



## REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

EM VIGOR



**Área de Educação e Formação**

**Código e Designação do Referencial de Formação**

**811 . Hotelaria e Restauração**

**811183 - Técnico/a de Cozinha/Pastelaria**

**Nível de Qualificação do QNQ: 4**

**Nível de Qualificação do QEQ: 4**

**Modalidades de Educação e Formação**

Cursos de Aprendizagem

**Total de pontos de crédito**

198,00

**Publicação e atualizações**

Publicado no Despacho n.º13456/2008, de 14 de Maio, que aprova a versão inicial do Catálogo Nacional de Qualificações.

1ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 16 de 29 de abril de 2013 com entrada em vigor a 29 de julho de 2013.

2ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 17 de 08 de maio de 2014 com entrada em vigor a 08 de maio de 2014.

3ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 12 de 29 de março de 2015 com entrada em vigor a 29 de março de 2015.

4ª Atualização em 01 de setembro de 2016.

5ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) n.º 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.

**Observações**

---

## 1. Perfil de Saída

---

### Descrição Geral

Planear, coordenar e executar as atividades de cozinha-pastelaria, respeitando as normas de higiene e segurança, em estabelecimentos de restauração e bebidas, integrados ou não em unidades hoteleiras, com vista a garantir um serviço de qualidade e satisfação do cliente.

### Atividades Principais

- Armazenar e assegurar o estado das matérias-primas utilizadas no serviço de cozinha/pastelaria.
- Planear e preparar o serviço de cozinha/pastelaria, de forma a possibilitar as confeções necessárias, de acordo com as normas de higiene e segurança.
- Confeccionar o receituário em função da programação estabelecida: entradas, pratos principais, sobremesas, Confeccionar e decorar bolos e outros produtos de pastelaria.
- Conceber e executar peças artísticas em cozinha.
- Conceber e executar peças artísticas em pastelaria.
- Articular com o serviço de restaurante, a fim de satisfazer os pedidos de refeições e colaborar em serviços especiais.
- Pesquisar novas técnicas e tendências de cozinha/pastelaria.
- Colaborar na elaboração de cartas e ementas.
- Coordenar equipas de trabalho.
- Prestar os primeiros socorros e os cuidados básicos de saúde e bem-estar.
- Controlar os custos de alimentos.
- Elaborar e preencher documentação técnica relativa à atividade desenvolvida.
- Assegurar a limpeza e arrumação dos espaços, equipamentos e utensílios de serviço, verificando as existências e controlando o seu estado de conservação.

### 3. Referencial de Formação Global

| Formação Sociocultural <sup>1</sup> |        |   |       |
|-------------------------------------|--------|---|-------|
| Domínios de Formação                | Código | UFCD  | Horas |
| <b>Viver em Português</b>           | 6651   | Portugal e a Europa   | 50    |
|                                     | 6652   | Os media hoje   | 25    |
|                                     | 6653   | Portugal e a sua História                                   | 25    |
|                                     | 6654   | Ler a imprensa escrita                                      | 25    |
|                                     | 6655   | A Literatura do nosso tempo                                 | 50    |
|                                     | 6656   | Mudanças profissionais e mercado de trabalho                | 25    |
|                                     | 6657   | Diversidade linguística e cultural                          | 25    |
|                                     | 6658   | Procurar emprego  | 50    |
| <b>Total:</b>                       |        |   | 275   |
| <b>Comunicar em Língua Inglesa</b>  | 6659   | Ler documentos informativos                                 | 25    |
|                                     | 6660   | Conhecer os problemas do mundo atual                        | 50    |
|                                     | 6661   | Viajar na Europa  | 25    |
|                                     | 6662   | Escolher uma profissão/Mudar de atividade                   | 25    |
|                                     | 6663   | Debater os direitos e deveres dos cidadãos                  | 25    |
|                                     | 6664   | Realizar uma exposição sobre as instituições internacionais | 50    |
| <b>Total:</b>                       |        |   | 200   |
| <b>Mundo Atual</b>                  | 6665   | O Homem e o ambiente  | 25    |
|                                     | 6666   | Publicidade: um discurso de sedução                         | 25    |
|                                     | 6667   | Mundo atual – tema opcional                                 | 25    |
|                                     | 6668   | Uma nova ordem económica mundial                            | 25    |
| <b>Total:</b>                       |        |   | 100   |

|   |             |                                 |     |
|---|-------------|---------------------------------|-----|
| <b>Desenvolvimento Pessoal e Social</b> | <b>6669</b> | Higiene e prevenção no trabalho | 50  |
|   | <b>6670</b> | Promoção da saúde               | 25  |
|   | <b>6671</b> | Culturas, etnias e diversidades | 25  |
| <b>Total:</b>                           |             |                                 | 100 |

|  |             |  |     |
|--|-------------|--|-----|
| <b>Tecnologias de Informação e Comunicação</b> | <b>0755</b> | Processador de texto - funcionalidades avançadas | 25  |
|  | <b>0757</b> | Folha de cálculo - funcionalidades avançadas     | 25  |
|  | <b>0767</b> | Internet - navegação                             | 25  |
|  | <b>0792</b> | Criação de páginas para a web em hipertexto      | 25  |
| <b>Total:</b>                                  |             |  | 100 |

¹Pode optar-se pelo desenvolvimento de outra língua estrangeira, que se revele mais interessante do ponto de vista das necessidades do mercado de trabalho, tendo por base os mesmos conteúdos e objetivos/competências a adquirir.

## Formação Científica

| Domínios de Formação          | Código      | UFCD  | Horas |
|-------------------------------|-------------|---|-------|
| <b>Matemática e Realidade</b> | <b>6672</b> | Organização, análise da informação e probabilidades | 50    |
|                               | <b>6673</b> | Operações numéricas e estimação                     | 25    |
|                               | <b>6674</b> | Geometria e trigonometria                           | 50    |
|                               | <b>6675</b> | Padrões, funções e álgebra                          | 25    |
|                               | <b>6676</b> | Funções, limites e cálculo diferencial              | 50    |
| <b>Total:</b>                 |             |   | 200   |
| <b>Economia</b>               | <b>6700</b> | Agentes económicos e atividades e económicas        | 25    |
|                               | <b>6701</b> | Funcionamento da atividade económica                | 25    |
|                               | <b>6702</b> | Estado como regulador da atividade económica        | 25    |
|                               | <b>6703</b> | Economia portuguesa em contexto internacional       | 25    |
| <b>Total:</b>                 |             |   | 100   |

**Psicologia**

|      |  |    |                        |
|------|--|----|------------------------|
| 6687 | Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos | 50 | 4,50 pontos de crédito |
| 6688 | Diferença de comportamento e diferença de intervenção                | 50 | 4,50 pontos de crédito |

**Total de Pontos de Crédito das Componentes de Formação Sociocultural e de Formação Científica: 70,00**

**Formação Tecnológica**

| Código <sup>2</sup> |    | UFCD pré-definidas  | Horas | Pontos de crédito |
|---------------------|----|---|-------|-------------------|
| 7731                | 1  | Higiene e segurança alimentar na restauração                                  | 25    | 2,25              |
| 8211                | 2  | Higiene e segurança no trabalho na restauração                                | 25    | 2,25              |
| 8239                | 3  | Matérias-primas alimentares   | 50    | 4,50              |
| 8283                | 4  | Organização da cozinha  | 25    | 2,25              |
| 8284                | 5  | Preparação e confeção de massas base de cozinha                               | 25    | 2,25              |
| 4667                | 6  | Preparação e confeção de molhos e fundos de cozinha                           | 25    | 2,25              |
| 8285                | 7  | Preparação e confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria | 50    | 4,50              |
| 8286                | 8  | Controlo de custos na restauração   | 50    | 4,50              |
| 8287                | 9  | Capitações, fichas técnicas, cartas e ementas                                 | 25    | 2,25              |
| 7844                | 10 | Gestão de equipas   | 25    | 2,25              |
| 8260                | 11 | Comunicação, vendas e reclamações na restauração                              | 50    | 4,50              |
| 8288                | 12 | Serviço de restaurante/bar – mise-en-place e técnicas de serviço              | 50    | 4,50              |
| 4664                | 13 | Língua inglesa – cozinha/pastelaria   | 25    | 2,25              |
| 4665                | 14 | Alimentação racional, nutrição e dietética                                    | 50    | 4,50              |
| 8289                | 15 | Cozinha/pastelaria – planeamento da produção e mise-en-place                  | 25    | 2,25              |
| 8290                | 16 | Cozinha/pastelaria – aprovisionamento   | 50    | 4,50              |
| 4662                | 17 | Preparação e confeção de sopas  | 25    | 2,25              |
| 4668                | 18 | Preparação e confeção de acepipes e entradas                                  | 50    | 4,50              |
| 8291                | 19 | Preparação e confeção de peixes e mariscos                                    | 50    | 4,50              |
| 8292                | 20 | Preparação e confeção de carnes, aves e caça                                  | 50    | 4,50              |
| 8293                | 21 | Preparação e confeção de doçaria tradicional portuguesa                       | 50    | 4,50              |
| 4673                | 22 | Preparação e confeção de cozinha tradicional portuguesa                       | 50    | 4,50              |

|   |    |   |      |      |
|---|----|---|------|------|
| 8294  | 23 | Preparação e confeção de pastelaria de sobremesa  | 50   | 4,50 |
| 8295  | 24 | Preparação e confeção de pastelaria internacional | 50   | 4,50 |
| 8296  | 25 | Cozinha/Pastelaria – serviços especiais           | 25   | 2,25 |
| 8297  | 26 | Preparações e confeções básicas de cozinha        | 50   | 4,50 |
| 4674  | 27 | Cozinhas do mundo                                 | 50   | 4,50 |
| 8298  | 28 | Cozinha criativa                                  | 25   | 2,25 |
| <b>Total da carga horária e de pontos de crédito:</b> |    |   | 1100 | 99   |

Para obter a qualificação de Técnico/a de Cozinha/Pastelaria, para além das UFCD pré-definidas, **terão também de ser realizadas 100 horas da Bolsa de UFCD (25 horas da Área A de UFCD e 25 horas da Área B de UFCD e 50 horas da Área C de UFCD)**

Bolsa de UFCD

| Código |    | Área A UFCD                            | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|--|-------|-------------------|
| 4663   | 29 | Língua francesa – cozinha/pastelaria   | 25    | 2,25              |
| 8299   | 30 | Língua italiana – cozinha/pastelaria   | 25    | 2,25              |
| 8300   | 31 | Língua alemã – cozinha/pastelaria      | 25    | 2,25              |
| 8301   | 32 | Língua espanhola – cozinha/pastelaria  | 25    | 2,25              |
| 8302   | 33 | Língua holandesa – cozinha/pastelaria  | 25    | 2,25              |
| 8303   | 34 | Língua finlandesa – cozinha/pastelaria | 25    | 2,25              |
| 8304   | 35 | Língua norueguesa – cozinha/pastelaria | 25    | 2,25              |
| 8305   | 36 | Língua sueca – cozinha/pastelaria      | 25    | 2,25              |
| 8306   | 37 | Língua chinesa – cozinha/pastelaria    | 25    | 2,25              |
| 8729   | 38 | Língua russa – cozinha/pastelaria      | 25    | 2,25              |

| Código |    | Área B UFCD                                       | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|---|-------|-------------------|
| 8307   | 39 | Língua inglesa – turismo e hotelaria na região    | 25    | 2,25              |
| 8308   | 40 | Língua francesa – turismo e hotelaria na região   | 25    | 2,25              |
| 8309   | 41 | Língua italiana – turismo e hotelaria na região   | 25    | 2,25              |
| 8310   | 42 | Língua alemã – turismo e hotelaria na região      | 25    | 2,25              |
| 8311   | 43 | Língua espanhola – turismo e hotelaria na região  | 25    | 2,25              |
| 8312   | 44 | Língua holandesa – turismo e hotelaria na região  | 25    | 2,25              |
| 8313   | 45 | Língua finlandesa – turismo e hotelaria na região | 25    | 2,25              |
| 8314   | 46 | Língua norueguesa – turismo e hotelaria na região | 25    | 2,25              |
| 8315   | 47 | Língua sueca – turismo e hotelaria na região      | 25    | 2,25              |
| 8316   | 48 | Língua chinesa – turismo e hotelaria na região    | 25    | 2,25              |
| 8730   | 49 | Língua russa – turismo e hotelaria na região      | 25    | 2,25              |

| Código  |    | Área C UFCD   | Horas | Pontos de crédito |
|---|----|---|-------|-------------------|
| 8317  | 50 | Língua inglesa – o profissional na restauração                    | 25    | 2,25              |
| 8318  | 51 | Língua francesa – o profissional na restauração                   | 25    | 2,25              |
| 8319  | 52 | Língua italiana – o profissional na restauração                   | 25    | 2,25              |
| 8320  | 53 | Língua alemã – o profissional na restauração                      | 25    | 2,25              |
| 8321  | 54 | Língua espanhola – o profissional na restauração                  | 25    | 2,25              |
| 8322  | 55 | Língua holandesa – o profissional na restauração                  | 25    | 2,25              |
| 8323  | 56 | Língua finlandesa – o profissional na restauração                 | 25    | 2,25              |
| 8324  | 57 | Língua norueguesa – o profissional na restauração                 | 25    | 2,25              |
| 8325  | 58 | Língua sueca – o profissional na restauração                      | 25    | 2,25              |
| 8326  | 59 | Língua chinesa – o profissional na restauração                    | 25    | 2,25              |
| 8731  | 60 | Língua russa – o profissional na restauração                      | 25    | 2,25              |
| 8327  | 61 | Confeção e decoração de bolos artísticos                          | 50    | 4,50              |
| 8328  | 62 | Peças artísticas e decoração alimentar                            | 25    | 2,25              |
| 8329  | 63 | Restauração - informação turística                                | 25    | 2,25              |
| 8330  | 64 | Aplicações informáticas na restauração                            | 50    | 4,50              |
| 4421  | 65 | Marketing na restauração  | 25    | 2,25              |
| 8331  | 66 | Gastronomia e cultura   | 25    | 2,25              |
| 1122  | 67 | Noções e normas da qualidade                                      | 25    | 2,25              |
| 3297  | 68 | Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)       | 25    | 2,25              |
| 7852  | 69 | Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento | 25    | 2,25              |
| 7853  | 70 | Ideias e oportunidades de negócio                                 | 50    | 4,50              |
| 7854  | 71 | Plano de negócio – criação de micronegócios                       | 25    | 2,25              |
| 7855  | 72 | Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios          | 50    | 4,50              |
| 8598  | 73 | Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego          | 25    | 2,25              |
| 8599  | 74 | Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego            | 25    | 2,25              |
| 8600  | 75 | Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego      | 25    | 2,25              |
| 10746   | 76 | Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas   | 25    | 2,25              |
| Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica |    |   | 1200  | 108               |



| Formação Prática     |  | Horas | Pontos de crédito |
|----------------------|--|-------|-------------------|
| Contexto de Trabalho | Considerando que os cursos de aprendizagem são desenvolvidos em regime de alternância, parte das UFCD que integram a formação tecnológica podem ser desenvolvidas na formação prática em contexto de trabalho (ver orientações para o desenvolvimento desta componente de formação em <a href="http://www.iefp.pt">www.iefp.pt</a> ) | 1500  | 20,00             |

² Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

## 4. Desenvolvimento das Unidades de Formação de Curta Duração (UFCD)

### 4.1. Formação de Base - Sociocultural

|  |   |                           |
|--|---|---------------------------|
| 6651   | Portugal e a Europa   | Carga horária<br>50 horas |
| Resultados da Aprendizagem   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Reconhece a Constituição como Lei Fundamental do Estado de Direito português.</li><li>• Demonstra o conhecimento da hierarquia e das competências dos órgãos de soberania.</li><li>• Explicita a interdependência entre governantes e governados no contexto das sociedades democráticas.</li><li>• Lida de forma cooperante com os outros, assumindo as regras do jogo democrático.</li><li>• Indica os objetivos da adesão de Portugal à União Europeia.</li><li>• Justifica a criação da União Europeia.</li><li>• Refere as diferentes etapas da construção europeia.</li><li>• Distingue os diferentes Tratados.</li><li>• Caracteriza as principais instituições da União Europeia.</li><li>• Reconhece a importância de organizações internacionais na resolução de problemas globais.</li><li>• Identifica diferentes tipos de organizações internacionais e explicita as funções das principais.</li></ul> |                           |
| Conteúdos  |   |                           |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Organização do Estado Democrático<ul style="list-style-type: none"><li>◦ O Estado de Direito – a Constituição<ul style="list-style-type: none"><li>- A génese da nossa Constituição</li><li>- A prevalência da Lei Fundamental face a outras normas ou leis</li><li>- Princípios, direitos e garantias</li><li>- Organização política</li></ul></li></ul></li><li>• Os Órgãos de Soberania – sua composição, competências e interligação<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Presidência da República, Assembleia da República, Governo e Tribunais</li></ul></li><li>• A Administração Pública<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Algumas competências a nível central, regional e local</li></ul></li><li>• Integração de Portugal na União Europeia<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Principais motivações do pedido de adesão e implicações decorrentes da integração</li></ul></li><li>• A Europa, o cidadão e o trabalho<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Estados-Membros: sucessivos alargamentos</li><li>◦ Mercado Único Europeu</li><li>◦ Adesão à moeda única</li><li>◦ Os principais Tratados da União Europeia</li><li>◦ As instituições europeias</li><li>◦ O cidadão/profissional europeu</li></ul></li><li>• A Europa e o Mundo<ul style="list-style-type: none"><li>◦ As principais organizações internacionais: organizações intergovernamentais (ONU, OTAN, entre outras) e organizações não governamentais</li><li>◦ Nível de intervenção na resolução de problemas mundiais</li></ul></li></ul> |   |                           |

|      |               |                           |
|------|---------------|---------------------------|
| 6652 | Os media hoje | Carga horária<br>25 horas |
|------|---------------|---------------------------|

