

PLANIFICAÇÃO ANUAL

Curso Profissional

DISCIPLINA: **Psicologia — 11º ANO**

ANO LETIVO: **2024/ 2025**

CAPACIDADES, CONHECIMENTOS E ATITUDES A DESENVOLVER	CONTEÚDOS	ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES	DESCRIPTORIOS DO PERFIL DO ALUNO	AValiação	CALENDARIZAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> Distinguir diferentes capacidades cognitivas do ser humano (atenção, concentração, percepção, aprendizagem, memória, entre outras). Relacionar a noção de inteligência com diferentes capacidades dos indivíduos, desenvolvendo uma atitude positiva em relação à diversidade. Interpretar comportamentos humanos, e suas possíveis representações icónicas, à luz da noção de inteligências múltiplas. Inferir que a resolução de um problema passa pela utilização de estratégias diferentes (soluções atípicas – inovação <i>versus</i> domínio da lógica). Aplicar o pensamento divergente e o convergente na resolução de problemas do quotidiano, desenvolvendo uma atitude positiva em relação à complexidade e à incerteza. Inferir que a inteligência emocional interfere nas relações interpessoais e que é um elemento fundamental da resiliência pessoal. 	<p>MÓDULO 3 — PROCESSOS COGNITIVOS, EMOCIONAIS E MOTIVACIONAIS</p> <p>1— PROCESSOS COGNITIVOS</p> <p>1.1. As capacidades cognitivas do sujeito: atenção, concentração, percepção, aprendizagem, memória, inteligência e pensamento.</p> <p>1.2. O conceito de inteligência.</p> <p>1.2.1. A perspetiva das inteligências múltiplas de Gardner.</p> <p>1.3. O conceito de pensamento.</p> <p>1.3.1. A distinção entre pensamento convergente e pensamento divergente.</p> <p>1.3.2. A distinção entre cognição e metacognição.</p> <p>2— INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E GESTÃO DAS EMOÇÕES</p> <p>2.1. O conceito de inteligência emocional e suas implicações nas relações interpessoais</p> <p>2.2. Relações entre os pensamentos e as emoções</p> <p>2.2.1. Estratégias para a gestão de crenças e emoções inadequadas.</p> <p>3— PROCESSOS MOTIVACIONAIS</p> <p>3.1. O conceito de motivação.</p> <p>3.2. Os conceitos de motivação intrínseca e de motivação extrínseca.</p> <p>3.3. Os conceitos de expectativa e de atribuição.</p>	<p>Promover estratégias que envolvam a aquisição discente de conhecimento, informação e outros saberes (relativos aos conteúdos programáticos).</p> <p>Promover estratégias que desenvolvam as capacidades de síntese do aluno.</p> <p>Promover estratégias que desenvolvam o pensamento crítico e analítico do aluno.</p> <p>Promover estratégias que envolvam o aluno em tarefas</p>	A, B, C, D, F e I	Fichas de avaliação <u>[duas por módulo]</u> e/ou trabalhos, projetos, etc. (ou outros instrumentos válidos).	Primeiro Período [30 AULAS]



CAPACIDADES, CONHECIMENTOS E ATITUDES A DESENVOLVER	CONTEÚDOS		ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES	DESCRITORES DO PERFIL DO ALUNO	AValiação	CALENDARIZAÇÃO
<ul style="list-style-type: none"> • Manifestar a compreensão de que as emoções e os pensamentos são interdependentes e influenciam o agir • Aplicar os conceitos de motivação, expectativa, atribuição e satisfação relativamente à compreensão dos processos motivacionais. • Distinguir as noções de motivação intrínseca da motivação extrínseca, aferindo a importância das mesmas na construção do seu percurso. • Localizar, na Pirâmide das Necessidades de Maslow, diferentes tipos de necessidades. • Explicitar o comportamento dos outros à luz da teoria motivacional de Maslow, consolidando uma atitude de tolerância em relação às diferenças interindividuais. 		3.3.1. Diferenças e complementaridades no processo motivacional. 3.4. Distinção entre motivação e satisfação. 3.5. A Pirâmide das Necessidades de Maslow e seus principais pressupostos.	de pesquisa autónoma. Promover estratégias que envolvam o uso pertinente de recursos digitais (designadamente, a Plataforma Classroom).			



