



SELO DE CONFORMIDADE EQAVET

Planificações Simplificadas | 10º J

Curso Profissional de Técnico de Desporto

Ano Letivo 2022 | 2023

Diretora de Turma: Maria João Botelho

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ - ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD		DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
			Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Português	1	Poesia trovadoresca e Crónica <i>de D. João I - Fernão Lopes</i>	32	42	16/09/2022	29/11/2022	Conhecimentos e capacidades	80%	Teste ou trabalho Teste de compreensão oral Apresentação oral
	2	<i>Farsa de Inês Pereira - Gil Vicente</i>	24	32	02/12//2022	07/02/ 2023		60% Teste/trabalho 20% Oralidade	
	3	<i>Luís de Camões – Rimas e Camões épico - Os Lusíadas</i>	44	58	10/02/ 2023	09/06/ 2023	Valores e atitudes	20%	Rubrica dos valores e atitudes
						10% Responsabilidade 5% Comunicação 5% autoavaliação			

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10.ºJ

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Inglês	Unidade 1: Eu e o Mundo Profissional	27	36	22/09/2022	05/01/2023	Conhecimentos e capacidades	70% (50% - 20%)	- Testes de avaliação - Questão aula - Trabalho individual (rubrica)
	Unidade 2: Um Mundo de Muitas Línguas	24	32	09/01/2023	27/03/2023			
	Unidade 3: O Mundo Tecnológico	24	32	27/03/2023	26/06/2023			
						Valores e atitudes - Responsabilidade - Comunicação - Auto avaliação / autoregulação	30% (15%-10%-5%)	- Rubrica dos valores e atitudes

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10.º J

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Área de Integração	Módulo 1 - O Mundo, A sociedade, A pessoa 7.1 Cultura Global ou Globalização das Culturas? 4.2. A região e o espaço nacional 3.2. Os Filhos do Sol	36,75	49	19/09/2022	02/02/2023	Conhecimentos e capacidades	60%	<ul style="list-style-type: none"> Trabalho de pesquisa (grupo e/ou individual); Questões-aula/Atividade prática
	Módulo 2 - O Mundo, A sociedade, A pessoa 7.2. Um desafio global: o desenvolvimento sustentável 5.1 A integração no espaço europeu 3.3. Homem-Natureza: uma relação sustentável	38,25	51	06/02/2023	26/06/2023			

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10º J – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Educação Física	Módulo 1 – Jogos Desportivos Coletivos I	12	16	22/09/2022	10/11/2022	Conhecimentos e capacidades	65%	Grelhas de observação e registo
	Módulo 4 – Ginástica I	9	12	17/11/2022	19/01/2023			Apresentação Oral
	Módulo 7 – Atletismo / Desportos de Raquetes / Patinagem I	9	12	26/01/2023	02/03/2023			Atividades de expressão corporal
	Módulo 10 – Dança I	8	11	09/03/2023	27/04/2023			Atividades práticas
	Módulo 13 – Aptidão Física	6	8	27/04/2023	25/05/2023			Observação direta
	Módulo 14 – Atividade Física / Contextos e Saúde I	6	8	25/05/2023	22/06/2023	Teste de avaliação		
						35%	Tarefas com recursos a plataformas ou ferramentas digitais	
							Trabalhos individuais, pares e grupos	
						Valores e atitudes		Rubrica dos valores e atitudes

Nota: A calendarização dos conteúdos poderá sofrer alterações devido à especificidade das instalações requeridas.

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Tecnologias da Informação e Comunicação	Módulo base 1 - Pesquisar, Filtrar e Estruturar Informação e Conteúdos em Ambientes Digitais.	20	28	16/09/2022	03/11/2022	Conhecimentos e capacidades	60%	<ul style="list-style-type: none"> • Processo de Trabalho Individual - Rubrica • Processo de Trabalho em Grupo – Rubrica • Observação direta - Rúbrica
	Módulo base 2 - Organização e Tratamento de Dados.	30	40	03/11/2022	02/02/2023			
	Módulo opcional 4 - Aquisição e Tratamento de Imagem.	25	33	02/02/2023	30/03/2023	Valores e atitudes	40%	Atitudes e valores - Rúbrica
	Módulo opcional 3 - Criação de Páginas Web.	25	33	31/03/2023	15/06/2023			

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10º J – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Estudo do Movimento	Módulo 1 – Osteologia e Artrologia	25	34	19/09/2022	30/01/2023	Conhecimentos e capacidades	65%	Apresentação Oral Atividades de expressão corporal Teste de avaliação Tarefas com recursos a plataformas ou ferramentas digitais Trabalhos individuais, pares e grupos
	Módulo 2 – Miologia	25	33	06/02/2023	19/06/2023			
						Valores e atitudes	35%	Rubrica dos valores e atitudes

Nota: A calendarização dos conteúdos poderá sofrer alterações devido à especificidade das instalações requeridas.