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Resultados da Aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> <li>Distingue comunicação e informação.</li> <li>Identifica os vários tipos de media e as respetivas funções.</li> <li>Explicita a influência do media na opinião pública.</li> <li>Reconhece a importância do direito à informação.</li> <li>Identifica novas formas de informação e de comunicação resultantes da evolução tecnológica.</li> </ul> |
|----------------------------|---|

|           |
|-----------|
| Conteúdos |
|-----------|

- Conceitos de comunicação, informação e media
- Funções e potencialidades dos diferentes media
- Componentes do sistema mediático: profissionais, empresas, tecnologias, conteúdos, audiências e políticas de comunicação
- Condicionantes da produção mediática: audiências, programação e publicidade
- A importância dos media na formação da opinião pública
- Condicionantes da produção mediática: audiências, programação e publicidade
- Componentes do direito à informação
- Obstáculos ao direito à informação
- Relação entre as novas tecnologias e a comunicação

|      |                           |                           |
|------|---------------------------|---------------------------|
| 6653 | Portugal e a sua História | Carga horária<br>25 horas |
|------|---------------------------|---------------------------|

|                            |   |
|----------------------------|---|
| Resultados da Aprendizagem | <ul style="list-style-type: none"> <li>Situa, cronologicamente, os momentos mais importantes da história de Portugal contemporâneo.</li> <li>Identifica, em diferentes períodos de tempo, as influências estrangeiras na cultura e nos diversos setores de atividade económica portugueses.</li> <li>Reconhece o protagonismo de Portugal em determinados momentos históricos.</li> <li>Relaciona as diferentes correntes de pensamento com a produção artística e literária que lhes está associada.</li> <li>Caracteriza, genericamente, a evolução da estrutura social, da cultura e dos costumes.</li> <li>Compreende as causas que conduziram a um processo de transição democrática em Portugal.</li> </ul> |
|----------------------------|---|

|           |
|-----------|
| Conteúdos |
|-----------|

- A civilização industrial no século XIX e XX
  - O mundo industrializado no século XIX
  - As alterações urbanas e sociais da industrialização
  - Os novos modelos culturais do mundo industrializado
- A Europa e o mundo no século XX
  - As transformações económicas do pós-guerra
  - Mutações na estrutura social, na cultura e nos costumes
  - Ruptura e inovação na arte e na literatura
- Portugal no século XX
  - Portugal: da I República à ditadura militar
  - Portugal: o autoritarismo e a luta contra o regime
  - Portugal democrático: a Revolução do 25 de Abril e a instauração do Estado Democrático

|      |                        |                           |
|------|------------------------|---------------------------|
| 6654 | Ler a imprensa escrita | Carga horária<br>25 horas |
|------|------------------------|---------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica e caracteriza tipos de textos jornalísticos.</li> <li>• Distingue jornais da imprensa escrita.</li> <li>• Desenvolve o espírito crítico e a capacidade comunicativa.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Jornal escrito e jornal televisionado
- Tipos de jornais
  - Generalistas – nacionais e regionais
  - Especializados – desportivos, de artes, científicos, entre outros
- Géneros jornalísticos e respetiva estrutura
- Análise da estrutura de primeiras páginas de jornais
- Análise do conteúdo das diferentes secções e tipos de texto de um jornal

|      |                             |                           |
|------|-----------------------------|---------------------------|
| 6655 | A Literatura do nosso tempo | Carga horária<br>50 horas |
|------|-----------------------------|---------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica características genéricas do texto literário.</li> <li>• Caracteriza genericamente os diferentes géneros literários.</li> <li>• Distingue os vários géneros literários.</li> <li>• Estabelece relações entre a literatura portuguesa do século XX e outras formas de expressão artística.</li> <li>• Identifica fontes de influência de diferentes correntes ou autores nacionais e estrangeiros.</li> <li>• Reconhece um conjunto de autores representativos do século XX e relaciona-os com a sua forma de escrita e principais obras.</li> <li>• Desenvolve capacidades de leitura, interpretação, análise crítica e de apreço pela arte.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Conceito de literatura
- Conceito de texto literário
- A literatura portuguesa do século XX
- A relação da literatura portuguesa do século XX com outras formas de expressão artística
- Os autores e a sua produção literária - que géneros literários e que temáticas
  - Agustina Bessa Luís
  - António Lobo Antunes
  - David Mourão Ferreira
  - Dinis Machado
  - José Cardoso Pires
  - José Saramago
  - Lídia Jorge
  - Manuel Alegre
  - Sophia de Mello Breyner Andresen
  - Vergílio Ferreira

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>6656</b> | <b>Mudanças profissionais e mercado de trabalho</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relaciona a evolução da organização do trabalho e das profissões com as mudanças científicas e tecnológicas.</li> <li>• Avalia os impactos das novas tecnologias no exercício profissional.</li> <li>• Compreende a influência das novas dinâmicas na evolução do mercado de trabalho.</li> <li>• Reconhece a importância da aprendizagem ao longo da vida, independentemente do contexto em que a mesma se processa.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

|                  |
|------------------|
| <b>Conteúdos</b> |
|------------------|

- Conceitos de trabalho, emprego e empregabilidade
- Representações sociais das profissões e dos contextos de trabalho
- Evolução científica e técnica e implicações no mundo do trabalho
- Novas formas de trabalho associadas às novas tecnologias – o teletrabalho
- Classificação dos setores de atividades económicas e profissões
- Evolução dos perfis profissionais na área profissional do curso
- A importância dos percursos formais, não formais e informais de aprendizagem ao longo da vida

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>6657</b> | <b>Diversidade linguística e cultural</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhece a língua como característica de uma cultura.</li> <li>• Identifica os diferentes falares regionais e os seus elementos diferenciadores.</li> <li>• Interpreta corretamente o sentido da expressão “unidade na diversidade”.</li> <li>• Situa geograficamente os diferentes falares.</li> <li>• Identifica alguns aspetos culturais dos países pertencentes à CPLP.</li> <li>• Relaciona os objetivos da CPLP com os objetivos da política externa portuguesa.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

|                  |
|------------------|
| <b>Conteúdos</b> |
|------------------|

- O Português - uma Língua Viva
- Língua, dialeto e falar regional
- Unidade e diversidade da Língua Portuguesa
  - A pronúncia e o léxico, elementos de diferenciação
  - Variedades do português, distribuição geográfica
- O Português no mundo actual
- Comunidade de Língua Oficial Portuguesa (CPLP)
  - Antecedentes e Declaração
  - Estatutos
  - Estados membros
  - Objectivos
- Expansão da Língua Portuguesa no mundo: descobrimentos e descolonização
- Política externa e defesa da Língua Portuguesa

|      |                  |                           |
|------|------------------|---------------------------|
| 6658 | Procurar emprego | Carga horária<br>50 horas |
|------|------------------|---------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreende as exigências do mercado de trabalho em termos de inserção profissional.</li> <li>• Identifica e consulta fontes diversificadas de ofertas de emprego.</li> <li>• Constrói instrumentos diversificados de candidatura a um emprego.</li> <li>• Explicita as finalidades dos diferentes instrumentos de candidatura ao emprego.</li> <li>• Distingue comportamentos e posturas ajustados e desajustados durante os processos de seleção para um emprego.</li> <li>• Reconhece a importância da procura ativa de emprego.</li> <li>• Desenvolve capacidades de iniciativa e de responsabilidade pessoal.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Conceitos de mercado de trabalho
- Oferta e procura de emprego: rede de relações pessoais, anúncios, Centros de Emprego, empresas de recrutamento, Internet...
- Técnicas e instrumentos de candidatura a um emprego: *curriculum vitae*, carta de apresentação, carta de candidatura, carta de recomendação, entrevista, testes de selecção
- Recrutamento e mobilidade de trabalhadores na União Europeia
- Programas e medidas de apoio à inserção profissional e à criação de empresas
- Ponto Nacional de Qualificação (PNQ)

|      |                             |                           |
|------|-----------------------------|---------------------------|
| 6659 | Ler documentos informativos | Carga horária<br>25 horas |
|------|-----------------------------|---------------------------|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lê e interpreta documentos informativos e utilitários.</li> <li>• Adequa o discurso oral e escrito, em situações do quotidiano, de acordo com as aprendizagens efetuadas.</li> <li>• Elabora um glossário com base nos documentos trabalhados.</li> </ul> |
|-----------------------------------|--|

#### Conteúdos

- Análise de textos informativos e utilitários
  - Instruções de utilização de equipamentos ou de produtos diversos
  - Anúncios e pequenos artigos
  - Rótulos de produtos alimentares
  - Regras de jogos
- Sistematização e apresentação do conteúdo dos textos trabalhados
- Selecção dos principais termos em função do tema
- Organização de um glossário

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>6660</b> | <b>Conhecer os problemas do mundo atual</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consulta várias fontes de informação.</li> <li>• Selecciona, organiza e sistematiza a informação recolhida.</li> <li>• Analisa criticamente a informação.</li> <li>• Produz textos escritos.</li> <li>• Argumenta oralmente sobre os textos produzidos.</li> <li>• Consciencializa-se dos problemas que afetam presentemente a humanidade.</li> <li>• Identifica a importância de alterar políticas, atitudes e comportamentos.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Devem ser identificados dois temas que se assumem na atualidade como um problema para a humanidade, de acordo com os interesses do grupo
- Exemplos
  - Exclusão social e solidariedade
  - Migração e minorias étnicas
  - Toxicodependências
  - Sida
  - Globalização
  - Avanços tecnológicos e reflexos no mundo do trabalho
  - Ameaça nuclear
  - Preservação ambiental
  - (...)

|             |                         |                                  |
|-------------|-------------------------|----------------------------------|
| <b>6661</b> | <b>Viajar na Europa</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|-------------------------|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consulta várias fontes de informação.</li> <li>• Selecciona, organiza e sistematiza a informação recolhida.</li> <li>• Reconhece o espaço europeu e o espaço comunitário.</li> <li>• Identifica as diferentes moedas utilizadas no espaço europeu e reconhece o respetivo valor face ao euro.</li> <li>• Prepara a viagem a realizar.</li> <li>• Preenche formulários e outros impressos.</li> <li>• Utiliza mapas para identificar e se deslocar até aos locais pretendidos.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- A Europa e o Espaço Comunitário
- Identificação do(s) país(es) a visitar (num máximo de 2)
- Identificação das cidades a visitar
- Preparação da viagem
  - Recolha de dados de caracterização do destino da viagem
  - Contacto com agências de viagem
  - Identificações de documentos ou outras condições exigidas pelas autoridades do país
  - Mapas e roteiros
  - Plano de viagem

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>6662</b> | <b>Escolher uma profissão/Mudar de atividade</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consulta várias fontes de informação.</li> <li>• Selecciona, organiza e sistematiza a informação recolhida.</li> <li>• Analisa criticamente a informação.</li> <li>• Identifica e desmonta estereótipos profissionais.</li> <li>• Produz documentos de resposta a anúncios de oferta de emprego.</li> </ul> |
|-----------------------------------|--|

|                  |
|------------------|
| <b>Conteúdos</b> |
|------------------|

- Profissões tradicionais e novas profissões
- Representações sociais das profissões
- Caracterização das principais atividades associadas à saída profissional
- Anúncios de oferta de emprego
- *Curriculum Vitae*
- Carta de apresentação

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>6663</b> | <b>Debater os direitos e deveres dos cidadãos</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Consulta várias fontes de informação.</li> <li>• Selecciona, organiza e sistematiza a informação recolhida.</li> <li>• Analisa criticamente a informação.</li> <li>• Distingue liberdade, direito e dever.</li> <li>• Defende e exerce, em consciência, os seus direitos e deveres.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

|                  |
|------------------|
| <b>Conteúdos</b> |
|------------------|

- Devem ser identificados dois temas (um no domínio dos direitos e outro no domínio dos deveres) que se assumam de maior interesse para o grupo
- Exemplo
  - Liberdade de expressão
  - Liberdade de informação e liberdade de imprensa
  - Direito à segurança e protecção
  - Direito à igualdade de oportunidades
  - Direito à diferença
  - Direito à educação ao longo da vida
  - Deveres do cidadão no respeito pelas liberdades individuais e colectivas
  - Deveres do cidadão no respeito pelo património cultural e ambiental
  - Deveres do cidadão no respeito pela justiça e solidariedade dos países ricos pelos países pobres
  - (...)



6664

## Realizar uma exposição sobre as instituições internacionais

**Carga horária**  
50 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Consulta várias fontes de informação.
- Selecciona, organiza e sistematiza a informação recolhida.
- Identifica as instituições internacionais com maior relevância nas diferentes áreas de intervenção.
- Debate, em grupo, as opções de realização do trabalho.
- Apresenta em exposição, sob a forma de cartaz ou de outro suporte, uma instituição internacional.

### Conteúdos

- Identificação de instituições internacionais organizadas de acordo com a natureza e âmbito de intervenção
- Recolha de informação de carácter geral e de carácter selectivo
- Tratamento da informação
- Direitos de autor
- Estruturação e produção de um documento informativo/divulgação/promoção
- Organização da exposição
  - Reserva do espaço
  - Preparação do espaço
  - Divulgação e promoção do evento
  - Produção de convites
  - Acolhimento dos visitantes
  - Balanço final

6665

## O Homem e o ambiente

**Carga horária**  
25 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Caracteriza os principais problemas ambientais.
- Compreende o impacte da atividade humana no ambiente.
- Identifica os efeitos da poluição na saúde pública.
- Reconhece a importância da alteração de atitudes e comportamentos na preservação do ambiente.
- Compreende que nos processos de tomada de decisão sobre problemáticas ambientais concorrem diversas perspetivas refletindo interesses e valores diferentes.

### Conteúdos

- Principais problemas ambientais relacionados com o ar, a água, os resíduos e o ruído
- A poluição e a saúde pública
- As tecnologias verdes: custos e benefícios
- Novas fontes de energia e a sua utilização
- Relação entre a sociedade de consumo e a sociedade sustentável
- Comportamentos favoráveis à preservação do ambiente
- Protocolos e Convenções internacionais no domínio do ambiente e do desenvolvimento sustentável

**6666**

**Publicidade: um discurso de sedução**

**Carga horária**  
25 horas

**Resultados da Aprendizagem**

- Identifica e interpreta os mecanismos e meios usados pela publicidade para influenciar o consumidor.
- Cria hábitos de comparação e de comprovação das características reais de produtos e serviços face às características definidas pela publicidade.
- Promove uma consciência crítica face às necessidades de consumo criadas através da publicidade.
- Identifica modelos sociais, morais, culturais e ideológicos, implícitos na mensagem publicitária.
- Interpreta e aplica a Lei da publicidade a casos específicos.

**Conteúdos**

- Sociedade de consumo: consumo e consumismo
- Meios de comunicação de massa: publicidade
- Mercado e publicidade
  - Conhecimento e caracterização dos destinatários na construção da mensagem publicitária
  - Consumos juvenis
  - Produtos publicitários destinados a jovens
  - Construção de identidades em função de modelos e de estereótipos
- Elementos fundamentais da estrutura de um anúncio
  - Imagem, texto oral e/ou escrito, duração e som
- Lei da publicidade

**6667**

**Mundo atual – tema opcional**

**Carga horária**  
25 horas

**Resultados da Aprendizagem**

- Promove uma consciência analítica e crítica, com base em acontecimentos e/ou problemas do Mundo atual.

**Conteúdos**

- Os conteúdos a desenvolver devem integrar-se em temas de atualidade, escolhidos de acordo com os interesses dos formandos.

**6668**

**Uma nova ordem económica mundial**

**Carga horária**  
25 horas

**Resultados da Aprendizagem**

- Conhece, globalmente, as interdependências que no mundo contemporâneo conferem carácter mundial às relações económicas.
- Identifica grandes assimetrias ao nível do mundo, das regiões e dos países.
- Identifica as causas económicas e políticas subjacentes à situação internacional no final do século e do milénio.
- Reconhece os efeitos económicos e sociais da globalização.
- Identifica-se com os princípios sociais, de cidadania, de subsidiariedade e de coesão defendidos por uma Europa Comunitária.