CAPACIDADES, CONHECIMENTOS E ATITUDES A DESENVOLVER	CONTEÚDOS		ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES	DESCRIPTORIOS DO PERFIL DO ALUNO	AValiação	CALENDARIZAÇÃO
<p>Manifestar compreensão de a socialização (processo interativo e dinâmico, possibilitador da aquisição de saberes básicos e especializados) contribuir decisivamente para a integração social.</p> <p>Refletir sobre as atitudes pessoais e o papel dos outros na sua formação e desenvolvimento.</p> <p>Inferir que as atitudes são fundamentais para as relações sociais.</p> <p>Relacionar a perceção social e a formação das impressões com a categorização social.</p>	MÓDULO 4—PROCESSOS RELACIONAIS E COMPORTAMENTO PROFISSIONAL	<p>1— PROCESSO DE SOCIALIZAÇÃO E ATITUDES</p> <p>1.1. Processo de socialização.</p> <p>1.2. Conceito e formação de atitudes.</p> <p>1.3. Importância das atitudes nas relações sociais.</p> <p>2— RELAÇÕES INTERPESSOAIS E INTERAÇÃO GRUPAL</p> <p>2.1. As primeiras impressões, as expectativas e a perceção social.</p> <p>2.1.1. Análise conceptual.</p> <p>2.1.2. Influência no estabelecimento das relações interpersonais.</p> <p>2.2. Caracterização de grupo social e de interação grupal.</p> <p>2.3. Integração num grupo social e motivação de pertença.</p>	<p>Promover estratégias que envolvam a aquisição discente de conhecimento, informação e outros saberes (relativos aos conteúdos programáticos).</p> <p>Promover estratégias que envolvam o aluno em tarefas de pesquisa autónoma.</p> <p>Promover estratégias que envolvam o aluno em situações de interação.</p>	A, B, C, D, E, F e I		<p>Segundo Período</p> <p>Terceiro Período</p> <p>[30 AULAS]</p>



CAPACIDADES, CONHECIMENTOS E ATITUDES A DESENVOLVER	CONTEÚDOS		ESTRATÉGIAS/ATIVIDADES	DESCRIPTOR DO PERFIL DO ALUNO	AValiação	CALENDARIZAÇÃO
<p>Manifestar compreensão acerca de como a interação grupal condiciona as atitudes e os comportamentos dos indivíduos.</p> <p>Inferir que o conformismo é a forma mais frequente de interação.</p> <p>Refletir como o inconformismo pode mudar o curso da vida dos indivíduos e da história das sociedades.</p> <p>Indicar valências positivas do inconformismo.</p> <p>Mostrar, com base na análise de situações, que as competências pessoais e sociais condicionam o desempenho profissional.</p> <p>Refletir sobre o papel da motivação individual para a concretização das aspirações profissionais.</p> <p>Explicar, com base na exploração reflexiva da Pirâmide das Necessidades de Maslow, o modo como a automotivação potencia a satisfação das necessidades de estima e autorrealização, de acordo com a Teoria da Hierarquia das Necessidade.</p> <p>Equacionar a relação entre o desenvolvimento das competências relacionais e a qualidade do desempenho profissional.</p>		<p>2.4. Conceitos de conformismo e inconformismo social.</p> <p>3— CAPACIDADES RELACIONAIS E DESEMPENHO PROFISSIONAL</p> <p>3.1. Competências pessoais, sociais e profissionais: descrição e âmbito.</p> <p>3.2. Automotivação e desempenho de tarefas: adaptação da pirâmide das necessidades de Maslow ao comportamento profissional.</p> <p>3.3. Desenvolvimento das capacidades relacionais e desempenho profissional</p>	<p>Promover estratégias que impliquem a atividade comunicativa do aluno.</p> <p>Promover estratégias que envolvam o aluno em processos de autoanálise.</p> <p>Promover estratégias e modos de organização das tarefas que impliquem a autonomia e a responsabilização do aluno.</p> <p>Promover estratégias que envolvam o uso pertinente de recursos digitais (designadamente, a Plataforma Classroom).</p>			