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ - 2022/2023 – ENSINO PROFISSIONAL – Técnico de Desporto

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Matemática	MÓDULO A2: Funções Polinomiais	36 36 27	48	16/09/2022	05//12/2022	Conhecimentos e capacidades	60%	Testes de avaliação
	MÓDULO B1: Funções periódicas e não periódicas		49	09/12/2022	24/03/2023			Questões Aula
	MÓDULO A3: Estatística		37	24/03/2023	12/06/2023			Tarefas com recurso a plataformas ou ferramentas digitais
								Trabalhos individuais, pares e/ou grupos
						40%	Observação direta	
							Rúbricas de Autoavaliação	

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Bases do Treino Desportivo	UFCD – 9435	25	33	16/09/2022	29/11/2022	Conhecimentos e capacidades	65%	- Grelhas de observação e registo - Atividade de expressão corporal - Tarefas com recursos a plataformas ou ferramentas digitais - Observação direta - Trabalhos individuais, pares e grupos
	UFCD – 9437	50	33	02/12/2022	08/06/2022			

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10º J - ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Modalidades Individuais	UFCD – 9448	50	67	16/09/2022	22/11/2022	Conhecimentos e capacidades	65%	- Grelhas de observação e registo
	UFCD – 9449	25	33	25/11/2022	10/01/2023			- Atividades de expressão corporal
	UFCD – 9446	25	33	13/01/2023	14/02/2023			- Tarefas com recursos a plataformas ou ferramentas digitais
	UFCD – 9445	25	33	14/02/2023	24/03/2023			- Atividades práticas
	UFCD – 9447	25	33	24/03/2023	15/05/2023			- Trabalhos individuais, pares e grupos
	UFCD - 9452	25	33	16/05/2023	16/06/2023			- Observação direta
							35%	Listas de verificação Rubrica dos valores e atitudes

Nota: A sequência das UFCD's (ordem de abordagem), bem como a data de início e de conclusão, encontra-se dependente da distribuição de espaços desportivos realizada, em cada ano, pelo grupo de Educação Física.

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Modalidades Coletivas	UFCD 9443	25	33	20 /09 /2022	13 /10 /2022	Conhecimentos e capacidades	65%	- Grelhas de observação e registo
	UFCD 9440	25	33	18 /10 /2023	10 /11 /2023			- Atividade de expressão corporal
	UFCD 9439	25	33	15 /11 /2023	13 /12 /2023			- Tarefas com recursos a plataformas ou
	UFCD 9444	25	33	14 /12 /2023	19 /01 /2023			ferramentas digitais
	UFCD 9441	50	67	24 /01 /2023	15 /02 /2023			- Observação direta
	UFCD 9442	25	33	16 /02 /2023	27/ 04 /2023			- Trabalhos individuais, pares e grupos
	UFCD 9452	50	67	02/05/2023	21/06/2023	Valores e atitudes	35%	Rubrica dos valores e atitudes

Nota: A sequência das UFCD's (ordem de abordagem), bem como a data de início e de conclusão, encontra-se dependente da distribuição de espaços desportivos realizada, em cada ano, pelo grupo de Educação Física.

PLANIFICAÇÃO DO TRABALHO A DESENVOLVER COM A TURMA: 10ºJ – ENSINO PROFISSIONAL

DISCIPLINA	Módulos/UFCD	DURAÇÃO		DATAS		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO		
		Horas	Tempos	Início	Fim	Objetos de Avaliação	Ponderação	Processos de recolha de informação
Animação e Lazer	➤ UFCD 9459 – Cardiofitness e Musculação (equipamentos e exercícios)	25	34	21/09/2022	14/12/2022	Conhecimentos e capacidades	65%	- Grelhas de observação e registo - Atividade de expressão corporal - Tarefas com recursos a plataformas ou ferramentas digitais - Observação direta - Trabalhos individuais, pares e grupos
	➤ UFCD 9450 – Escalada e Manobras com Cordas	50	67	14/12/2022	21/06/2022			

Nota: A sequência das UFCD's (ordem de abordagem), bem como a data de início e de conclusão, encontra-se dependente da distribuição de espaços desportivos realizada, em cada ano, pelo grupo de Educação Física.