**Conteúdos**

- Um olhar sobre o mundo na viragem do século e do milénio
  - Interdependência económica e globalização
  - Mundos, regiões e países divididos
- Desenvolvimento do capitalismo
- O fim da guerra fria e o mundo unipolar
- A nova ordem económica mundial
- A Europa dos cidadãos

**6669**

## Higiene e prevenção no trabalho

**Carga horária**  
50 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Define conceitos de saúde, doença profissional e acidente de trabalho.
- Relaciona saúde com local de trabalho.
- Identifica as principais causas das doenças profissionais e dos acidentes de trabalho.
- Identifica e interpreta elementos relevantes das estatísticas de acidentes de trabalho.
- Identifica as principais características de um posto de trabalho-tipo.
- Caracteriza as condições de trabalho ideais e as formas de as conservar.
- Reconhece as vantagens da proteção coletiva e individual.
- Utiliza meios adequados de movimentação de cargas.
- Identifica as regras de utilização de ecrãs de computador.

### Conteúdos

- Saúde, doença e trabalho
  - Saúde
  - Doença profissional
  - Acidentes de trabalho
  - Doenças profissionais nos diversos setores económicos
  - Estatísticas de doenças profissionais e de acidentes de trabalho
  - Distribuição de acidentes de acordo com localização da lesão, tipo de lesão, hora de trabalho, região, setor de atividade, idade
  - Tipos de risco de acidente
  - Custos dos acidentes
  - Prevenção de acidentes
- Ergonomia
  - Postos de trabalho: sentado, em pé, misto
  - Condições de trabalho: temperatura, ruído, humidade, ventilação, iluminação, poluentes químicos
  - Técnicas de prevenção coletiva e individual
  - Equipamentos de prevenção individual
  - Movimentação de cargas: levantamento, transporte manual
  - Regras de utilização de ecrãs de computador

**6670**

## Promoção da saúde

**Carga horária**  
25 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Avalia a importância dos comportamentos positivos na promoção da saúde.
- Caracteriza os diferentes tipos de toxicodependências e diversas patologias contemporâneas.
- Reconhece as consequências do consumo do álcool, do tabaco e de estupefacientes.
- Compreende a importância do planeamento familiar.
- Identifica comportamentos que previnem as doenças sexualmente transmissíveis.
- Reconhece as organizações da sociedade civil na prevenção de riscos, no combate à doença e no apoio aos cidadãos portadores de patologias ou dependências.

### Conteúdos

- Prevenção da saúde
- Alimentação racional e desvios alimentares
- Actividade física e repouso
- Sexualidade e planeamento familiar
- Doenças da atualidade (sida e outras patologias contemporâneas) e toxicodependências
- Causas, sintomas, formas de prevenção, de transmissão e de tratamento
- Organizações da sociedade civil que prestam apoio a portadores de diferentes patologias ou dependências

|      |  |                                  |
|------|--|----------------------------------|
| 6671 | <b>Culturas, etnias e diversidades</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|------|--|----------------------------------|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Compreende os conceitos de cultura, raça e etnia.</li> <li>• Reconhece as especificidades culturais dos principais grupos étnicos representados na sociedade portuguesa.</li> <li>• Identifica os fluxos de emigração portuguesa na atualidade.</li> <li>• Identifica tipos e situações de racismo e de discriminação.</li> <li>• Compreende como o desconhecimento gera preconceitos e medo.</li> <li>• Entende a diversidade como uma forma de riqueza.</li> <li>• Conhece os dispositivos legais e institucionais de promoção da igualdade étnico-cultural.</li> </ul> |
|-----------------------------------|--|

#### Conteúdos

- Conceitos de cultura, raça e etnia
- Fenómenos de emigração e de imigração na actualidade
- Identidade cultural das comunidades emigrantes
- Contributos de diferentes culturas para a vida de um país
- Racismo e a xenofobia associados à imigração
- Formas de discriminação: nacionalidade, cor, género, religião, orientação sexual
- Momentos históricos, personalidades e organizações determinantes na luta contra as diferentes formas de discriminação
- Legislação de promoção da igualdade entre grupos sociais e étnicos

|      |   |                                  |
|------|---|----------------------------------|
| 0755 | <b>Processador de texto - funcionalidades avançadas</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|------|---|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Automatizar tarefas de edição e elaboração de documentos.</li> <li>• Efectuar impressões em série.</li> <li>• Elaborar e utilizar macros e formulários.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Modelos e assistentes
  - Criação de modelos
  - Modelos pré-definidos
  - Modelo normal
  - Criação de documentos com recurso a assistentes
- Impressão em série
  - Documento principal
  - Documento de dados
- Formulários
  - Criação de campos de formulários
  - Preenchimento de formulários
- Macros
  - Criação
  - Gravação
  - Execução

0757

## Folha de cálculo - funcionalidades avançadas

**Carga horária**  
25 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Executar ligações entre múltiplas folhas de cálculo.
- Efetuar a análise de dados.
- Automatizar ações através da utilização de macros.

### Conteúdos

- Múltiplas folhas de cálculo
  - Múltiplas folhas
  - Reunião de folhas de cálculo
  - Ligação entre folhas
- Resumo de dados
  - Inserção de subtotais
  - Destaques
  - Relatórios
- Análise de dados
  - Análise de dados em tabelas e listas
    - Criação, ordenação e filtragem de dados
    - Formulários
  - Criação e formatação de uma tabela dinâmica
  - Utilização de totais e subtotais
  - Fórmulas em tabelas dinâmicas
  - Elaboração de gráficos
- Macros
  - Macros pré-definidas
  - Macros de personalização das barras de ferramentas
  - Criação e gravação de uma macro
  - Atribuição de uma macro a um botão
  - Execução de uma macro

0767

## Internet - navegação

**Carga horária**  
25 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Reconhecer a função de pesquisa na Internet.
- Identificar as funcionalidades do correio eletrónico.

### Conteúdos

- *Sites de Interesse*
  - Motores de busca
  - Servidores públicos para alojamento de páginas
- *Mail*
  - Correio electrónico
  - Criação de *mail*
  - Envio de mensagens e resposta
- *File Transfer Protocol*
  - Conceito
  - Comandos de *FTP*
  - *Cute FTP*
- *Newsgroups*
  - Servidores de *News*
  - Envio e respostas a *posts*

|      |  |                                  |
|------|--|----------------------------------|
| 0792 | <b>Criação de páginas para a web em hipertexto</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|------|--|----------------------------------|

### Resultados da Aprendizagem

- Elaborar páginas para a web, com recurso a hipertexto.

### Conteúdos

- Conceitos gerais de HTML
  - Ficheiros HTML
  - Estrutura da página HTML
- Ligações
  - Tag <A> para ligação
  - Ligação local com caminhos relativos e absolutos
  - Ligação a outros documentos na Web e a determinados locais dentro de documentos
- Formatação de texto com HTML
  - Estilos de caracteres, caracteres especiais e fontes
  - Quebra de linha de texto
  - Endereços de mail
- Imagens
  - Imagens online
  - Imagens e ligações
  - Imagens externas e de fundo
  - Atributos das imagens
  - Referência das cores, cor de fundo e de texto
  - Preparação das imagens
- Multimédia na web
  - Ficheiros de som e de vídeo
- Animação na web
  - Animação através de ficheiros de imagens GIF e JAVA
- Desenho de páginas web
  - Estrutura da página
  - Ligações, imagens fundos e cores
- Tabelas
  - Definição e constituição de uma tabela
  - Alinhamento de células e tabelas
  - Dimensão das colunas e tabelas
- Frames
  - Definição e atributos de frames
  - Conjuntos e ligações de frames
- Mapas
  - Estrutura de map e utilização de <MAP> e <AREA>
  - Atributo USEMAP
  - Coordenadas e ligações
  - Páginas Web com mapas

## 4.2. Formação de Base - Científica

|      |  |                                  |
|------|--|----------------------------------|
| 6672 | <b>Organização, análise da informação e probabilidades</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|------|--|----------------------------------|

### Resultados da Aprendizagem

- Pesquisa, organiza, regista e analisa informação recolhida em diversas fontes da natureza.
- Calcula frequências absolutas e relativas.
- Constrói e interpreta gráficos e tabelas.
- Calcula medidas de tendência central para caracterizar uma distribuição.
- Relaciona distribuições de frequências relativas e de probabilidades, identificando a distribuição normal e respetivas propriedades, identifica o tipo de correlação existente entre distribuições bidimensionais.
- Analisa, interpreta e calcula probabilidades, através da noção frequencista de probabilidade e da Lei de Laplace.
- Reconhece a importância da estatística em diversos domínios do mundo atual.

### Conteúdos

- Organização e interpretação da informação
  - Organização de dados

- Números fraccionários
  - Dízima
  - Fração
  - Percentagem
- Funções de uma variável
  - Elaboração de gráficos e tabelas representativos de situações descritas verbalmente
  - Descrição de situações representadas graficamente
- Tipos de caracteres estatísticos
  - Variável discreta
  - Variável contínua
- Frequências absolutas e relativas
- Tabelas de frequências
  - Absolutas
  - Relativas
  - Relativas acumuladas
- Representação gráfica de uma distribuição
  - Gráficos de barras
  - Sectogramas
  - Histogramas
  - Pictogramas
- Análise e interpretação da informação
  - Medidas de tendência central
    - Média
    - Moda ou classe modal
    - Mediana
  - Limitações das medidas de tendência central
  - Distribuições de frequências
  - Comparação de distribuições
- Estatística e Probabilidades
  - Utilidade da Estatística na vida moderna
  - Estatística descritiva e indutiva
  - Conceito de população e amostra
    - Recenseamento e sondagem
  - Escolha de amostras
  - Medidas de tendência central
  - Diagramas de extremos e quartis
  - Medidas de dispersão
    - Amplitude
    - Variância
    - Desvio-padrão
    - Amplitude interquartis
  - Distribuições bidimensionais (abordagem gráfica e intuitiva)
    - Diagrama de dispersão
    - Dependência estatística
    - Correlação
    - Recta de regressão
  - Experiência aleatória
    - Acontecimentos
      - Elementar
      - Não elementar
      - Certo
      - Impossível
      - Contrário
      - Incompatível com outro
      - Reunião de acontecimentos
  - Conceito frequencista de probabilidade
  - Espaço de resultados
  - Processos simples de contagem
  - Classificação de acontecimentos
  - Probabilidades de um acontecimento como quociente entre casos possíveis e casos favoráveis
  - Escalas de probabilidades
  - Cálculo de probabilidades
    - Lei de Laplace
  - Técnicas de contagem
    - Arranjos com e sem repetição
    - Permutações
    - Combinações sem repetições
  - Triângulo de Pascal
  - Binómio de Newton
  - Distribuição de frequências relativas e distribuição de probabilidades

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>6673</b> | <b>Operações numéricas e estimação</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utiliza modelos e representações numéricas para descrever os resultados de um problema.</li> <li>• Opera com números inteiros relativos, números racionais e números reais e utiliza critérios de divisibilidade.</li> <li>• Identifica e completa sequências numéricas/geométricas.</li> <li>• Opera com potências de base 10 e de expoente inteiro.</li> <li>• Utiliza a estimação na resolução de problemas e na avaliação de resultados.</li> <li>• Identifica os números irracionais e relaciona-os com o tipo de dízimas que os representam.</li> <li>• Reconhece e utiliza valores aproximados de um número, por defeito e por excesso, e as raízes quadráticas e cúbicas como inverso de potências.</li> <li>• Identifica e representa simbólica e graficamente intervalos de números reais.</li> </ul> |
|-----------------------------------|--|

#### Conteúdos

- Padrões e relações numéricas
  - Conceito de número
  - Números Inteiros relativos e racionais
  - Números inteiros relativos
    - Operações e comparações
  - Representações de números fraccionários
  - Potências de base 10
    - Notação científica
  - Múltiplos e divisores
    - Critérios de divisibilidade
- Estimação e cálculo numérico
  - Números racionais relativos
  - Operações com números nacionais relativos
    - Forma de fracção
    - Forma de número decimal
  - Números irracionais
    - Radiciação como operação inversa da potenciação
  - Estimação, valores aproximados e erros
    - Arredondamentos
  - Operações com potências de expoente inteiro

|             |                                  |                                  |
|-------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <b>6674</b> | <b>Geometria e trigonometria</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|----------------------------------|----------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Constrói figuras geométricas semelhantes e relaciona perímetros, áreas e volumes de figuras bi ou tridimensionais semelhantes.</li> <li>• Identifica, descreve e compara proporções numéricas e geométricas.</li> <li>• Reconhece as diferentes isometrias - simetrias axiais, translações e rotações.</li> <li>• Utiliza o teorema de Pitágoras e a fórmula fundamental de trigonometria na resolução de problemas.</li> <li>• Calcula as razões trigonométricas de um ângulo agudo e estabelece relações entre as razões trigonométricas.</li> <li>• Reconhece o grau e o radiano como unidades de medida da amplitude de um ângulo, e utiliza o círculo trigonométrico para resolver equações trigonométricas.</li> <li>• Representa no plano figuras do espaço e constrói sólidos e respetivas planificações.</li> <li>• Classifica poliedros, triângulos e quadriláteros e reconhece as suas propriedades.</li> <li>• Intersecta sólidos por um plano e representa a secção produzida, e opera com vetores do plano e do espaço.</li> <li>• Utiliza equações vetoriais e cartesianas da reta, do plano e do espaço, bem como o produto escalar de vetores.</li> </ul> |
|-----------------------------------|---|

#### Conteúdos

- Visualização e representação de formas
  - Sólidos geométricos
    - Propriedades dos sólidos
  - Sólidos platónicos
    - Propriedades
    - Planificação
  - Poliedros
    - Classificação
    - Propriedades
  - Polígonos
    - Propriedades dos polígonos
  - Relações estabelecidas entre poliedros, polígonos e planos
  - Classificação de triângulos e quadriláteros
  - Construção de figuras geométricas



- Figuras geométricas
  - Áreas
  - Perímetros
  - Volumes
- Grandezas e medidas
- Números irracionais
- Cálculos geométricos
  - Círculo
  - Mediatriz
  - Bissetriz de um ângulo
  - Esfera
- Formas de definir um plano
- Propriedades de paralelismo
  - Duas retas
  - Duas retas e um plano
  - Dois planos
- Propriedades de perpendicularidade
  - Duas retas
  - Uma reta e um plano
- Intersecção de sólidos por um plano
  - Identificação da secção respectiva
- Proporcionalidade numérica e geométrica
  - Transformações geométricas
  - Semelhanças e isometrias
  - Proporções numéricas e geométricas
  - Figuras bi e tri-dimensionais semelhantes
    - Áreas
    - Perímetros
    - Volumes
  - Semelhança de triângulos
  - Propriedades das isometrias
    - Concepção de pavimentações, frisos e painéis
    - Rotações
    - Translações
    - Simetrias axiais
- Trigonometria
  - Trigonometria do triângulo retângulo
    - Teorema de Pitágoras
    - Razões trigonométricas de ângulos agudos
    - Fórmula fundamental da trigonometria
    - Números irracionais
    - Valores aproximados
  - Funções trigonométricas
    - Conceito de ângulo - radiano
    - Amplitude de ângulos com os mesmos lados - graus e radianos
    - Conceito de arco - radiano
    - Função seno, co-seno e tangente
      - Variação (círculo trigonométrico)
  - Razões trigonométricas
    - $\sin^2 \alpha + \cos^2 \alpha = 1$
    - $\tan \alpha = \frac{\sin \alpha}{\cos \alpha}$
    - Razões trigonométricas de ângulos complementares
  - Amplitude de ângulos com o mesmo seno, co-seno ou tangente
  - Equações trigonométricas complementares
  - Seno, co-seno e tangente
    - Domínio
    - Contradomínio
    - Período
    - Zeros
    - Variação de sinal
    - Monotonia
    - Continuidade
    - Extremos (relativos e absolutos)
    - Simetrias e em relação ao eixo dos yy e à origem
    - Assíntotas
    - Limites nos ramos infinitos
    - Relações entre funções trigonométricas
  - Funções trigonométricas como funções reais de variável real
- Geometria e álgebra
  - Método cartesiano para geometria no plano e no espaço
    - Referenciais cartesianos ortogonais e monométricos do plano
    - Correspondência entre o plano e  $\mathbb{R}^2$  entre o espaço  $\mathbb{R}^3$
    - Conjuntos de pontos e condições
    - Distância entre dois pontos

- Circunferência e círculo
  - Elipse e mediatriz
  - Superfície esférica, esfera e plano medidor
  - o Vetores livres no plano e no espaço
    - Adição de vetores
    - Multiplicação de vetores por um escalar
    - Propriedades dos vetores
    - Colinearidade de dois vetores
    - Soma de um ponto com um vetor
    - Diferença de dois pontos
    - Norma de um vetor
    - Componentes e coordenadas de um vetor num referencial ortonormado do espaço
    - Coordenadas de um ponto médio de um segmento de reta
    - Produto escalar de dois vetores no plano e no espaço
      - Definição e propriedades
      - Expressão do produto escalar nas coordenadas dos vetores em referencial ortonormado
    - Ângulo de duas retas
    - Inclinação de uma reta
    - Declive como tangente da inclinação no caso de equação reduzida da reta no plano
    - Perpendicularidade de vetores e de retas
  - Conjuntos definidos por condições
  - Equações cartesianas da reta no plano e no espaço
  - Intersecção de planos – interpretação geométrica
  - Resolução de sistemas
  - Paralelismo e perpendicularidade de retas e planos
-

6675

**Padrões, funções e álgebra**

**Carga horária**  
25 horas

**Resultados da Aprendizagem**

- Analisa regularidades numéricas e geométricas.
- Representa graficamente uma relação entre duas variáveis e uma função afim ou quadrática.
- Identifica os pontos relevantes de um gráfico de uma função.
- Calcula numericamente e graficamente a solução de equações/inequações e de sistemas de equações/inequações, e realiza operações com polinómios.
- Reconhece e opera com números reais.
- Identifica as relações existentes entre os elementos de um conjunto de números.
- Reconhece e representa graficamente sucessões de números reais.
- Identifica sucessões monótonas e limitadas, convergentes e divergentes, e infinitamente grandes ou infinitésimos.
- Calcula a razão, o termo geral, a soma de  $n$  termos consecutivos de uma progressão.
- Utiliza os limites de sucessões na resolução de problemas.

