizador	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

FUNDAMENTOS DE PROGRAMAÇÃO - 12.º ANO

Áreas de competências	Capacidades/ Conheciment	Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
		Criação de Conteúdos e Desenvolvimento de Soluções	**Módulo 809: Programação em CC++ - fundamentos** • Concebe programas em linguagem C/C++. **Módulo 810: Programação em CC++ - avançada** • Elabora programas complexos em linguagem C/C++.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

PROGRAMAÇÃO WEB E SISTEMAS DE INFORMAÇÃO - 12.º ANO

Áreas de competências		Domínios	Descritores de Aprendizagens	Ponderação
	Capacidades/ Conhecimentos	**Criação de Conteúdos e Desenvolvimento de Soluções**	**Módulo 10794 - Programação avançada com Python** • Aplica as boas práticas de escrita de código. • Cria classes e utilizar objetos de forma efetiva. • Utiliza as propriedades dos objetos para criar "código dinâmico". • Efetua a depuração e log. • Programa para a web em Python **Módulo 3933 - Administração de bases de dados para programadores** • Descreve a arquitetura de uma base de dados Oracle e seus fatores que influenciam o seu desempenho. • Identifica os parâmetros que o administrador da base de dados pode controlar e que têm influência direta no desempenho e segurança. • Executa as tarefas típicas de administração de base de dados. **Módulo 10791- Desenvolvimento de aplicações WEB em JAVA** • Implementa e cria aplicações Java EE. • Gere regras de negócio utilizando POJOs, EJBs, SOAP WebServices, e JMS. • Administra persistência utilizando JPA. • Garante a segurança nas aplicações web. **Módulo 3935 - Programação em C#** • Produzi, depura e testa o código de aplicações produzidas no ambiente Visual Studio com recurso à linguagem Visual C# .NET. • Manipula a programação por objetos e eventos em Visual C# .NET. • Utiliza o Visual C# .NET como interface para bases de dados. **Módulo 10790 - Projeto de programação** • Planeia um projeto de desenvolvimento de software. • Implementa um projeto de desenvolvimento de software.	80%
	Atitudes	**Responsabilidade e Autonomia**	• Apresenta e utiliza o material necessário. • Cumpre tarefas e prazos. • É autónomo e persistente na realização das tarefas propostas.	20%
		Relacionamento Interpessoal e Cidadania	• Cumpre as regras e orientações. • Respeita o professor e os colegas. • Coopera e contribui para o trabalho em grupo.	
		Participação e Envolvimento na Aprendizagem	• Participa de forma organizada e com pertinência. • Procura melhorar o seu desempenho.	

Formação em Contexto de Trabalho

FCT - CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSITICA		
domínios	**parâmetros de avaliação**	**ponderação**
saber / saber fazer	**Aplicação de conhecimentos adquiridos** Aplica os conhecimentos teórico-práticos adquiridos, na execução das atividades previstas no plano individual de atividades.	20%
	Qualidade do trabalho realizado Realiza a sua atividade com recurso aos métodos adequados, demonstrando rapidez na execução das atividades distribuídas e não descurando a qualidade do trabalho realizado.	30%
	Autonomia, iniciativa e aprendizagem de novos conhecimentos Demonstra autonomia na realização das atividades que lhe são distribuídas, iniciativa na resolução de problemas que lhe são colocados e facilidade de adaptação a novas tarefas/aprendizagens.	25%
	Aplicação das regras de higiene, saúde e segurança Aplica as normas de segurança e higiene, evitando acidentes que ponham em risco a própria segurança e/ou a dos outros.	5%
saber ser / saber estar	**Pontualidade e assiduidade** Cumpre as regras de pontualidade e assiduidade definidas.	5%
	Apresentação pessoal Apresenta-se de forma cuidada e demonstra ter comportamento responsável e adequado ao contexto de trabalho.	5%
	Relacionamento interpessoal Demonstra boa capacidade de comunicação, respeita os outros, sabe ocupar o seu devido lugar e adapta-se ao ambiente de trabalho.	10%

