

Cursos profissionais:	AFAC	10.º Ano Ciclo: 2025 a 2028
Componente de formação:		
Disciplina:	Psicologia	
Nº total de módulos:	3	
Carga horária:	90 Tempos	

Ano letivo: 2025/2026

PLANIFICAÇÃO

Temas, tópicos e subtópicos	Objetivos de aprendizagem: conhecimentos, capacidades e atitudes que o aluno deve revelar	Ações estratégicas de ensino do Professor	Áreas de competência do Perfil dos Alunos	N.º de aulas
Módulo 1_ Módulo 2_ Módulo 3				
<p>1. Descobrimo a Psicologia</p> <p>1.1. O que é a Psicologia?</p> <p>1.2. A Psicologia narelação com outras ciências.</p> <p>1.3. Psicologia do senso comum versus Psicologia científica</p> <p>1.4. O contributo de Sigmund Freud para a Psicologia</p> <p>1..5. O contributo de Jean Piaget para a Psicologia</p> <p>1..6. O contributo de António Damásio para a Psicologia</p> <p>1.7. Áreas de especialização da Psicologia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a complexidade e subjetividade dos processos mentais e do comportamento humano como objeto de estudo específico da Psicologia. • Diferenciar o objeto de estudo da Psicologia dos objetos de estudo de disciplinas científicas próximas (Biologia, Medicina, Sociologia, entre outras), salientando a sua especificidade. • Inferir a importância do estudo científico do comportamento humano. • Reconhecer a distinção entre senso comum e ciência. • Compreender a importância das investigações de Wundt para a clarificação da Psicologia como ciência. • Conhecer as vantagens e limitações do método introspetivo. • Explicitar o método experimental aplicado à teoria de Pavlov. • Compreender o Behaviorismo no contexto da Psicologia experimental. <p>Expor as técnicas de verificação e registo do método experimental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esclarecer as três instâncias da mente. • Clarificar os momentos do método psicanalítico e respetivas técnicas. • Compreender o método clínico proposto por Piaget. • Diferenciar as três técnicas do método clínico. <p>Reconhecer as áreas de especialização em Psicologia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalho de grupo. • Reflexão em grupo. • Organização de debates. • Identificar mitos e incorreções em crenças e convicções, recolhidas pelos alunos, sobre o comportamento humano, veiculadas por amigos, vizinhos, meios de comunicação tradicionais e Internet. • Construção de guiões de entrevistas. <ul style="list-style-type: none"> • Construção de inquéritos. 	<p>Analítico, Comunicador (A, B, C, E, I)</p> <p>Conhecedor, Sistematizador, Criativo (A, B, D, H, I)</p> <p>Reflexivo, Informado, Crítico (A, B, C, D)</p>	<u>30</u>

Cursos profissionais:	AFAC	10.º Ano Ciclo: 2025 a 2028
Componente de formação:		
Disciplina:	Psicologia	
Nº total de módulos:	3	
Carga horária:	90 Tempos	

Ano letivo: 2025/2026

Temas, tópicos e subtópicos	Objetivos de aprendizagem: conhecimentos, capacidades e atitudes que o aluno deve revelar	Ações estratégicas de ensino do Professor	Áreas de competência do Perfil dos Alunos	N.º de aulas
Módulo 1_ Módulo 2_ Módulo 3				
2. O desenvolvimento humano 2.1. Fatores de desenvolvimento 2.1.1. Desenvolvimento, crescimento e maturação 2.1.2. A interação entre o inato e o adquirido 2.1.3. As características inatas e genética 2.1.4. O papel do meio no desenvolvimento 2.1.5. O sistema nervoso e o comportamento humano 2.1.6. Elementos estruturais e funcionais do sistema. 2.1.7. O funcionamento global do encéfalo e o cérebro 2.2. Etapas do desenvolvimento 2.2.1. Freud: o desenvolvimento psicosssexual 2.2.2. Erikson: o desenvolvimento psicossocial 2.2.3. Piaget: o desenvolvimento cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicar e diferenciar os conceitos de desenvolvimento, crescimento e maturação na compreensão das diferentes etapas de vida dos indivíduos. • Reconhecer o papel das componentes inata (hereditariedade) e adquirida (meio e cultura) no desenvolvimento humano. • Distinguir e compreender o papel da hereditariedade no desenvolvimento. • Compreender e aplicar a situações concretas as noções de genótipo e fenótipo. • Relacionar bases anatómicas e fisiológicas do sistema nervoso humano (organização funcional do córtex) com o comportamento. • Conhecer os elementos estruturais e funcionais do sistema nervoso. • Expor as funções de cada lobo cerebral. • Reconhecer a realidade dinâmica, complexa e total do desenvolvimento humano. • Caracterizar o desenvolvimento psicosssexual de Freud. • Caracterizar o desenvolvimento psicossocial de Erikson. • Caracterizar cada etapa do ciclo de vida (infância, adolescência, adultez e velhice) nas suas diferentes dimensões (biológica, cognitiva e socioafetiva). • Caracterizar o desenvolvimento cognitivo de Piaget. • Manifestar compreensão do carácter multidimensional e coextensivo à vida (<i>life-span</i>) do desenvolvimento humano. 	Manual: Atividades; <ul style="list-style-type: none"> • Vídeos e animações; • Apresentações de PowerPoint; • Recursos informáticos. Outros exercícios.	Investigador, Conhecedor, Sistematizador Autónomo, Criativo Comunicador (A, B, D, E, H, I) Colaborador, Comunicador, Analítico Indagador, Sistematizador (B, C, D, E, F, I, J) Conhecedor Analítico, Crítico	<u>30</u>