**Conteúdos**

- Padrões e funções
  - Regularidades numéricas e geométricas
  - Variáveis e expressões designatórias
  - Relações entre variáveis e funções
  - Relações de proporcionalidade direta e inversa entre funções
  - Representação gráfica das funções afim e quadrática
- Equações
  - Equações do 1.º grau
  - Equações literais
  - Princípios de equivalência
  - Sistemas de duas equações do 1.º grau a duas incógnitas
    - Resolução gráfica e algébrica
  - Polinómios
    - Operações com polinómios
  - Equações do 2.º grau
  - Decomposição de polinómios em factores
  - Casos notáveis da multiplicação de polinómios
- Inequações
  - Inequações
  - Princípios de equivalência de inequações
  - Condições e intervalos de números reais
  - Sistemas de inequações
  - Valor absoluto de um número
  - Lugares geométricos
- Álgebra - operações numéricas
  - Conjunto IR
  - Operações em IR
  - Dízimas
  - Radicais quadráticos e cúbicos
  - Potências de expoente fraccionário
  - Relação de ordem em IR
  - Módulo ou valor absoluto de um número real
  - Conjuncção e disjuncção de condições
    - Operações entre conjuntos
  - Negação de uma condição
  - Complementar de um conjunto
- Regularidades e sucessões
  - Sucessões como funções reais de variável natural
  - Sucessões definidas por recorrência
  - Sucessão monótona e sucessão limitada
  - Progressões aritméticas e geométricas
  - Soma de  $n$  termos consecutivos de uma progressão
  - Conceito de infinitamente grande
    - Positivo
    - Negativo
    - Em módulo
  - Conceito de infinitésimo
  - Limite de sucessão
  - Sucessão convergente
  - Método de indução

6676

**Funções, limites e cálculo diferencial**

**Carga horária**  
50 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Analisa gráficos de funções e reconhece o significado do domínio, contradomínio, estudo da variação de sinal, intervalos de monotonia, continuidade, simetrias, paridade e pontos notáveis.
- Elabora o gráfico e identifica os limites de uma função.
- Reconhece a continuidade de uma função, num ponto e num intervalo.
- Caracteriza, gráfica, numérica e analiticamente, as funções de proporcionalidade direta e inversa.
- Realiza operações com funções polinomiais e elabora gráficos de funções polinomiais de grau 3 ou 4.
- Constrói e analisa gráficos de funções racionais com termos de grau menor ou igual a 2, quanto à monotonia, extremos, domínio, paridade, zeros, taxa de variação média e assíntotas.
- Calcula a derivada de uma função num ponto do domínio, através da definição.
- Caracteriza a função exponencial de base superior a 1.
- Calcula logaritmos através do respetivo conceito e opera com logaritmos.
- Reconhece que a função logarítmica é a função inversa da função exponencial e caracteriza-a do ponto de vista gráfico e analítico.

### Conteúdos

- Gráficos e funções
  - Relações entre variáveis
    - Conceito de função de uma variável
  - Representação gráfica de relações entre variáveis
  - Representação gráfica de funções
  - Propriedades de funções
    - Domínio
    - Contradomínio
    - Intervalos de monotonia
    - Variação de sinal
    - Continuidade
    - Pontos notáveis
    - Zeros
    - Intersecção com o eixo dos yy
    - Extremos relativos e absolutos
  - Significado gráfico e expressão analítica de uma função
  - Função afim, quadrática e módulo
  - Paridade de uma função
  - Famílias de funções
    - Aspecto do gráfico
    - Posição da origem do referencial relativamente ao gráfico
    - Simetrias
    - Limites nos ramos infinitos
    - Tipos de gráficos
      - Semelhanças e diferenças
    - Efeitos dos parâmetros nas características das funções e dos respetivos gráficos
    - Gráfico de uma função pertencente a uma determinada família
      - $y = x$
      - $y = x^2$
      - $y = [x]$
    - Equações e inequações do 2.º grau
- Limites e continuidade de funções
  - Função quadrática
    - Propriedades
  - Funções polinomiais
    - Relação entre o grau da função e o limite nos ramos infinitos
    - Análise comparativa dos gráficos de funções polinomiais do mesmo grau
    - Operações com polinómios
    - Algoritmos e gráficos das funções soma, produto e quociente
    - Factorização de polinómios
    - Pesquisa de zeros de funções polinomiais
  - Operações com funções
    - Adição
    - Multiplicação
    - Composição
    - Divisão
  - Relações de proporcionalidade direta e de proporcionalidade inversa
  - Gráfico de funções racionais
    - Assíntotas verticais e horizontais
- Cálculo diferencial, função exponencial e função logarítmica – conceitos gerais
  - Derivada de uma função num ponto
    - Interpretação geométrica
    - Monotonia e taxa de variação num intervalo
    - Determinação da derivada de uma função num ponto

- Determinação da tangente ao gráfico de uma função num ponto
- Função exponencial  $a^x$  base superior a 1
  - Domínio e contradomínio
  - Zeros
  - Intervalos de monotonia
  - Condições que envolvem expressões exponenciais
- Função logarítmica

| 6687                              | <b>Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos</b>  | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-----------------------------------|--|----------------------------------|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enuncia os conceitos de auto-conceito e auto-estima através da valorização pessoal e profissional.</li> <li>• Reconhece a importância do grupo na dinâmica das relações interpessoais.</li> <li>• Reconhece a dinâmica de grupos adequada à situação de ensino-aprendizagem em contexto real de trabalho.</li> <li>• Descreve as diferentes formas de gerir e superar conflitos (intra e interpessoais).</li> <li>• Descreve o processo de liderança e identifica as características que diferenciam os empreendedores.</li> <li>• Identifica as estruturas familiares como processos sociais dinâmicos no tempo e no espaço.</li> <li>• Reconhece a realidade dos contextos de socialização em constante mutação.</li> <li>• Reconhece a importância do grupo de pares para a inserção na comunidade e para o desenvolvimento psicossocial.</li> <li>• Analisa os contextos de socialização com recurso a instrumentos e a procedimentos adequados.</li> </ul> |                                  |

#### Conteúdos

- Percepção do “eu”
  - Formação do auto-conceito
    - O “eu” visto pelos “outros”
    - Importância da valorização pelos sujeitos significativos
    - Interpretação pelo “eu”
      - Interaccionismo simbólico
  - Sentimento de valor
    - Auto-estima
  - Estratégias de manutenção de uma identidade pessoal positiva
- Percepção dos “outros”
  - Cognição social e atitudes
    - Conceito
    - Componentes das atitudes
    - Formação de atitudes
    - Desenvolvimento de atitudes
    - Mudança de atitudes
  - Percepção social e categorização
    - Formação de impressões
    - Estereótipos
    - Preconceitos
- Percepção e dinâmica do “nós”
  - Conceito e características dos grupos
    - Interação da heterogeneidade
      - “eu” ao “nós”
    - Relacionamento e a tarefa do grupo
    - Teoria de Desenvolvimento do Grupo
      - Tuckman
    - Dinâmica de grupo
      - Kurt Lewin
  - Estrutura e funcionamento do grupo
    - Estatuto, papel e apreço
      - Conceitos
    - Papéis e estatutos adquiridos ou atribuídos
    - Estrutura sociométrica
    - Coesão do grupo
  - Normalização e conflitos
    - Conflito
    - Escalada do conflito
    - Assertividade
    - Inconformismo
    - Passividade
    - Agressividade
    - Manipulação
    - Afirmação pessoal
    - Estratégias individuais na gestão do conflito

- Poder
- Autoridade
- Influência social
- Obediência
- Conformismo
- Liderança, negociação social e empreendedorismo
  - Conceito de liderança
    - Funções, padrões e contextos de liderança
  - Empreendedor e a negociação social
    - Elementos da negociação
    - Negociação integrativa e negociação distributiva
    - Perfil do empreendedor
- Processo e contextos de socialização
  - Processo de socialização
    - Conceito de socialização
  - Contextos de socialização
    - Família
      - Relações dos adolescentes com os pais e outros familiares
      - Tipos de estruturas familiares
        - Família nuclear
        - Família extensa
        - Família monogâmica
        - Família de procriação
      - Novas organizações da estrutura familiar
        - Famílias monoparentais
      - Família e formação da identidade do adolescente
        - Conflitos pais-filhos
    - Grupo de pares
      - Relacionamento com o grupo de pares
      - Processos sócio-psicológicos
        - Comparação social e conformismo
      - Amizade
    - Escola
      - Adolescentes e escola
      - Relação escola família
    - Cultura
      - Moda
      - *Mass media*
      - Etnia

| 6688                              | Diferença de comportamento e diferença de intervenção  | Carga horária<br>50 horas |
|-----------------------------------|--|---------------------------|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhece as diferenças comportamentais verificadas a nível individual, grupal, organizacional e social.</li> <li>• Identifica a multiplicidade de fatores que lhes estão subjacentes às diferenças comportamentais.</li> <li>• Identifica os indivíduos com diferenças e/ou desvantagens como um coletivo heterogéneo.</li> <li>• Identifica e caracteriza as diversas instituições que, na comunidade, têm como valências o apoio nas áreas do social, da segurança, da justiça, da educação e da saúde.</li> <li>• Identifica políticas, instrumentos e programas que visem a integração socioeconómica e profissional das populações com dificuldades especiais.</li> </ul> |                           |

#### Conteúdos

- Diferença – delimitação e problematização
  - Ser diferente
    - Conceito
  - Diferenças no nosso quotidiano
    - Comportamentos
    - Ideias
    - Valores
    - Orientação sexual
    - Interesses
    - Aspirações
    - Ideologias
    - Sentido estético e artístico
    - Aspecto físico
  - Inevitabilidade das diferenças
  - Diferença como desvantagem
    - Diferença que isola

- Diferença que impede o bem-estar e a participação social e comunitária
  - o Direito à diferença
  - o Actuar sobre as diferenças
- Diferenças existentes na educação/formação
  - o Género
    - Formações socialmente desvalorizadas
    - Escolarização do estereótipo
  - o Trajectória social e escolar anterior
    - Igualdade no acesso *versus* igualdade no sucesso
    - Fenómenos de exclusão e de integração diferenciadora
  - o Dificuldades na aprendizagem
  - o Crianças e jovens com necessidades educativas especiais
- Diferenças no acesso ao trabalho - públicos com necessidades especiais
  - o Caracterização de populações com dificuldades especiais
    - Jovens
      - Pouco qualificados ou sem qualificação
      - Sobrequalificados
    - Desempregados de longa duração
      - Heterogeneidade de situações
      - Particularidades da situação portuguesa
      - Efeito da idade no desempregado de longa duração
    - Pessoas com baixas qualificações
      - Analfabetos funcionais
      - Pessoas com qualificações antigas
    - Mulheres
      - Tipologia do desemprego feminino
      - Discriminação remuneratória e no acesso a posições de chefia
    - Toxicodependentes e ex-toxicodependentes
      - Toxicodependência e atividade profissional
      - Reinserção profissional e superação da dependência da droga
    - Detidos e reclusos
      - Dificuldades de reinserção
        - Baixos níveis de escolaridade
        - Pouca qualificação profissional
    - Grupos étnicos e culturais minoritários
      - Situação social precária
      - Baixos níveis de escolarização e qualificação
    - Pessoas com deficiência
      - Acessibilidade aos locais de trabalho
      - Produtividade da pessoa com deficiência
      - Adaptação ao contexto de trabalho
  - o Estratégias e estruturas de apoio
    - Políticas e práticas
      - Dispositivos e quadros legais
      - Suportes institucionais
        - Filosofia
        - Valências
        - Composição técnica
    - Espaço comunitário
      - Convergência de esforços na resposta às situações de desvantagem perante o emprego
    - Boas práticas
      - Análise de boas práticas nos vários domínios

| 6700                              | <b>Agentes económicos e atividades e económicas</b>  | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-----------------------------------|--|----------------------------------|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Enuncia os principais intervenientes na atividade económica e as relações estabelecidas entre estes, através de um circuito económico.</li> <li>• Distingue os diferentes tipos de necessidades e relaciona o surgimento de novas necessidades com o desenvolvimento tecnológico.</li> <li>• Classifica os diferentes tipos de bens económicos.</li> <li>• Utiliza e aplica os principais conceitos económicos.</li> <li>• Utiliza os instrumentos económicos para interpretar a realidade económica portuguesa, em matéria de consumo.</li> <li>• Reconhece o conceito de mercado e os diferentes tipos e estruturas de mercado existentes.</li> <li>• Descreve a lei da oferta e da procura.</li> <li>• Identifica os fatores que influenciam a formação dos preços.</li> <li>• Descreve o histórico associado ao aparecimento da moeda, bem como os tipos e funções da mesma.</li> <li>• Relaciona as novas formas de pagamento da atualidade com a evolução tecnológica.</li> </ul> |                                  |

#### Conteúdos

- Agentes económicos e atividades económicas
  - Atividade económica
    - Conceito
    - Tipos
  - Principais intervenientes na atividade económica
    - Agentes económicos
      - Famílias
      - Estado
      - Empresas
      - Mundo
  - Relações entre agentes económicos
    - Circuito económico
  - Objectivos da atividade económica
    - Necessidades
      - Conceito
      - Características
      - Tipos
      - Classificação quanto à importância
      - Classificação quanto ao custo
      - Carácter espaço-temporal
    - Correspondência entre o desenvolvimento tecnológico e a manifestação de novas necessidades
    - Bens
      - Conceito
      - Bens livres
      - Bens económicos (produtos e serviços)
    - Classificação de bens económicos
      - Quanto à função
      - Quanto à duração
      - Quanto à relação com outros bens
- Produção, distribuição e consumo
  - Produção de bens e serviços
    - Noção
    - Sectores de atividade económica
    - Valor da produção nacional
      - Produto Interno Bruto (PIB)
    - Produção
      - Combinação de fatores de produção
    - Fatores de produção
      - Trabalho
      - Capital técnico (fixo e circulante)
      - Capital humano
      - Capital natural
      - Recursos naturais renováveis
      - Recursos naturais não renováveis
  - Distribuição
    - Conceito
    - Importância da distribuição na actualidade
    - Atividades integradas no processo de distribuição
      - Comércio
      - Logística
    - Circuitos de distribuição
      - Conceito
      - Tipos (ultra curtos, curtos e longos)
  - Comércio
    - Conceito
    - Tipos (ou formatos)
      - Independente
      - Associado
      - Integrado (sucursais, franchising, grandes superfícies e grandes superfícies especializadas)
    - Método de vendas
      - Venda directa
      - Cibervenda
      - Venda automática
      - Venda por catálogo
    - Consumo
      - Conceito
      - Influência dos preços e do rendimento no consumo
      - Tipos
        - Final/Intermédio
        - Essencial/supérfluo
      - Fatores explicativos
        - Rendimento



- Preços
- Moda
- Publicidade
- Consumismo
  - Conceito
  - Consequências – endividamento e problemas ambientais
- Consumerismo e o movimento dos consumidores
- Direitos e deveres dos consumidores
- Mercados e preços
  - Conceito de mercado
  - Componentes de mercado
  - Tipos de mercado
    - Mercado de bens e serviços
    - Mercado de trabalho e mercado de capitais
    - Outros tipos de mercados
  - Estruturas dos mercados de bens e serviços
    - Concorrência perfeita
    - Monopólio
    - Oligopólio
    - Concorrência monopolista
  - Mercado de concorrência perfeita
    - Lei da oferta
    - Lei da procura
    - Equilíbrio do mercado
      - Preço de equilíbrio
  - Preço
    - Conceito
    - Fatores que influenciam a formação dos preços
      - Custos de produção
      - Mecanismos de mercado
      - Outros
  - Moeda
    - Evolução da moeda
      - Troca directa
      - Troca indirecta
    - Funções
      - Meio de pagamento
      - Medida de valor
      - Reserva de valor
    - Tipos de moeda na actualidade
      - Moeda metálica
      - Moeda papel
      - Moeda escritural
    - Novas formas de pagamento
      - Desmaterialização da moeda

6701

**Funcionamento da atividade económica**

**Carga horária**  
25 horas

**Resultados da Aprendizagem**

- Reconhece os conceitos económicos para compreender os aspetos relevantes do funcionamento da atividade económica, nomeadamente, formas de financiamento, desemprego e inflação.
- Aplica os conceitos de desemprego, inflação e crescimento económico.
- Utiliza instrumentos económicos para interpretar a realidade económica portuguesa e da UE no que se refere à evolução, desemprego e inflação.