RELATÓRIO DA FCT - CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSITICA	
parâmetros de avaliação	**ponderação**
Conteúdos/desenvolvimento Possibilita uma avaliação correta e completa da fct realizada na entidade de acolhimento, nomeadamente através da indicação dos seguintes aspetos: onde foi realizada, atividades desenvolvidas, conhecimentos adquiridos e/ou aplicados, competências adquiridas e/ou consolidadas, dificuldades sentidas e soluções encontradas. Apresenta a ligação entre a prática e as competências adquiridas na escola/entidade formadora.	50%
Espírito crítico Trata-se de uma reflexão sustentada da fct: análise retrospetiva sobre todo o trabalho desenvolvido, com indicação de sugestões para melhoria das suas próprias capacidades e competências, bem como de possíveis alterações a introduzir na formação. Apresenta uma autoavaliação ao nível dos diversos parâmetros de avaliação, bem como uma avaliação do acompanhamento e monitorização da formação por parte das entidades de acolhimento e formadora.	20%
Expressão escrita O discurso é adequado à situação e cumpre com os princípios da estruturação discursiva e da correção linguística. As ideias, opiniões, vivências e factos são expressas de forma pertinente, estruturada e fundamentada. O texto encontra-se estruturado e adequado. cumpre as propriedades da textualidade (continuidade, progressão, coesão e coerência).	20%
Estrutura Obedece à estrutura definida.	10%

FCT - CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO		
Domínios	**Parâmetros de Avaliação**	**Ponderação**
Saber / Saber fazer	**Aplicação de conhecimentos adquiridos** Aplica os conhecimentos teórico-práticos adquiridos, na execução das atividades previstas no Plano Individual de Atividades.	20%
	Qualidade do trabalho realizado Realiza a sua atividade com recurso aos métodos adequados, demonstrando rapidez na execução das atividades distribuídas e não descurando a qualidade do trabalho realizado.	30%
	Autonomia, iniciativa e aprendizagem de novos conhecimentos Demonstra autonomia na realização das atividades que lhe são distribuídas, iniciativa na resolução de problemas que lhe são colocados e facilidade de adaptação a novas tarefas/aprendizagens.	25%
	Aplicação das regras de higiene, saúde e segurança Aplica as normas de segurança e higiene, evitando acidentes que ponham em risco a própria segurança e/ou a dos outros.	5%
Saber ser / Saber estar	**Pontualidade e assiduidade** Cumpre as regras de pontualidade e assiduidade definidas.	5%
	Apresentação pessoal Apresenta-se de forma cuidada e demonstra ter comportamento responsável e adequado ao contexto de trabalho.	5%
	Relacionamento interpessoal Demonstra boa capacidade de comunicação, respeita os outros, sabe ocupar o seu devido lugar e adapta-se ao ambiente de trabalho.	10%

RELATÓRIO DA FCT - CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO	
Parâmetros de Avaliação	**Ponderação**
Conteúdos/desenvolvimento Possibilita uma avaliação correta e completa da FCT realizada na entidade de acolhimento, nomeadamente através da indicação dos seguintes aspetos: onde foi realizada, atividades desenvolvidas, conhecimentos adquiridos e/ou aplicados, competências adquiridas e/ou consolidadas, dificuldades sentidas e soluções encontradas. Apresenta a ligação entre a prática e as competências adquiridas na escola/entidade formadora.	50%
Espírito crítico Trata-se de uma reflexão sustentada da FCT: análise retrospetiva sobre todo o trabalho desenvolvido, com indicação de sugestões para melhoria das suas próprias capacidades e competências, bem como de possíveis alterações a introduzir na formação. Apresenta uma autoavaliação ao nível dos diversos parâmetros de avaliação, bem como uma avaliação do acompanhamento e monitorização da formação por parte das entidades de acolhimento e formadora.	20%
Expressão escrita O discurso é adequado à situação e cumpre com os princípios da estruturação discursiva e da correção linguística. As ideias, opiniões, vivências e factos são expressas de forma pertinente, estruturada e fundamentada. O texto encontra-se estruturado e adequado. Cumpre as propriedades da textualidade (continuidade, progressão, coesão e coerência).	20%
Estrutura Obedece à estrutura definida.	10%