Cursos profissionais:	AFAC	10.º Ano Ciclo: 2025 a 2028
Componente de formação:		
Disciplina:	Psicologia	
Nº total de módulos:	3	
Carga horária:	90 Tempos	

Ano letivo: 2025/2026

Temas, tópicos e subtópicos	Objetivos de aprendizagem: conhecimentos, capacidades e atitudes que o aluno deve revelar	Ações estratégicas de ensino do Professor	Áreas de competência do Perfil dos Alunos	N.º de aulas
Módulo 1_ Módulo 2_ Módulo 3				
3. Processos cognitivos, emocionais e motivacionais 3.1. Processos mentais 3.2. Processos cognitivos 3.2.1. Atenção e concentração 3.2.2. Perceção 3.2.3. Memória 3.2.4. Inteligência 3.3. Processos emocionais 3.3.1. Emoções e sentimentos 3.3.2. As componentes das emoções 3.3.3. Razão e emoção: o lugar da inteligência emocional 3.4. Processos motivacionais 3.4.1. Intencionalidade e motivação	<ul style="list-style-type: none"> • Distinguir diferentes capacidades cognitivas do ser humano (atenção, concentração, perceção, memória, entre outras). • Caracterizar a atenção e a concentração. • Reconhecer a importância da atenção e da concentração para a aprendizagem. • Compreender a relação entre sensação e perceção. • Reconhecer a perceção como reconstrução da realidade. • Identificar os momentos de formação da memória. • Explicitar os tipos de memória. • Conhecer a importância do esquecimento. • Relacionar a noção de inteligência (Gardner; TIM – inteligências múltiplas) com diferentes capacidades dos indivíduos, desenvolvendo uma atitude positiva face à diversidade. • Inferir que a resolução de um problema passa pela utilização de estratégias diferentes (soluções atípicas – inovação <i>versus</i> domínio da lógica). • Distinguir emoção de sentimento. • Caracterizar os critérios das emoções. • Reconhece a existência de componentes nas emoções. • Discutir a relação entre razão e emoção. • Conhecer a inteligência emocional. • Explicitar a importância da inteligência emocional. • Inferir 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. • Manifestar compreensão que as emoções e os pensamentos são interdependentes e influenciam o agir. 	<ul style="list-style-type: none"> • Trabalho de grupo. • Leitura orientada de textos. • Resolução de exercícios do manual. • <i>Brainstorming</i> sobre a noção de inteligência. • Apresentação individual das principais aptidões pessoais. <p>Colocação de diferentes problemas inerentes ao curso profissional dos alunos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • A partir de situações concretas, questionar os alunos sobre o melhor modo de resolver conflitos. • Analisar dilemas morais. • Visionamento dos filmes constantes do dossier do professor. Resolução do respetivo guião. <p>Construção de “pirâmides pessoais” sobre o que mais motiva os alunos a partir de um conjunto de necessidades</p>	Comunicador, Participativo, Respeitador	30

Cursos profissionais:	AFAC	10.º Ano Ciclo: 2025 a 2028
Componente de formação:		
Disciplina:	Psicologia	
Nº total de módulos:	3	
Carga horária:	90 Tempos	

Ano letivo: 2025/2026

Temas, tópicos e subtópicos	Objetivos de aprendizagem: conhecimentos, capacidades e atitudes que o aluno deve revelar	Ações estratégicas de ensino do Professor	Áreas de competência do Perfil dos Alunos	N.º de aulas
	Módulo 1_ Módulo 2_ Módulo 3			
	<ul style="list-style-type: none"> • Distinguir as noções de motivação intrínseca da motivação extrínseca, aferindo a importância das mesmas na construção do seu percurso. • Explicitar o ciclo motivacional. • Compreender a existência de conflitos motivacionais: a frustração e a resiliência. • Localizar, na Pirâmide das Necessidades de Maslow, diferentes tipos de necessidades. <ul style="list-style-type: none"> • Explicitar o comportamento dos outros à luz da teoria motivacional de Maslow, consolidando uma atitude de tolerância face às diferenças interindividuais. 	disponibilizadas pelo professor. <ul style="list-style-type: none"> • Confrontar com as motivações dos outros colegas. 		

Obs: Nesta planificação não estão contempladas aulas para efeitos de avaliação

Áreas de competências do perfil dos alunos (ACPA)

A – Linguagens e textos.

B – Informação e comunicação

C – Raciocínio e resolução de problemas

D – Pensamento crítico e pensamento criativo

E – Relacionamento interpessoal

F – Desenvolvimento pessoal e autonomia

G – Bem-estar, saúde e ambiente.

H – Sensibilidade estética e artística

I – Saber científico, técnico e tecnológico.

J – Consciência e domínio do corpo

A professora
Sónia Silva