**Conteúdos**

- Poupança e investimento
  - Conceito de poupança
  - Destinos da poupança
  - Entesouramento
  - Depósitos
  - Investimento
  - Importância do investimento na atividade económica
- Financiamento da atividade económica
  - Tipos de financiamento
  - Financiamento interno – autofinanciamento
  - Capacidade de financiamento
  - Financiamento externo
  - Directo (mercado de títulos)
  - Indirecto (crédito bancário)
  - Necessidade de financiamento
- Mercado de trabalho
  - Segmentação do mercado de trabalho
  - Componentes do mercado de trabalho
  - Oferta
  - Lei da oferta
  - Procura
  - Lei da procura
  - Equilíbrio do mercado de trabalho
  - Salário de equilíbrio
  - Desequilíbrio do mercado de trabalho
  - Desemprego
  - Intervenção no mercado de trabalho
  - Sindicatos e Estado
  - Salário mínimo
  - População
  - Activa e inactiva
  - Taxa de atividade
  - Empregada e desempregada
  - Taxa de desemprego
  - Causas de desemprego
- Inflação
  - Conceito de inflação
  - Formas de cálculo da inflação
    - Homóloga
    - Média
  - Consequências da inflação
    - Valor da moeda
    - Poder de compra
- Crescimento económico
  - Crescimento económico – conceito
  - Produto Interno Bruto (PIB)
    - Indicador do crescimento económico
  - Crescimento económico e desenvolvimento
  - Ciclos do crescimento económico
    - Conceito
    - Fases
      - Expansão
      - Prosperidade
      - Recessão
      - Depressão

|      |   |                                  |
|------|---|----------------------------------|
| 6702 | <b>Estado como regulador da atividade económica</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|------|---|----------------------------------|

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Resultados da Aprendizagem</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhece o conceito de Estado e as respetivas funções e esferas de intervenção.</li> <li>• Descreve os objetivos de intervenção do Estado na esfera económica e social.</li> <li>• Identifica as principais fontes de receita do Estado, bem como as despesas públicas.</li> <li>• Enuncia as principais políticas sociais e económicas do Estado.</li> <li>• Reconhece o conceito de orçamento de Estado como instrumento de intervenção económica e social.</li> <li>• Enuncia as alterações verificadas em termos de políticas económicas e sociais do Estado Português decorrentes do facto de Portugal ser membro da União Europeia.</li> </ul> |
|-----------------------------------|--|

#### Conteúdos

- Estado - conceitos e funções
  - Estado - conceito
  - Funções do Estado
    - Legislativa
    - Executiva
    - Judicial
  - Esferas de intervenção do Estado
    - Política
    - Económica
    - Social
- Princípios da Intervenção económica e social do Estado
  - Princípio da eficiência
    - Regulação de falhas do mercado
    - Concorrência imperfeita
    - Externalidades
    - Bens públicos
  - Princípio da equidade
    - Justiça social na repartição de rendimentos
    - Salários
    - Juros
    - Rendas
    - Lucros
  - Princípio da estabilidade
    - Desequilíbrios da economia
    - Inflação
    - Desemprego
- Instrumentos de intervenção do Estado
  - Planeamento
    - Conceito
    - Tipos
      - Indicativo
      - Imperativo
  - Orçamento do Estado
    - Conceito
    - Componentes
      - Despesas públicas
      - Receitas públicas
    - Saldo orçamental
      - Défice
      - Superavit
    - Importância do saldo orçamental
  - Políticas sociais e económicas
    - Políticas sociais
      - Objectivos
      - Instrumentos
    - Políticas económicas
      - Orçamental
      - Monetária
      - Cambial
      - Outras
    - Alterações nas políticas sociais e económicas decorrentes o facto de Portugal ser membro da UE
      - Papel do Banco Central Europeu

6703

Economia portuguesa em contexto internacional

**Carga horária**  
25 horas

### Resultados da Aprendizagem

- Reconhece os conceitos económicos associados à organização económica a nível mundial.
- Aplica os conceitos económicos de integração e regionalização.
- Utiliza os instrumentos económicos para interpretar a realidade económica portuguesa e da União Europeia.

### Conteúdos

- Comércio internacional
  - Diversidade do comércio internacional
  - Trocas internacionais
- Balança Corrente - registo das trocas internacionais
  - Importância dos registos das trocas comerciais
  - Balança Corrente
    - Conceito
    - Saldo
  - Componentes da Balança Corrente
    - Balança de mercadorias
      - Importações
      - Exportações
      - Saldo da Balança de Mercadorias
      - Taxa de cobertura
    - Balança de serviços
    - Balança de rendimentos
    - Balança de transferências correntes
- Integração económica
  - Conceito de integração económica
  - Formas de integração económica
    - Zona de comércio livre
    - União aduaneira
    - Mercado comum
    - União económica
  - Processo de construção da União Económica
  - Criação da União Económica e Monetária
  - Desafios colocados à UE decorrentes do respetivo alargamento
  - Realidade atual da economia portuguesa
  - Indicadores de desempenho da economia portuguesa
    - Comparação com os da UE
- Integração económica
  - Estrutura da população
    - Estrutura etária
    - Movimentos migratórios
    - População activa
      - Emprego
      - Desemprego
  - Estrutura da produção
    - Evolução do valor do produto
    - Estrutura sectorial da produção
  - Relações económicas com o exterior
  - Recursos humanos
    - Educação
    - Formação profissional
  - Nível de vida e justiça social
    - Repartição dos rendimentos
    - Poder de compra
    - Inflação
    - Equipamentos sociais

### 4.3. Formação Tecnológica

7731

## Higiene e segurança alimentar na restauração

**Carga horária**  
25 horas

### Objetivo(s)

- Identificar procedimentos de prevenção e controlo dos microrganismos na produção e confeção alimentar.
- Identificar as normas e procedimentos de higiene no manuseamento e manipulação dos alimentos – nomeadamente, na preparação, confeção/processamento, conservação e distribuição.
- Identificar as normas de conservação no armazenamento dos alimentos.
- Reconhecer a importância da limpeza e desinfeção dos alimentos, utensílios/equipamentos e instalações, de acordo com as normas higiene e segurança alimentar.
- Reconhecer a importância da aplicação de procedimentos de um sistema preventivo de segurança alimentar.

### Conteúdos

- Noções de microbiologia dos alimentos
  - Microrganismos - definição e ação
  - Influência dos microrganismos nos produtos alimentares
  - Fatores intrínsecos de desenvolvimento
  - Fatores extrínsecos de desenvolvimento
  - Deterioração e conservação dos produtos alimentares
  - Bactérias agentes de toxinfecções alimentares
- Noções de higiene
- Procedimentos de manipulação de alimentos
  - Preparação
  - Confeção/processamento
  - Conservação
  - Distribuição
- Contaminação dos alimentos
- Conservação e armazenamento de géneros alimentícios
- Noções de limpeza e desinfeção
- Introdução à aplicação de procedimentos de um sistema preventivo, que garanta a segurança dos alimentos
  - Regulamentação em vigor
  - Introdução
  - Princípios e conceitos
  - Terminologia
  - Etapas de aplicação do sistema

8211

**Higiene e segurança no trabalho na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar as normas e procedimentos de segurança na restauração.
- Aplicar as normas de higiene pessoal, dos espaços, das instalações e dos equipamentos.
- Reconhecer a importância das normas de saúde no exercício das profissões da restauração.
- Aplicar procedimentos de prevenção e controlo de acidentes e riscos em contexto profissional.

**Conteúdos**

- Normas de segurança e higiene na restauração
  - Sinalização de segurança das instalações e equipamentos
  - Manuseamento de equipamentos
  - Normas de higiene pessoal, dos espaços, das instalações e dos equipamentos
  - Proteção coletiva e individual
  - Uniformes
  - Produtos perigosos (rotulagem, armazenagem e manuseamento)
- Condições de saúde dos profissionais da restauração
- Tipos de risco e seu controlo
  - Incêndios
  - Riscos elétricos
  - Trabalho com máquinas e equipamentos
  - Movimentação manual e mecânica de cargas
  - Organização e dimensionamento do posto de trabalho
  - Posturas no trabalho
  - Iluminação
  - Atmosferas perigosas
  - Ruído
- Gestão do risco
  - Consequências dos acidentes de trabalho
  - Avaliação do risco profissional
- Procedimentos de emergência e risco
  - Técnicas de atuação e orientação
  - Caixa de primeiros socorros

8239

**Matérias-primas alimentares**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os géneros alimentícios de origem vegetal e animal.
- Reconhecer a importância da utilização adequada e diversificada das diferentes matérias-primas na alimentação.
- Identificar os principais métodos de recolha, preparação, utilização e conservação das matérias-primas.
- Reconhecer os fatores influentes na qualidade e identificar os riscos associados.
- Verificar e controlar a qualidade dos géneros alimentícios.
- Aplicar os métodos de conservação e armazenamento dos géneros alimentícios.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Principais cereais e seus derivados
  - Variedades
  - Classificação
- Principais vegetais e frutos
  - Variedades
  - Classificação
  - Sazonalidade
  - Características de frescura
- Ervas aromáticas, condimentos e especiarias
  - Características e efeitos benéficos
  - Recolha
  - Preparação e utilização
- Gorduras vegetais
  - Azeites
  - Óleos
  - Margarinas
- Géneros alimentícios de origem animal
  - Carnes de açougue, criação e caça (classificação, variedades, origem, características físicas e nutritivas)
  - Peixes e mariscos (classificação, famílias, origem, características físicas e nutritivas)
  - Leite (tipos de leite e derivados)
  - Ovos (classificação e derivados)
  - Gorduras animais (classificação e tipos)
  - Sazonalidade
- Controlo de qualidade
  - Fatores de influência
  - Estado de frescura
  - Procedimentos de conservação
  - Condições de armazenamento (local, temperatura, outros)
  - Riscos
- Normas de higiene e segurança

|             |                               |                                  |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|
| <b>8283</b> | <b>Organização da cozinha</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar a organização e as regras de funcionamento da cozinha.</li> <li>• Identificar os equipamentos e utensílios de cozinha adequados às diferentes técnicas de preparação e confeção dos produtos alimentares.</li> <li>• Identificar os procedimentos inerentes à produção na cozinha.</li> <li>• Reconhecer a importância do cumprimento das normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Organização e funcionamento da cozinha
  - Tipologia de serviços
  - Instalações (estrutura de cozinha clássica e estrutura de cozinha contemporânea)
  - Equipamentos (fixo de confeção, de preparação, de armazenagem, de conservação, eletromecânico)
  - Utensílios (material móvel e de corte)
  - Indumentária
  - Brigada de cozinha
  - Circuitos
  - Terminologia
- Tecnologia dos equipamentos e utensílios de cozinha
  - Características
  - Funções
  - Higienização, manutenção e conservação
- Procedimentos de organização da cozinha
  - Processo e suporte documental
  - Legislação reguladora da comercialização de produtos alimentares
  - Planeamento da produção
  - Disposição dos meios físicos
  - Organização do trabalho
  - Gestão da roda de serviço
  - Previsão dos meios necessários
  - Limpeza da secção
- Normas de higiene e segurança



|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>8284</b> | <b>Preparação e confeção de massas base de cozinha</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar massas base de cozinha.</li> <li>• Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>• Preparar massas base de cozinha.</li> <li>• Confeccionar massas base de cozinha e respetivas aplicações.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Principais massas base de cozinha/pastelaria
  - Massa de crepes
  - Massa de fartos
  - Massa folhada
  - Massa lêveda
  - Massa quebrada
  - Massa tenra
  - Massa *vinhé*
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas base de cozinha
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais
- Processo de confeção de massas base e respetivas aplicações
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

4667

**Preparação e confeção de molhos e fundos de cozinha**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar molhos e fundos de cozinha.
- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capacitações.
- Preparar molhos e fundos de cozinha.
- Confeccionar molhos e fundos de cozinha e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Identificação dos diferentes fundos
  - *Roux* ou embamatas
  - Aparelhos
  - *Court-bouillons*
  - Fumets
  - Geleias
  - Marinadas
  - Salmouras
  - Caldos
  - Fundos brancos
  - Fundos escuros
- Identificação e confeção dos diferentes molhos base e seus derivados
  - *Demi-glace*
  - Béchamel
  - Maionese
  - Holandês
  - Bearnês
  - Vinagrete
  - Molho tomate
- Identificação e composição das manteigas compostas
- Identificação e confeção de molhos diversos
  - Molho *Cumberland*
  - Molho verde
  - Molho *barbecue*
  - Molho *chutney*
  - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de molhos e fundos de cozinha
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes
- Processos de confeção de molhos e fundos de cozinha e respetivas aplicações
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

8285

**Preparação e confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria.
- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Preparar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria.
- Confeccionar massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Massas base na pastelaria
  - Massa de crepes
  - Massa de fartos
  - Massa folhada
  - Massa lêveda
  - Massa quebrada
  - Massa tenra
  - Massa vinhé
  - Massa doce
  - Massa genoise
  - Massa biscoito
  - Massa para rolos
  - Massa croissant
  - Massa savarin
  - Merengagem
  - Outras
- Principais recheios e cremes de pastelaria
  - Creme pasteleiro
  - Creme de ovos
  - Chantilly
  - Ganaches
  - Recheio de chocolate
  - Recheio de café
  - Recheio de amêndoa
  - Outros
- Principais tipos de molhos
  - À base de leite
  - À base de fruta
  - À base de vinhos licorosos
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processos de confeção de massas base, recheios, cremes e molhos de pastelaria e respetivas aplicações
  - Mise-en-place
  - Ordem de introdução das matérias-primas
  - Tempo de cozedura e temperatura
  - Textura
  - Acabamento
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

8286

## Controlo de custos na restauração

**Carga horária**  
50 horas

### Objetivo(s)

- Aplicar os procedimentos relacionados com o controlo de custos e gestão do inventário.
- Fixar os preços de venda na ementa.
- Proceder ao controlo das vendas.
- Calcular os proveitos, custos e resultados das vendas.

### Conteúdos

- Controlo de stocks
  - Diferentes tipos de stocks
  - Taxa de rotação de stocks - *inventory turnover*
  - Par Stock
  - Análise ABC para a gestão dos stocks
  - Movimentações das mercadorias facilmente deterioráveis
  - Cálculo do stock de segurança
  - Cálculo do ponto de encomenda
- Valorização de existências
  - Valorização de mercadorias: diferentes métodos de cálculo
  - Inventário
  - Reconciliação de inventários de armazém
  - Requisição de mercadorias
    - Requisição de produtos ao economato
    - Transferência de produtos
    - Tratamento de devoluções
    - Valorização de requisições
    - Reconciliações
- Fixação de preço da ementa
  - Preço líquido e preço de venda ao público
  - IVA
  - Métodos de fixação de preço na ementa
- MARK-UP custo padrão
- Investimento (método *Hubbard*)
  - Rácios e margens
  - Fichas técnicas
- Controlo de vendas
  - Registo e controlo de vendas
  - Análises dos potenciais de vendas
  - Conciliação entre vendas e consumo
- Orçamentos
  - Proveitos, custos e resultados
  - Orçamento
  - Previsão de vendas
  - Histórico de vendas

**8287**

**Capitações, fichas técnicas, cartas e ementas**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Calcular capitações adequadas a diferentes serviços.
- Realizar o Teste do Cortador.
- Elaborar e valorizar fichas técnicas.
- Elaborar cartas e ementas.

**Conteúdos**

- Fichas técnicas (aplicação informática)
  - Causas do elevado custo de matérias-primas
  - Padrão de Especificação das Doses – Capitações
  - Definição das doses padrão
  - Padrão de Rendimento dos produtos alimentares
  - Cálculo das perdas e dos desperdícios de produção
  - Valorização de matérias-primas e produtos alimentares (Teste do Cortador)
  - Elaboração de receitas padrão
  - Valorização de receitas padrão
    - Aplicação do fator de conversão
    - Preço unitário de custo
    - Preço unitário de venda
    - Margem unitária de contribuição (lucro bruto)
- Elaboração da Ementa
  - Tipos de ementa
  - Regras de seleção dos pratos
    - Índice de rentabilidade
    - Índice de popularidade
  - Construção de ementas

**7844**

**Gestão de equipas**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Organizar e gerir equipas de trabalho.
- Comunicar e liderar equipas de trabalho.
- Identificar o sucesso do trabalho em equipa realçando vantagens e dinâmicas subjacentes.
- Reconhecer as especificidades e os aspetos essenciais para o sucesso no trabalho em equipa.