FCT - CURSO PROFISSIONAL DE PROGRAMADOR DE INFORMÁTICA

Domínios	Parâmetros de Avaliação	Ponderação
Saber / Saber fazer	**Aplicação de conhecimentos adquiridos** Aplica os conhecimentos teórico-práticos adquiridos, na execução das atividades previstas no Plano Individual de Atividades.	20%
	Qualidade do trabalho realizado Realiza a sua atividade com recurso aos métodos adequados, demonstrando rapidez na execução das atividades distribuídas e não descurando a qualidade do trabalho realizado.	30%
	Autonomia, iniciativa e aprendizagem de novos conhecimentos Demonstra autonomia na realização das atividades que lhe são distribuídas, iniciativa na resolução de problemas que lhe são colocados e facilidade de adaptação a novas tarefas/aprendizagens.	25%
	Aplicação das regras de higiene, saúde e segurança Aplica as normas de segurança e higiene, evitando acidentes que ponham em risco a própria segurança e/ou a dos outros.	5%
Saber ser / Saber estar	**Pontualidade e assiduidade** Cumpre as regras de pontualidade e assiduidade definidas.	5%
	Apresentação pessoal Apresenta-se de forma cuidada e demonstra ter comportamento responsável e adequado ao contexto de trabalho.	5%
	Relacionamento interpessoal Demonstra boa capacidade de comunicação, respeita os outros, sabe ocupar o seu devido lugar e adapta-se ao ambiente de trabalho.	10%

RELATÓRIO DA FCT - CURSO PROFISSIONAL DE PROGRAMADOR DE INFORMÁTICA

parâmetros de avaliação	ponderação
Conteúdos/desenvolvimento Possibilita uma avaliação correta e completa da fct realizada na entidade de acolhimento, nomeadamente através da indicação dos seguintes aspetos: onde foi realizada, atividades desenvolvidas, conhecimentos adquiridos e/ou aplicados, competências adquiridas e/ou consolidadas, dificuldades sentidas e soluções encontradas. Apresenta a ligação entre a prática e as competências adquiridas na escola/entidade formadora.	50%
Espírito crítico Trata-se de uma reflexão sustentada da fct: análise retrospetiva sobre todo o trabalho desenvolvido, com indicação de sugestões para melhoria das suas próprias capacidades e competências, bem como de possíveis alterações a introduzir na formação. Apresenta uma autoavaliação ao nível dos diversos parâmetros de avaliação, bem como uma avaliação do acompanhamento e monitorização da formação por parte das entidades de acolhimento e formadora.	20%
Expressão escrita O discurso é adequado à situação e cumpre com os princípios da estruturação discursiva e da correção linguística. As ideias, opiniões, vivências e factos são expressas de forma pertinente, estruturada e fundamentada. O texto encontra-se estruturado e adequado. cumpre as propriedades da textualidade (continuidade, progressão, coesão e coerência).	20%
Estrutura Obedece à estrutura definida.	10%

PROVA DE APTIDÃO PROFISSIONAL (PAP)

CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE INFORMAÇÃO E ANIMAÇÃO TURÍSTICA

	Fases	Parâmetros	Ponderação
	Anteprojeto	Seleção do tema Definição de objetivos, atividades e recursos a utilizar Esboço /estruturação do projeto Viabilidade do projeto	**Formativa**
I	**Processo de execução/Desenvolvimento do projeto**	Capacidade de gestão do trabalho/método de trabalho Pesquisa, tratamento e organização da informação Capacidade de mobilização de diferentes saberes Autonomia na realização das atividades Espírito de iniciativa e criatividade Rigor na previsão e cumprimento de prazos Cumpre as regras e as orientações	**15%**
II	**Relatório** **Introdução** **Desenvolvimento** **Conclusão** **Apresentação Gráfica Visual**	Objetivo do produto Apresentação do tema Enquadramento do assunto Síntese dos pontos a desenvolver Estrutura e sequência lógica (parágrafos claros com uma sequência lógica e coerente) Correção da língua portuguesa Descrição dos factos (fases inicial, intermédia e final do projeto) Síntese dos pontos do desenvolvimento Resultados face aos objetivos propostos Reflexão crítica Fontes utilizadas Apresentação e edição do texto (organização dos títulos e subtítulos e organização gráfica, tendo em conta a uniformidade da letra e estilos, as margens, espaços entre linhas e parágrafos).	**20%**
III	**Produto**	Organização e apresentação/composição gráfica Integração de saberes Grau de complexidade do projeto e nível de conhecimentos aplicados Qualidade/rigor técnico e científico Criatividade e inovação Pertinência/aplicabilidade	**30%**
IV	**Defesa**	Qualidade dos recursos utilizados na apresentação Organização e apresentação gráfica Clareza e objetividade na apresentação Correção da linguagem oral Segurança nas respostas dadas, demonstração de conhecimentos e vocabulário técnico utilizado Controlo de tempo e postura	**35%**

