

 <p>REPÚBLICA PORTUGUESA EDUCAÇÃO</p>	<p><b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE SAMPAIO</b>  <b>CURSO PROFISSIONAL TÉCNICO DE DESPORTO – 2º ANO</b>  Desporto Geral  <b>2025-2026</b></p>	
--	---	---

### PLANIFICAÇÃO A LONGO PRAZO

<b>Módulo 2 - UFCD 9435: Didática do Desporto</b>	
<p><b>Conteúdos:</b> Didática aplicada ao contexto desportivo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Procedimentos didáticos fundamentais</li> <li>○ Unidade de treino</li> <li>○ Planeamento de treino</li> <li>○ Avaliação da unidade de treino</li> <li>● Unidade de treino - fator estruturante da didática aplicada ao desporto <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Documentos de suporte à organização da unidade de treino</li> <li>○ Potenciação das condições de aprendizagem</li> </ul> </li> <li>● Observação como ferramenta do processo de treino <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Processo de treino e a observação</li> <li>○ Metodologias de observação</li> <li>○ Observação e avaliação técnica</li> <li>○ Observação e avaliação tática</li> </ul> </li> </ul> <p>Nota: Avaliação - ver documento relativo aos critérios de avaliação das UFCDs</p>	Data de início Setembro 17/09/2025
	Data de conclusão Janeiro 16(01)/2026
	Nº Aulas Previstas (50 min) 30
<b>Módulo 3 - UFCD 9436: Psicologia do Desporto – Aprendizagem e Desenvolvimento Humano</b>	
<p><b>Conteúdos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fatores psicológicos e psicossociais da prestação desportiva <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fatores intrínsecos</li> <li>○ Fatores extrínsecos</li> <li>○ Comportamento como resultado dos fatores intrínsecos e extrínsecos</li> <li>○ A relação treinador-pais-atleta</li> </ul> </li> <li>● Motivação e processo de treino <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Componentes da motivação</li> <li>○ Motivação intrínseca</li> <li>○ Motivação extrínseca</li> <li>○ Orientação motivacional</li> <li>○ Orientação para a tarefa</li> <li>○ Evolução da motivação para a prática desportiva</li> <li>○ Formação da atitude do praticante</li> <li>○ Estratégias de motivação</li> </ul> </li> <li>● Relação treinador-atleta <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Treinador como líder</li> <li>○ Competências de comunicação</li> <li>○ Dimensões instrumental e socioemocional da intervenção</li> <li>○ Componente situacional da relação treinador-atleta</li> <li>○ Educação para a autonomia do atleta</li> <li>○ Treinador e carreira do atleta</li> </ul> </li> <li>● Aprendizagem e desenvolvimento humano <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Desenvolvimento, maturação, crescimento e aprendizagem</li> </ul> </li> </ul>	Data de início Janeiro 21/01/2026
	Data de conclusão Maio 22/05/2026
	Nº Aulas Previstas (50 min) 30

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Dimensões de análise do desenvolvimento humano</li> <li>○ Principais fases do desenvolvimento humano</li> <li>○ Pirâmide do desenvolvimento motor</li> <li>○ Períodos sensíveis e períodos críticos de desenvolvimento</li> <li>● Aprendizagem <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Aprendizagem e desempenho</li> <li>○ Aprendizagem e memória</li> <li>○ Curvas de aprendizagem</li> <li>○ Aquisição, retenção e transfer</li> <li>○ Retorno sobre o resultado</li> <li>○ Motivação para aprender</li> </ul> </li> </ul> <p>Nota: Avaliação - ver documento relativo aos critérios de avaliação das UFCDs</p>	
--	--

Total: 60 aulas (50h)

### CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Domínio/ Subdomínio/ Tema/ Módulo	Instrumentos para recolha de evidências	Peso (%)	Calendarização	Áreas de competências avaliadas	
				Conhecimentos e capacidades	Atitudes
				<b>70%</b>	<b>30%</b>
<b>Módulo/UFCD (9435)</b>	Teste Escrito - Planeamento	35%	No decorrer do módulo	✓	
	Teste Escrito/Prático - Unidade de Treino	20%		✓	
	Teste Escrito - Observação Sistemática	15%		✓	
	Grelha de observação	30%	Contínuo		✓
<b>Módulo/UFCD (9436)</b>	Teste Escrito - Factores e Motivação para o treino	25%	No decorrer do módulo	✓	
	Teste Escrito - Relação Treinador-Atleta	25%		✓	
	Aprendizagem	20%		✓	
	Grelha de observação	30%	Contínuo		✓