**Conteúdos**

- Organização do trabalho de equipa
- Comunicar eficazmente com a equipa
- Gestão orientada para os resultados e para as pessoas
- Técnicas de motivação e dinamização da equipa
- Gestão de conflitos
- Orientação da equipa para a mudança
- Liderança
  - Liderança de equipas: fenómenos e dinâmicas próprias, desafios e problemas específicos
  - Diferentes preferências pessoais e o seu impacto em funções de liderança
  - Diferentes estilos de Liderança
  - Competências necessárias à coordenação de equipas
  - Estratégias de mobilização da equipa para um desempenho de excelência
  - Gestão de situações problemáticas na equipa
- Trabalho em equipa
  - Trabalho em equipa – implicações e especificidades
  - Excelência no trabalho em equipa
  - Diferenças interpessoais e o seu impacto no trabalho em equipa
  - Mobilização de recursos pessoais em função da equipa
  - Como ultrapassar impasses e obstáculos no trabalho em equipa

8260

**Comunicação, vendas e reclamações na restauração**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Atender e acolher o cliente.
- Aplicar técnicas de venda.
- Articular com os diferentes serviços de modo a satisfazer os pedidos dos clientes.
- Gerir reclamações.
- Prestar cuidados de bem-estar.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Normas técnicas e protocolares do atendimento de clientes
  - Regras de protocolo
  - Cooperação e articulação entre serviços
- Comunicação no atendimento
  - Assertividade
  - Marketing pessoal
  - Interação com o cliente
- Processo de atendimento ao cliente
  - Acolhimento, acomodação e entrega das cartas
  - Atendimento personalizado
  - Finalização e despedida
- Técnicas de venda no decurso do serviço
  - Técnicas de negociação e venda
  - Etapas de venda
  - Controlo de venda
- Gestão de reclamações
  - Técnicas de resolução de reclamações
  - Procedimentos
  - Encaminhamento de reclamações
- Normas de higiene e segurança

|             |   |                                   |
|-------------|---|-----------------------------------|
| <b>8288</b> | <b>Serviço de restaurante/bar – mise-en-place e técnicas de serviço</b> | <b>Carga horária<br/>50 horas</b> |
|-------------|---|-----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparar as condições para a execução do serviço de restaurante/bar.</li> <li>• Identificar as secções de apoio e de interface com o serviço de restaurante/bar.</li> <li>• Identificar as técnicas de serviço de acordo com os diferentes tipos de serviço de restaurante/bar.</li> <li>• Efetuar o aprovisionamento dos produtos alimentares, assegurando o estado de conservação dos mesmos.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Técnicas de preparação do restaurante/bar
  - Disposição do mobiliário, dos equipamentos, utensílios
  - Regras básicas de decoração dos espaços e mesas
  - Normas relativas às condições de bem-estar (luminosidade, temperatura, sonoridade)
  - Controlo, gestão e reposição de stocks
- Mise-en-place para o serviço de restaurante/bar
  - Preparação dos espaços, equipamentos e utensílios
  - Secções de apoio ao serviço de restaurante
  - Circuitos de serviço (recolha, entrega e transporte de utensílios, alimentos e bebidas)
  - Planos de produção, cartas, ementas, receitas, fichas técnicas
- Secções abastecedoras e de apoio ao restaurante/bar
  - Interface entre serviços
  - Organização e articulação com o serviço de cozinha
- Desembaraçamento e reposição simultânea de mesas
- Aprovisionamento dos produtos alimentares
  - Planos de produção, tabelas de capacitação e de desperdício
  - Seleção de fornecedores
  - Formulários de encomenda
  - Formulário de entrega
  - Registo de receção, conferência e verificação de qualidade
  - Não conformidades e reclamações
  - Regras de acondicionamento, armazenamento e conservação das matérias-primas perecíveis e não perecíveis
  - Controlo de stocks
- Normas de higiene e segurança

|             |  |                                   |
|-------------|--|-----------------------------------|
| <b>4664</b> | <b>Língua inglesa – cozinha/pastelaria</b> | <b>Carga horária<br/>25 horas</b> |
|-------------|--|-----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em inglês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>• Interagir e comunicar em inglês, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Funcionamento da língua inglesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

|             |   |                                   |
|-------------|---|-----------------------------------|
| <b>4665</b> | <b>Alimentação racional, nutrição e dietética</b> | <b>Carga horária<br/>50 horas</b> |
|-------------|---|-----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar os princípios da alimentação racional.</li> <li>• Caracterizar os constituintes alimentares e as suas funções.</li> <li>• Analisar a rotulagem de alimentos e bebidas.</li> <li>• Caracterizar os fatores determinantes do comportamento alimentar.</li> <li>• Aplicar os princípios fundamentais da dietética na confeção dos diferentes tipos de dietas, tendo em consideração o valor calórico e nutricional dos alimentos.</li> <li>• Aplicar as regras da nutrição e dietética na composição de ementas.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Alimentação racional
  - Regras alimentares
  - Roda dos alimentos / necessidades diárias de nutrientes
  - Índice de Massa Corporal (IMC)
  - Principais erros alimentares
- Constituintes alimentares
  - Identificação e função dos nutrientes
  - Aditivos alimentares
  - Produtos transformados
- Análise alimentar
  - Rótulos de alimentos e bebidas
- Cálculo calórico e nutricional dos alimentos
- Comportamento alimentar
  - Fatores socioculturais
  - Fatores económicos
  - Fatores pessoais
- Princípios fundamentais da dietética
- Tipos de dietas
  - Desportivas
  - Religiosas (muçulmanas, judias, hindus...)
  - Terapêuticas
  - Dieta na gravidez
  - Dieta para a infância
  - Dieta para a adolescência
  - Dieta para os adultos
  - Dieta para os idosos
- Tendências gastronómicas modernas
  - Vegetariana
  - Macrobiótica
  - Biológica
  - Fast food
  - Slow food
  - Outras
- Composição de ementas saudáveis



8289

**Cozinha/pastelaria – planeamento da produção e mise-en-place**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Preparar as condições para a execução do serviço de cozinha/pastelaria.
- Aplicar as técnicas de planeamento da produção do serviço de cozinha/pastelaria.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Vocabulário técnico de cozinha/pastelaria
- Preparação da cozinha/pastelaria
  - Disposição do mobiliário, dos equipamentos, utensílios
  - Controlo, gestão e reposição de stocks
- Planeamento da produção/mise-en-place
  - Preparação dos espaços, equipamentos e utensílios
  - Secções de apoio ao serviço de cozinha/pastelaria (interface entre economato, restaurante, bar)
- Organização do trabalho da brigada de cozinha/pastelaria
  - Gestão da roda de serviço (circuitos de serviço)
  - Secções de cozinha
  - Processo e suporte documental
  - Limpeza da secção (higienização, manutenção e conservação dos espaços, equipamentos e utensílios)
- Normas de higiene e segurança

8290

**Cozinha/pastelaria – aprovisionamento**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Implementar o circuito de mercadorias no âmbito do sistema de controlo de qualidade dos alimentos e bebidas
- Efetuar a compra, receção e armazenamento de produtos, assegurando o seu estado de conservação.
- Inventariar as existências e controlar os stocks.
- Efetuar o aprovisionamento dos produtos alimentares e a sua distribuição.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Sistema de controlo de qualidade dos alimentos e bebidas
  - Circuito de mercadorias
- Economato
  - Caracterização, localização e organização
  - Equipamento, maquinaria e mobiliário
  - Categorias e funções do pessoal do economato
- Compra das mercadorias
  - Política de compra (padrão das especificações de compra)
  - Seleção de fornecedores
  - Negociação
  - Formulários de encomenda
  - Controlo da compra (pedidos de cotação)
- Receção e controlo de mercadorias
  - Formulário de entrega
  - Registo de receção, conferência e verificação de qualidade
  - Não conformidades e reclamações
- Armazenamento das mercadorias
  - Instalações e equipamento
  - Regras de acondicionamento e armazenamento
  - Regras de conservação das matérias-primas perecíveis e não perecíveis (processos biológicos, químicos e físicos)
  - Tecnologias aplicadas à conservação
  - Programas de limpeza de equipamento
- Controlo de existência em stock/aprovisionamento
  - Requisições internas
- Normas de higiene e segurança

|   |  |                           |
|---|--|---------------------------|
| 4662  | Preparação e confeção de sopas   | Carga horária<br>25 horas |
| Objetivo(s)   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Identificar diferentes tipos de sopas.</li><li>• Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li><li>• Preparar e confeccionar sopas regionais e internacionais.</li><li>• Empratar e decorar sopas.</li><li>• Acondicionar e conservar sopas.</li><li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li></ul> |                           |
| Conteúdos   |  |                           |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Tipos de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Regionais</li><li>◦ Internacionais</li></ul></li><li>• Tecnologia de matérias-primas</li><li>• Receitas e fichas técnicas<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Capitações</li><li>◦ Composições</li><li>◦ Utilizações</li></ul></li><li>• Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens</li><li>• Técnicas de preparação de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Manuseamento e preparação de utensílios e material</li><li>◦ Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes</li></ul></li><li>• Processo de confeção de sopas, cremes, aveludados, caldos e consommés<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Mise-en-place</li><li>◦ Ordem de introdução da matéria-prima</li><li>◦ Tempo de cozedura</li></ul></li><li>• Técnicas de regeneração de sopas (preparados industriais e pré-cozinhados)</li><li>• Controlo de qualidade do processo de fabrico<ul style="list-style-type: none"><li>◦ Preparação</li><li>◦ Confeção</li><li>◦ Produtos finais</li></ul></li><li>• Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados</li><li>• Empratamento e decoração criativa</li><li>• Normas de higiene e segurança</li></ul> |  |                           |

4668

**Preparação e confeção de acepipes e entradas**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Preparar e Confeccionar acepipes e entradas sólidas.
- Empratar e decorar acepipes e entradas sólidas.
- Acondicionar acepipes e entradas sólidas.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Tipos de Acepipes e entradas simples sólidas
  - Saladas (quentes, frias)
  - Pratos de ovos
  - Patés
  - Acepipes de peixe
  - Acepipes de marisco
  - Pastéis salgados (de massa tenra, folhados, *vol-au-vent*, pataniscas e pastéis e outros)
  - Produtos de charcutaria
  - Queijos
  - Tapas
- Tecnologia de matérias-primas
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de acepipes e entradas simples sólidas
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas, preparados industriais e outros ingredientes
- Processo de confeção de acepipes e entradas simples sólidas
- Técnicas de regeneração de entradas, preparados industriais e pré-cozinhados
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

8291

**Preparação e confeção de peixes e mariscos**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Preparar peixes e mariscos.
- Confeccionar peixes e mariscos e respetivas guarnições.
- Empratar e decorar peixes e mariscos.
- Acondicionar e conservar peixes e mariscos.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Principais variedades e épocas de captura de peixes e mariscos
  - Peixes de mar
  - Peixes de rio
  - Crustáceos
  - Moluscos
- Tecnologia de matérias-primas
  - Variedades
  - Utilizações (cozer, fritar, grelhar e outros)
  - Tipos de peixe (fresco, seco, congelado e outros)
  - Tipos de crustáceos (lagostas, lagostins, santolas, camarões, outros)
  - Tipos de moluscos (ameijoas, mexilhões, ostras, búzios, outros)
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de peixes e mariscos
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Verificação do estado de frescura dos peixes e mariscos
  - Seleção e capitação das matérias-primas
  - Preparação (lavar, limpar, escamar, eviscerar, pelar, despinhar)
  - Tipos de cortes e divisão em porções (postas, filetes, medalhões, supremos, tranches, goujonnettes, outros)
  - Pesagens e capitações
- Técnicas de confeção de peixes e mariscos
  - Cozer a vapor
  - Cozer em "court-bouillon"
  - Fritar
  - Panar
  - Grelhar
  - Escalfar
  - Assar
  - Ao sal
  - Saltear
  - Gratinar
  - Outros
- Preparação e confeção de guarnições de peixes e mariscos
- Técnicas de regeneração de pratos de peixe e marisco (preparados industriais e pré-cozinhados)
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação de peixes e mariscos
  - Principais técnicas de conservação (vácuo, refrigeração, congelação rápida "cook chill" e "cock freeze")
  - Medição de temperaturas e pressões
  - Tempo de conservação
  - Correção dos desvios ocorridos
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

8292

**Preparação e confeção de carnes, aves e caça**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Preparar carnes, aves e caça.
- Confeccionar carnes, aves e caça e respetivas guarnições.
- Empratar e decorar carnes, aves e caça.
- Acondicionar e conservar carnes, aves e caça.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Carnes, aves e caça
  - Raça/origem
  - Espécie (bovina, suína, ovina, caprina, equídea, criação, caça de pelo e caça de penas)
  - Apresentação inicial (carcaça, quartos e peça)
  - Divisão anatómica (lombo, alcatra, vazia, costela, entrecosto, perna, miudezas, outros)
- Tecnologia de matérias-primas
  - Categorias
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de carnes, aves e caça
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Verificação do estado de frescura de conservação e qualidade
  - Seleção e capitação das matérias-primas
  - Preparação (lardear, albardar, atar, chamuscar, limpar, desmanchar, cortar, desossar, picar e rechear)
  - Tipos de cortes e divisão em porções (escalopes, bifés, tornedós, "mutton-chop", costeletas, "entrecôte", medalhões, supremos, grenadinos, "chateaubriand", selas, coroas, carrés, rojões, febras, outros)
  - Aproveitamentos (stroganoff, molhos, outros)
  - Marinadas, aplicações de especiarias e ervas
  - Pesagens e capitações
- Técnicas de confeção de carnes, aves e caça
  - Fritar
  - Cozer
  - Panar
  - Grelhar
  - Guisar
  - Estufar
  - Assar
  - Ao sal
  - Saltear
  - Gratinar
  - "Au bleu"
  - Outros (brasear, suar)
- Preparação e confeção de guarnições de carnes, aves e caça
- Técnicas de regeneração de carnes, aves e caça (preparados industriais e pré-cozinhados)
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação das carnes, aves e caça
  - Principais técnicas de conservação (vácuo, refrigeração, congelação rápida "cook chill" e "coock freeze")
  - Medição de temperaturas e pressões
  - Tempo de conservação
  - Correção dos desvios ocorridos
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>8293</b> | <b>Preparação e confeção de doçaria tradicional portuguesa</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar fichas técnicas.</li> <li>• Preparar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>• Confeccionar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>• Empratar e decorar doces e bolos regionais e conventuais.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Variedades de doces e bolos regionais e conventuais
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de produtos de doçaria regional e conventual
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - Mise-en-place
  - Ordem de introdução das matérias-primas
  - Importância dos pontos de açúcar
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>4673</b> | <b>Preparação e confeção de cozinha tradicional portuguesa</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar fichas técnicas e capitações.</li> <li>• Preparar pratos da cozinha tradicional portuguesa.</li> <li>• Confeccionar pratos da cozinha tradicional portuguesa e respetivas guarnições.</li> <li>• Empratar e decorar pratos da cozinha tradicional portuguesa.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Pratos da cozinha tradicional portuguesa
  - Entradas e acepipes
  - Sopas, caldos, cremes
  - Peixe e marisco
  - Carne, caça e aves
  - Pratos sazonais
- Tecnologia de matérias-primas
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de pratos da cozinha tradicional portuguesa
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Preparação e confeção de guarnições de pratos da cozinha tradicional portuguesa
- Técnicas de regeneração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8294</b> | <b>Preparação e confeção de pastelaria de sobremesa</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar as diferentes confeções de pastelaria de sobremesa.</li> <li>• Preparar e Confeccionar diversas receitas aplicando técnicas apropriadas de pastelaria de sobremesa.</li> <li>• Empratar e decorar produtos de pastelaria de sobremesa.</li> <li>• Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Pastelaria de sobremesa
  - Tendências de evolução da pastelaria de sobremesa
  - Tipologias de pastelaria
- Confeções de sobremesa
  - De colher
  - De fatia
  - Sobremesas geladas
  - Sobremesas quente
  - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de pastelaria de sobremesa
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - Mise-en-place
  - Ordem da introdução da matéria-prima
  - Tempo de cozedura e temperatura
  - Empratamento
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

8295

**Preparação e confeção de pastelaria internacional**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar as diferentes confeções de pastelaria internacional.
- Preparar e Confeccionar diversas receitas aplicando técnicas apropriadas de pastelaria internacional.
- Empratar e decorar produtos de pastelaria internacional.
- Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Pastelaria e doçaria internacional
  - Tendências de evolução da pastelaria e doçaria
  - Evolução dos Receituários
  - Tipologias de pastelaria
- Confeções de pastelaria
  - Com fruta
  - Sortido seco
  - À base de chocolate
  - Unitária
  - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilização
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de pastelaria internacional
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - Mise-en- place
  - Ordem da introdução da matéria-prima
  - Tempo de cozedura e temperatura
  - Empratamento
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança



|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>8296</b> | <b>Cozinha/Pastelaria – serviços especiais</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar os diferentes serviços especiais.</li> <li>• Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.</li> <li>• Preparar e Confeccionar iguarias para serviços especiais.</li> <li>• Empratar e decorar iguarias para serviços especiais.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Tipos de serviços especiais
  - Banquetes
  - Volantes (Buffets, Portos de honra, Coffee-breaks, Outros)
- Tecnologia das matérias-primas, equipamentos e utensílios
  - Tipos de iguarias a servir
  - Mobiliário, equipamentos e utensílios
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
  - Tipos de iguarias a servir
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Organização e articulação do serviço com outras secções
- Preparação e confeção de iguarias para serviços especiais
  - Preparação e confeção dos alimentos
  - Empratamento das diversas iguarias de acordo com a tipologia de serviço
  - Montagem, disposição e reposição de alimentos quando aplicável
- Empratamento e decoração criativa
  - Corte, empratamento e decoração de peixes, mariscos, carnes, frutas, doces e queijos
  - Peças montadas
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8297</b> | <b>Preparações e confeções básicas de cozinha</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Executar as principais preparações de base de cozinha.</li> <li>• Executar as principais confeções de base de cozinha.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Preparações de base
  - Descascar e cortar frutas e legumes
  - Amanhar e cortar peixes e mariscos
  - Desossar e cortar carnes e aves
- Confeções de base
  - Cozer
  - Assar
  - Fritar
  - Grelhar
  - Estufar
  - Guisar
  - Saltear
  - Brasear
  - Outras