PROVA DE APTIDÃO PROFISSIONAL (PAP)
CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE DESPORTO

	Fases	Parâmetros	Ponderação
	Anteprojeto	Seleção do tema Definição de objetivos, atividades e recursos a utilizar Esboço /estruturação do projeto Viabilidade do projeto	**Formativa**
I	**Processo de execução/Desenvolvimento do projeto**	Capacidade de gestão do trabalho/método de trabalho Pesquisa, tratamento e organização da informação Capacidade de mobilização de diferentes saberes Autonomia na realização das atividades Espírito de iniciativa e criatividade Rigor na previsão e cumprimento de prazos Assiduidade	**15%**
II	**Relatório** **Introdução** **Desenvolvimento** **Conclusão** **Apresentação Gráfica Visual**	Objetivo do produto Apresentação do tema Enquadramento do assunto Síntese dos pontos a desenvolver Estrutura e sequência lógica (parágrafos claros com uma sequência lógica e coerente) Correção da língua portuguesa Descrição dos factos (fases inicial, intermédia e final do projeto) Síntese dos pontos do desenvolvimento Resultados face aos objetivos propostos Reflexão crítica Apresentação e edição do texto (organização dos títulos e subtítulos e organização gráfica, tendo em conta a uniformidade da letra e estilos, as margens, espaços entre linhas e parágrafos – APA 6)	**25%**
III	**Produto**	Organização e apresentação/composição gráfica Integração de saberes Grau de complexidade do projeto e nível de conhecimentos aplicados Qualidade/rigor técnico e científico Criatividade e inovação Pertinência/aplicabilidade	**35%**
IV	**Defesa**	Qualidade dos recursos utilizados na apresentação Organização e apresentação gráfica Clareza e objetividade na apresentação Correção da linguagem oral Segurança nas respostas dadas, demonstração de conhecimentos e vocabulário técnico utilizado Controlo de tempo e postura	**25%**

PROVA DE APTIDÃO PROFISSIONAL (PAP)

CURSO PROFISSIONAL DE TÉCNICO DE PROGRAMADOR INFORMÁTICO

	Fases	Parâmetros	Ponderação
	Anteprojeto	Seleção do tema Definição de objetivos, atividades e recursos a utilizar Esboço /estruturação do projeto	**Formativa**
I	**Processo de execução/Desenvolvimento do projeto**	Capacidade de gestão do trabalho/método de trabalho Pesquisa, tratamento e organização da informação Capacidade de mobilização de diferentes saberes Autonomia na realização das atividades Espírito de iniciativa e criatividade Rigor na previsão e cumprimento de prazos Assiduidade	**20%**
II	**Relatório** **Introdução** **Desenvolvimento** **Conclusão** **Bibliografia** **Apresentação Gráfica Visual**	Objetivo do produto Apresentação do tema Enquadramento do assunto Síntese dos pontos a desenvolver Estrutura e sequência lógica (parágrafos claros com uma sequência lógica e coerente) Descrição dos factos (fases inicial, intermédia e final do projeto) Resultados face aos objetivos propostos, autoavaliação geral (qualitativa) Reflexão crítica Referências Bibliográficas Apresentação e edição do texto (organização dos títulos e subtítulos e organização gráfica, tendo em conta a uniformidade da letra e estilos, as margens, espaços entre linhas e parágrafos).	**20%**
III	**Produto**	Organização e apresentação/composição gráfica Grau de complexidade do projeto e nível de conhecimentos aplicados Qualidade/rigor técnico e científico Criatividade e inovação Pertinência/aplicabilidade	**40%**
IV	**Defesa**	Qualidade dos recursos utilizados na apresentação Clareza e objetividade na apresentação Correção da linguagem oral Segurança nas respostas dadas, demonstração de conhecimentos e vocabulário técnico utilizado Controlo de tempo e postura Capacidade de síntese	**20%**

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO DE ADULTOS

FORMAÇÃO DE ADULTOS – PORTUGUÊS LÍNGUA DE ACOLHIMENTO

Nível	Unidades de formação de curta duração	Número de horas
A1, A2 e B1	Utilizador elementar	75

Calheta, 20 de outubro de 2026

A Presidente do Conselho Pedagógico

_____
(Susana Silva)

O Presidente do Conselho Executivo

_____
(José Bernardo Gouveia)