4674

Cozinhas do mundo

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Reconhecer a gastronomia tradicional de diferentes países e os respetivos receituários.
- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Preparar pratos de cozinhas do mundo.
- Confeccionar pratos de cozinhas do mundo e respetivas guarnições.
- Empratar e decorar pratos de cozinhas do mundo.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Gastronomia internacional
  - Tendências de evolução da gastronomia
  - Evolução dos Receituários
  - Tipologias gastronómicas
- Pratos de cozinhas do mundo (Europa, Ásia, países lusófonos, América)
  - Entradas e acepipes
  - Sopas, caldos, cremes e consommés
  - Peixe e marisco
  - Carne, caça e aves
  - Pastelaria e sobremesas
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de pratos de cozinhas do mundo
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - *Mise-en-place*
  - Ordem da introdução da matéria-prima
  - Tempo de cozedura
  - Empratamento
- Preparação e confeção de guarnições
- Técnicas de regeneração de pratos de cozinhas do mundo
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
- Normas de higiene e segurança

8298

Cozinha criativa

**Carga horária**  
25 horas

### Objetivo(s)

- Identificar as novas tendências gastronómicas, as novas técnicas, as novas tecnologias e utilização de novos produtos na cozinha.
- Elaborar fichas técnicas de acordo com as capitações.
- Aplicar novos processos de preparação e confeção de iguarias, utilizando novas tecnologias na cozinha.
- Acondicionar e conservar os produtos confeccionados.
- Reconhecer a importância da estética na apresentação e decoração dos produtos gastronómicos.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

### Conteúdos

- Cozinha criativa - influências gastronómicas, benefícios e malefícios
  - Cozinha de autor
  - Cozinha de fusão
  - Cozinha molecular
  - Outras
- Novas tecnologias de cozinha
- Noções básicas de química alimentar
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
  - Capitações
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de pratos de cozinha criativa
- Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de confeção de pratos da cozinha criativa
- Novas técnicas de cozinha e confeção alimentar (em vácuo, cozedura a baixa temperatura, outras)
- Novos equipamentos e utensílios de cozinha (células de arrefecimento, fornos convetores, equipamento digital)
- Técnicas de regeneração de pratos da cozinha criativa
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Empratamento e decoração criativa
  - Novas formas de apresentação dos produtos gastronómicos
  - Conceitos de estética e harmonia
- Normas de higiene e segurança

8317

**Língua inglesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua inglesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

4663

**Língua francesa – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em francês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em francês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua francesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8318**

**Língua francesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em francês.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em francês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em francês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua francesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8299**

**Língua italiana – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em italiano, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em italiano, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua italiana
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8300**

**Língua alemã – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em alemão, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em alemão, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua alemã
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8319**

**Língua italiana – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em italiano.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em italiano, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em italiano, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua italiana
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8320**

**Língua alemã – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em alemão.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em alemão, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em alemão, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua alemã
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8301**

**Língua espanhola – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em espanhol, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em espanhol, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua espanhola
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8302**

**Língua holandesa – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em holandês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em holandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua holandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8321**

**Língua espanhola – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em espanhol.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua espanhola
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante



**8322**

**Língua holandesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em holandês.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em holandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em holandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua holandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8303**

**Língua finlandesa – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em finlandês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em finlandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua finlandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8304**

**Língua norueguesa – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em norueguês, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em norueguês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua norueguesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8323**

**Língua finlandesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em finlandês.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua finlandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8324**

**Língua norueguesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em norueguês.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua norueguesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8305**

**Língua sueca – cozinha/pastelaria**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em sueco, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.
- Interagir e comunicar em sueco, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua sueca
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>8306</b> | <b>Língua chinesa – cozinha/pastelaria</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em mandarim, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>• Interagir e comunicar em mandarim, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Funcionamento da língua chinesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8325</b> | <b>Língua sueca – o profissional na restauração</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em sueco.</li> <li>• Caracterizar a oferta de restauração da região, em sueco, a nível do utilizador independente.</li> <li>• Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em sueco, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Funcionamento da língua sueca
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8326**

**Língua chinesa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em mandarim.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua chinesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

**8307**

**Língua inglesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em inglês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em inglês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em inglês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua inglesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8308**

**Língua francesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em francês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em francês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em francês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua francesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8731**

**Língua russa – o profissional na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar os vários tipos de gastronomia existentes no país e na região, em russo.
- Caracterizar a oferta de restauração da região, em russo, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações gastronómicas da região, em russo, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua russa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Gastronomia nacional e regional
  - Oferta gastronómica da região
  - Cartas de restaurante
  - Utensílios e equipamentos do restaurante

8327

**Confeção e decoração de bolos artísticos**

**Carga horária**  
50 horas

**Objetivo(s)**

- Elaborar fichas técnicas.
- Preparar recheios e/ou coberturas para bolos.
- Confeccionar bolos artísticos alusivos a épocas festivas e eventos especiais.
- Aplicar técnicas de decoração criativa em bolos artísticos.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

**Conteúdos**

- Tipos de bolos artísticos
  - Casamento
  - Batizado
  - Aniversário
  - Outros
- Principais tipos de recheios e coberturas
  - Cremes
  - Massapão
  - Fondant
  - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
  - Composições
  - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação e confeção de bolos artísticos
  - Manuseamento e preparação de utensílios e material
  - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
  - Processo de confeção e recheio de bolos artísticos
- Técnicas de decoração
  - Método de queda
  - Método deslizante
  - Transposição do desenho
  - Moldagem
  - Elementos decorativos (folhas de açúcar, massapão, chocolate, fitas, laços, outros)
  - Produtos decorativos (flores, bases, figuras, fitas, laços, outros)
  - Letragem (diferentes tipos de letra)
- Processos de decoração
  - Trabalho do açúcar, enrolar, moldar e cortar da massa
  - Diferentes tipos de moldes
  - Preparação e aplicação de coberturas
  - Decoração com saco, com espátula, outros
  - Transposição de desenhos
  - Pastilhagem
  - Aplicação de letragem
  - Aplicação de placas ornamentais e outras coberturas
  - Realização, encadeamento e acabamento criativo das peças
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
  - Preparação
  - Confeção
  - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

**8309**

**Língua italiana – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em italiano, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em italiano, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em italiano, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua italiana
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8310**

**Língua alemã – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em alemão, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em alemão, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em alemão, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua alemã
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região



|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8328</b> | <b>Peças artísticas e decoração alimentar</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar os diferentes estilos utilizados na decoração alimentar.</li> <li>• Planificar os trabalhos de decoração das peças artísticas.</li> <li>• Executar trabalhos de decoração alimentar em relevo e escultura.</li> <li>• Aplicar as técnicas de empratamento decorativo.</li> <li>• Realizar fotografia culinária.</li> <li>• Cumprir as normas de higiene e segurança.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Decoração alimentar
  - Conceitos
  - Estilos
- Planificação de trabalhos
  - Cores, composições, contrastes, efeitos
  - Formas e texturas
  - Apresentação (suportes físicos e materiais, tais como iluminação, espelhos e tecidos)
  - Materiais
  - Perspetivas
- Trabalhos em relevo e escultura
  - Técnicas, materiais e utensílios
  - Matérias-primas (vegetais, frutas, outras)
  - Gelatinas, cremes, corantes, pastas
- Técnicas de empratamento decorativo
  - Com acessórios
  - Sem acessórios
- Fotografia culinária
  - Ambiente
  - Iluminação
  - Apresentação dos trabalhos
  - Fotografia
- Normas de higiene e segurança

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8329</b> | <b>Restauração - informação turística</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir o conceito de visitante.</li> <li>• Identificar os diferentes tipos de visitantes.</li> <li>• Identificar as tendências e produtos turísticos.</li> <li>• Prestar informações de carácter turístico.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- Conceito de Visitante
  - Turista
  - Excursionista
- Turismo
  - Perfil do visitante
  - Oferta Turística
- Informação turística e hoteleira
  - Património e os aspetos culturais
  - Factos históricos, lendários e gastronómicos de cada região
  - Locais de interesse cultural
  - Locais de diversão
  - Desportos
  - Folclore
  - Artesanato

**8311**

**Língua espanhola – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em espanhol, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua espanhola
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8312**

**Língua holandesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em holandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em holandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em holandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua holandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8330**

## **Aplicações informáticas na restauração**

**Carga horária**  
50 horas

### **Objetivo(s)**

- Identificar software específico utilizado na restauração.
- Aplicar o software no registo e distribuição de pedidos.
- Aplicar o software na faturação.
- Aplicar o software no controlo de stocks.
- Aplicar o software no cálculo do valor nutricional das iguarias.

### **Conteúdos**

- Software de restauração certificado
  - Interface gráfico
  - Pedidos para a cozinha
  - Análise e gráficos de venda
  - Acesso on-line
  - Compras a fornecedores
  - Gestão de stocks/aprovisionamento
  - Pedidos através de comandos remotos
  - Zonas e desenho de sala
  - Documentos
  - Talões de venda
    - Vendas a dinheiro
    - Conta corrente de clientes (fatura/recibo)
    - Guias de remessa (faturas de fornecedores)
    - Notas de encomenda
    - Encomendas
    - Guias de transporte
- Hardware usado com o software certificado
- Software de gastronomia
  - Cálculo do valor nutricional das iguarias
  - Fichas técnicas

**4421**

## **Marketing na restauração**

**Carga horária**  
25 horas

### **Objetivo(s)**

- Aplicar técnicas comerciais e de marketing na restauração, com vista à maximização do lucro.

### **Conteúdos**

- Marketing na restauração
  - Impacto do marketing
  - Benchmarking
  - Análise de mercado
  - Análise SWOT
  - Segmentação de mercado
  - Estratégias de marketing
  - 7 P
  - Satisfação do cliente
- Marketing da ementa
- Decoração do restaurante
- Estratégias de comunicação

**8313**

**Língua finlandesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em finlandês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua finlandesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8314**

**Língua norueguesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em norueguês, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua norueguesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

|             |                              |                                  |
|-------------|------------------------------|----------------------------------|
| <b>8331</b> | <b>Gastronomia e cultura</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|------------------------------|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconhecer a importância e influência da cozinha francesa na gastronomia.</li> <li>• Identificar a evolução, desenvolvimento e impacto da gastronomia enquanto património cultural.</li> <li>• Identificar e caracterizar os produtos gastronómicos nacionais.</li> <li>• Caracterizar os principais vinhos portugueses.</li> <li>• Relacionar os hábitos e culturas alimentares com as principais tendências gastronómicas.</li> <li>• Analisar os efeitos da globalização na gastronomia portuguesa.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- História da cozinha/pastelaria
  - Evolução
  - Influência da cozinha francesa na gastronomia
  - Influências na cozinha portuguesa
- Gastronomia
  - Património cultural (evolução e desenvolvimento)
  - Regional
  - Nacional
  - Mediterrânica
  - Produtos gastronómicos nacionais
  - Novos produtos culinários
  - Produtos de qualidade certificados
  - Vinhos
  - Queijos, enchidos e ensacados
  - Outros
- Hábitos e culturas alimentares
  - Tendências gastronómicas
  - Cozinhas do mundo

|             |                                     |                                  |
|-------------|-------------------------------------|----------------------------------|
| <b>1122</b> | <b>Noções e normas da qualidade</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|-------------------------------------|----------------------------------|

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar o conceito e os princípios da qualidade</li> <li>• Reconhecer a importância de produzir com qualidade.</li> </ul> |
|--------------------|--|

#### Conteúdos

- O que é a qualidade
- Controlo da qualidade
- Qualidade total: Normas ISO 9000; passos da certificação de uma empresa
- Qualidade ambiental:
  - As empresas e a conservação do ambiente
  - Prevenção da poluição
  - Redução de desperdícios e rentabilização de recursos
- Normas ISO 14000
- Verificação e controlo do trabalho produzido

**8315**

**Língua sueca – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em sueco, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em sueco, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em sueco, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua sueca
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**8316**

**Língua chinesa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em mandarim, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua chinesa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

**3297**

**Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points)**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Aplicar os princípios de análise de riscos e controlo dos pontos críticos no processo produtivo dos alimentos, de forma a garantir a segurança alimentar.
- Realizar a manutenção dos processos associados ao sistema HACCP.

**Conteúdos**

- Segurança alimentar (HACCP)
  - Enquadramento
  - Princípios e conceitos
  - Terminologia
  - Regulamentação em vigor
- Aplicação do sistema HACCP
  - Etapas e procedimentos
  - Manutenção de processos

**7852**

**Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Explicar o conceito de empreendedorismo.
- Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor.
- Aplicar instrumentos de diagnóstico e de autodiagnóstico de competências empreendedoras.
- Analisar o perfil pessoal e o potencial como empreendedor.
- Identificar as necessidades de desenvolvimento técnico e comportamental, de forma a favorecer o potencial empreendedor.

**Conteúdos**

- Empreendedorismo
  - Conceito de empreendedorismo
  - Vantagens de ser empreendedor
  - Espírito empreendedor versus espírito empresarial
- Autodiagnóstico de competências empreendedoras
  - Diagnóstico da experiência de vida
  - Diagnóstico de conhecimento das “realidades profissionais”
  - Determinação do “perfil próprio” e autoconhecimento
  - Autodiagnóstico das motivações pessoais para se tornar empreendedor
- Características e competências-chave do perfil empreendedor
  - Pessoais
    - Autoconfiança e automotivação
    - Capacidade de decisão e de assumir riscos
    - Persistência e resiliência
    - Persuasão
    - Concretização
  - Técnicas
    - Área de negócio e de orientação para o cliente
    - Planeamento, organização e domínio das TIC
    - Liderança e trabalho em equipa
- Fatores que inibem o empreendedorismo
- Diagnóstico de necessidades do empreendedor
  - Necessidades de carácter pessoal
  - Necessidades de carácter técnico
- Empreendedor - autoavaliação
  - Questionário de autoavaliação e respetiva verificação da sua adequação ao perfil comportamental do empreendedor

**7853**

**Ideias e oportunidades de negócio**

**Carga horária**  
50 horas

- Identificar os desafios e problemas como oportunidades.
- Identificar ideias de criação de pequenos negócios, reconhecendo as necessidades do público-alvo e do mercado.
- Descrever, analisar e avaliar uma ideia de negócio capaz de satisfazer necessidades.

## Objetivo(s)

- Identificar e aplicar as diferentes formas de recolha de informação necessária à criação e orientação de um negócio.
- Reconhecer a viabilidade de uma proposta de negócio, identificando os diferentes fatores de sucesso e insucesso.
- Reconhecer as características de um negócio e as atividades inerentes à sua prossecução.
- Identificar os financiamentos, apoios e incentivos ao desenvolvimento de um negócio, em função da sua natureza e plano operacional.

## Conteúdos

- Criação e desenvolvimento de ideias/opportunidades de negócio
  - Noção de negócio sustentável
  - Identificação e satisfação das necessidades
    - Formas de identificação de necessidades de produtos/serviços para potenciais clientes/consumidores
    - Formas de satisfação de necessidades de potenciais clientes/consumidores, tendo presente as normas de qualidade, ambiente e inovação
- Sistematização, análise e avaliação de ideias de negócio
  - Conceito básico de negócio
    - Como resposta às necessidades da sociedade
  - Das oportunidades às ideias de negócio
    - Estudo e análise de bancos/bolsas de ideias
    - Análise de uma ideia de negócio - potenciais clientes e mercado (target)
    - Descrição de uma ideia de negócio
  - Noção de oportunidade relacionada com o serviço a clientes
- Recolha de informação sobre ideias e oportunidades de negócio/mercado
  - Formas de recolha de informação
    - Direta – junto de clientes, da concorrência, de eventuais parceiros ou promotores
    - Indireta – através de associações ou serviços especializados - públicos ou privados, com recurso a estudos de mercado/viabilidade e informação disponível on-line ou noutros suportes
  - Tipo de informação a recolher
    - O negócio, o mercado (nacional, europeu e internacional) e a concorrência
    - Os produtos ou serviços
    - O local, as instalações e os equipamentos
    - A logística – transporte, armazenamento e gestão de stocks
    - Os meios de promoção e os clientes
    - O financiamento, os custos, as vendas, os lucros e os impostos
- Análise de experiências de criação de negócios
  - Contacto com diferentes experiências de empreendedorismo
    - Por setor de atividade/mercado
    - Por negócio
  - Modelos de negócio
    - Benchmarking
    - Criação/diferenciação de produto/serviço, conceito, marca e segmentação de clientes
    - Parceria de outsourcing
    - Franchising
    - Estruturação de raiz
    - Outras modalidades
- Definição do negócio e do target
  - Definição sumária do negócio
  - Descrição sumária das atividades
  - Target a atingir
- Financiamento, apoios e incentivos à criação de negócios
  - Meios e recursos de apoio à criação de negócios
  - Serviços e apoios públicos – programas e medidas
  - Banca, apoios privados e capitais próprios
  - Parcerias
- Desenvolvimento e validação da ideia de negócio
  - Análise do negócio a criar e sua validação prévia
  - Análise crítica do mercado
    - Estudos de mercado
    - Segmentação de mercado
  - Análise crítica do negócio e/ou produto
    - Vantagens e desvantagens
    - Mercado e concorrência
    - Potencial de desenvolvimento
    - Instalação de arranque
  - Economia de mercado e economia social – empreendedorismo comercial e empreendedorismo social
- Tipos de negócio
  - Natureza e constituição jurídica do negócio
    - Atividade liberal
    - Empresário em nome individual
    - Sociedade por quotas
- Contacto com entidades e recolha de informação no terreno



- Contactos com diferentes tipologias de entidades (municípios, entidades financiadoras, assessorias técnicas, parceiros, ...)
- Documentos a recolher (faturas pró-forma; plantas de localização e de instalações, catálogos técnicos, material de promoção de empresas ou de negócios, etc...)

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>7854</b> | <b>Plano de negócio – criação de micronegócios</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

#### Objetivo(s)

- Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho.
- Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio.
- Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver.
- Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira.
- Elaborar um plano de negócio.

#### Conteúdos

- Planeamento e organização do trabalho
  - Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo
  - Atitude, trabalho e orientação para os resultados
- Conceito de plano de ação e de negócio
  - Principais fatores de êxito e de risco nos negócios
  - Análise de experiências de negócio
    - Negócios de sucesso
    - Insucesso nos negócios
  - Análise SWOT do negócio
    - Pontos fortes e fracos
    - Oportunidades e ameaças ou riscos
  - Segmentação do mercado
    - Abordagem e estudo do mercado
    - Mercado concorrencial
    - Estratégias de penetração no mercado
    - Perspetivas futuras de mercado
- Plano de ação
  - Elaboração do plano individual de ação
    - Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio
    - Processo de angariação de clientes e negociação contratual
- Estratégia empresarial
  - Análise, formulação e posicionamento estratégico
  - Formulação estratégica
  - Planeamento, implementação e controlo de estratégias
  - Negócios de base tecnológica | Start-up
  - Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures
  - Estratégias de internacionalização
  - Qualidade e inovação na empresa
- Plano de negócio
  - Principais características de um plano de negócio
    - Objetivos
    - Mercado, interno e externo, e política comercial
    - Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
    - Etapas e atividades
    - Recursos humanos
    - Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)
  - Formas de análise do próprio negócio de médio e longo prazo
    - Elaboração do plano de ação
    - Elaboração do plano de marketing
    - Desvios ao plano
  - Avaliação do potencial de rendimento do negócio
  - Elaboração do plano de aquisições e orçamento
  - Definição da necessidade de empréstimo financeiro
  - Acompanhamento do plano de negócio
- Negociação com os financiadores

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>7855</b> | <b>Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios</b> | <b>Carga horária</b><br>50 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

- Identificar os principais métodos e técnicas de gestão do tempo e do trabalho.

## Objetivo(s)

- Identificar fatores de êxito e de falência, pontos fortes e fracos de um negócio.
- Elaborar um plano de ação para a apresentação do projeto de negócio a desenvolver.
- Elaborar um orçamento para apoio à apresentação de um projeto com viabilidade económica/financeira.
- Reconhecer a estratégia geral e comercial de uma empresa.
- Reconhecer a estratégia de I&D de uma empresa.
- Reconhecer os tipos de financiamento e os produtos financeiros.
- Elaborar um plano de marketing, de acordo com a estratégia definida.
- Elaborar um plano de negócio.

## Conteúdos

- Planeamento e organização do trabalho
  - Organização pessoal do trabalho e gestão do tempo
  - Atitude, trabalho e orientação para os resultados
- Conceito de plano de ação e de negócio
  - Principais fatores de êxito e de risco nos negócios
  - Análise de experiências de negócio
    - Negócios de sucesso
    - Insucesso nos negócios
  - Análise SWOT do negócio
    - Pontos fortes e fracos
    - Oportunidades e ameaças ou riscos
  - Segmentação do mercado
    - Abordagem e estudo do mercado
    - Mercado concorrencial
    - Estratégias de penetração no mercado
    - Perspetivas futuras de mercado
- Plano de ação
  - Elaboração do plano individual de ação
    - Atividades necessárias à operacionalização do plano de negócio
    - Processo de angariação de clientes e negociação contratual
- Estratégia empresarial
  - Análise, formulação e posicionamento estratégico
  - Formulação estratégica
  - Planeamento, implementação e controlo de estratégias
  - Políticas de gestão de parcerias | Alianças e joint-ventures
  - Estratégias de internacionalização
  - Qualidade e inovação na empresa
- Estratégia comercial e planeamento de marketing
  - Planeamento estratégico de marketing
  - Planeamento operacional de marketing (marketing mix)
  - Meios tradicionais e meios de base tecnológica (e-marketing)
  - Marketing internacional | Plataformas multiculturais de negócio (da organização ao consumidor)
  - Contacto com os clientes | Hábitos de consumo
  - Elaboração do plano de marketing
    - Projeto de promoção e publicidade
    - Execução de materiais de promoção e divulgação
- Estratégia de I&D
  - Incubação de empresas
    - Estrutura de incubação
    - Tipologias de serviço
  - Negócios de base tecnológica | Start-up
  - Patentes internacionais
  - Transferência de tecnologia
- Financiamento
  - Tipos de abordagem ao financiador
  - Tipos de financiamento (capital próprio, capital de risco, crédito, incentivos nacionais e internacionais)
  - Produtos financeiros mais específicos (leasing, renting, factoring, ...)
- Plano de negócio
  - Principais características de um plano de negócio
    - Objetivos
    - Mercado, interno e externo, e política comercial
    - Modelo de negócio e/ou constituição legal da empresa
    - Etapas e atividades
    - Recursos humanos
    - Recursos financeiros (entidades financiadoras, linhas de crédito e capitais próprios)
  - Desenvolvimento do conceito de negócio
  - Proposta de valor
  - Processo de tomada de decisão
  - Reformulação do produto/serviço
  - Orientação estratégica (plano de médio e longo prazo)
    - Desenvolvimento estratégico de comercialização
  - Estratégia de controlo de negócio

- Planeamento financeiro
  - Elaboração do plano de aquisições e orçamento
  - Definição da necessidade de empréstimo financeiro
  - Estimativa dos juros e amortizações
  - Avaliação do potencial de rendimento do negócio
- Acompanhamento da consecução do plano de negócio

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8598</b> | <b>Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Definir os conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem.</li> <li>Identificar competências adquiridas ao longo da vida.</li> <li>Explicar a importância da adoção de uma atitude empreendedora como estratégia de empregabilidade.</li> <li>Identificar as competências transversais valorizadas pelos empregadores.</li> <li>Reconhecer a importância das principais competências de desenvolvimento pessoal na procura e manutenção do emprego.</li> <li>Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.</li> <li>Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.</li> <li>Identificar e selecionar anúncios de emprego.</li> <li>Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.</li> <li>Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem (formal e informal) – aplicação destes conceitos na compreensão da sua história de vida, identificação e valorização das competências adquiridas
- Atitude empreendedora/proactiva
- Competências valorizadas pelos empregadores - transferíveis entre os diferentes contextos laborais
  - Competências relacionais
  - Competências criativas
  - Competências de gestão do tempo
  - Competências de gestão da informação
  - Competências de tomada de decisão
  - Competências de aprendizagem (aprendizagem ao longo da vida)
- Modalidades de trabalho
- Mercado de trabalho visível e encoberto
- Pesquisa de informação para procura de emprego
- Medidas ativas de emprego e formação
- Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
- Rede de contactos (sociais ou relacionais)
- Curriculum vitae
- Anúncios de emprego
- Candidatura espontânea
- Entrevista de emprego

8599

**Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Explicar o conceito de assertividade.
- Identificar e desenvolver tipos de comportamento assertivo.
- Aplicar técnicas de assertividade em contexto socioprofissional.
- Reconhecer as formas de conflito na relação interpessoal.
- Definir o conceito de inteligência emocional.
- Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.
- Aplicar as principais estratégias de procura de emprego.
- Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.
- Identificar e selecionar anúncios de emprego.
- Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.
- Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.

**Conteúdos**

- Comunicação assertiva
- Assertividade no relacionamento interpessoal
- Assertividade no contexto socioprofissional
- Técnicas de assertividade em contexto profissional
- Origens e fontes de conflito na empresa
- Impacto da comunicação no relacionamento humano
- Comportamentos que facilitam e dificultam a comunicação e o entendimento
- Atitude tranquila numa situação de conflito
- Inteligência emocional e gestão de comportamentos
- Modalidades de trabalho
- Mercado de trabalho visível e encoberto
- Pesquisa de informação para procura de emprego
- Medidas ativas de emprego e formação
- Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
- Rede de contactos
- Curriculum vitae
- Anúncios de emprego
- Candidatura espontânea
- Entrevista de emprego

|             |   |                                  |
|-------------|---|----------------------------------|
| <b>8600</b> | <b>Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir o conceito de empreendedorismo.</li> <li>• Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor.</li> <li>• Identificar o perfil do empreendedor.</li> <li>• Reconhecer a ideia de negócio.</li> <li>• Definir as fases de um projeto.</li> <li>• Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas de Emprego.</li> <li>• Aplicar as principais estratégias de procura de emprego.</li> <li>• Aplicar as regras de elaboração de um curriculum vitae.</li> <li>• Identificar e selecionar anúncios de emprego.</li> <li>• Reconhecer a importância das candidaturas espontâneas.</li> <li>• Identificar e adequar os comportamentos e atitudes numa entrevista de emprego.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Conceito de empreendedorismo – múltiplos contextos e perfis de intervenção
- Perfil do empreendedor
- Fatores que inibem o empreendedorismo
- Ideia de negócio e projet
- Coerência do projeto pessoal / projeto empresarial
- Fases da definição do projeto
- Modalidades de trabalho
- Mercado de trabalho visível e encoberto
- Pesquisa de informação para procura de emprego
- Medidas ativas de emprego e formação
- Mobilidade geográfica (mercado de trabalho nacional, comunitário e extracomunitário)
- Rede de contactos
- Curriculum vitae
- Anúncios de emprego
- Candidatura espontânea
- Entrevista de emprego

|             |  |                                  |
|-------------|--|----------------------------------|
| <b>8729</b> | <b>Língua russa – cozinha/pastelaria</b> | <b>Carga horária</b><br>25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Objetivo(s)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em russo, a nível do utilizador independente, adequando-os às diversas situações comunicativas próprias do serviço de cozinha/pastelaria.</li> <li>• Interagir e comunicar em russo, a nível do utilizador independente.</li> </ul> |
|--------------------|---|

#### Conteúdos

- Funcionamento da língua russa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
  - Vocabulário técnico do serviço de cozinha/pastelaria: identificação de tipos de iguarias e ingredientes, consulta de documentação técnica, planeamento e organização do trabalho de cozinha e de pastelaria, execução dos diferentes serviços de cozinha/pastelaria, equipamentos e utensílios, prestação dos primeiros socorros e aplicação de técnicas básicas de emergência
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Serviço de cozinha/pastelaria

**8730**

**Língua russa – turismo e hotelaria na região**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Caracterizar a oferta turística e hoteleira da região, em russo, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais atrações turísticas da região, em russo, a nível do utilizador independente.
- Descrever as principais tradições da região, em russo, a nível do utilizador independente.

**Conteúdos**

- Funcionamento da língua russa
  - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
  - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
  - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
  - Comparar e contrastar
  - Prestar e receber informações
  - Ouvir e exprimir opiniões
  - Sugerir
  - Descrever
  - Perguntar e exprimir preferências
  - Aconselhar
  - Apresentar
  - Pedir autorização
  - Criticar
- Descrição e identificação
  - Oferta turística da região
  - Oferta hoteleira da região
  - Tradições da região

10746

**Segurança e Saúde no Trabalho – situações  
epidémicas/pandémicas**

**Carga horária**  
25 horas

**Objetivo(s)**

- Identificar o papel e funções do responsável na empresa/organização pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em situações de epidemias/pandemias no local de trabalho.
- Reconhecer a importância das diretrizes internacionais, nacionais e regionais no quadro da prevenção e mitigação de epidemias/pandemias no local de trabalho e a necessidade do seu cumprimento legal.
- Apoiar os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na implementação do Plano de Contingência da organização/empresa, em articulação com as entidades e estruturas envolvidas e de acordo com o respetivo protocolo interno, assegurando a sua atualização e implementação.
- Apoiar na gestão das medidas de prevenção e proteção dos trabalhadores, clientes e/ou fornecedores, garantindo o seu cumprimento em todas as fases de implementação do Plano de Contingência, designadamente na reabertura das atividades económicas.

**Conteúdos**

- Papel do responsável pelo apoio aos Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho na gestão de riscos profissionais em cenários de exceção
  - Deveres e direitos dos empregadores e trabalhadores na prevenção da epidemia/pandemia
  - Funções e competências – planeamento, organização, execução, avaliação
  - Cooperação interna e externa – diferentes atores e equipas
  - Medidas de intervenção e prevenção para trabalhadores e clientes e/ou fornecedores – Plano de Contingência da empresa/organização (procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em articulação com os Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho da empresa, trabalhadores e respetivas estruturas representativas, quando aplicável)
  - Comunicação e Informação (diversos canais) – participação dos trabalhadores e seus representantes
  - Auditorias periódicas às atividades económicas, incluindo a componente comportamental (manutenção do comportamento seguro dos trabalhadores)
  - Recolha de dados, reporte e melhoria contínua
- Plano de Contingência
  - Legislação e diretrizes internacionais, nacionais e regionais
  - Articulação com diferentes estruturas – do sistema de saúde, do trabalho e da economia e Autoridades Competentes
  - Comunicação interna, diálogo social e participação na tomada de decisões
  - Responsabilidade e aprovação do Plano
  - Disponibilização, divulgação e atualização do Plano (diversos canais)
  - Política, planeamento e organização
  - Procedimentos a adotar para casos suspeitos e confirmados de doença infecciosa (isolamento, contacto com assistência médica, limpeza e desinfeção, descontaminação e armazenamento de resíduos, vigilância de saúde de pessoas que estiveram em estreito contacto com trabalhadores/as infetados/as)
  - Avaliação de riscos
  - Controlo de riscos – medidas de prevenção e proteção
    - Higiene, ventilação e limpeza do local de trabalho
    - Higiene das mãos e etiqueta respiratória no local de trabalho ou outra, em função da tipologia da doença e via(s) de transmissão
    - Viagens de carácter profissional, utilização de veículos da empresa, deslocações de/e para o trabalho
    - Realização de reuniões de trabalho, visitas e outros eventos
    - Detecção de temperatura corporal e auto monitorização dos sintomas
    - Equipamento de Proteção Individual (EPI) e Coletivo (EPC) – utilização, conservação, higienização e descarte
    - Distanciamento físico entre pessoas, reorganização dos locais e horários de trabalho
    - Formação e informação
    - Trabalho presencial e teletrabalho
  - Proteção dos trabalhadores mais vulneráveis e grupos de risco – adequação da vigilância
- Revisão do Plano de Contingência, adaptação das medidas e verificação das ações de melhoria
- Manual de Reabertura das atividades económicas
  - Diretrizes organizacionais – modelo informativo, fases de intervenção, formação e comunicação
  - Indicações operacionais – precauções básicas de prevenção e controlo de infeção, condições de proteção antes do regresso ao trabalho presencial e requisitos de segurança e saúde no local de trabalho
  - Gestão de riscos profissionais – fatores de risco psicossocial, riscos biomecânicos, riscos profissionais associados à utilização prolongada de EPI, riscos biológicos, químicos, físicos e ergonómicos
  - Condições de proteção e segurança para os consumidores/clientes
  - Qualidade e segurança na prestação do serviço e/ou entrega do produto – operação segura, disponibilização de EPI, material de limpeza de uso único, entre outros, descontaminação
  - Qualidade e segurança no manuseamento, dispensa e pagamento de produtos e serviços
  - Sensibilização e promoção da saúde – capacitação e combate à desinformação, saúde pública e SST
  - Transformação digital – novas formas de trabalho e de consumo



## 5. Sugestão de Recursos Didáticos

- ABOIM, J. M. B., Elementos Básicos de Económico. Lisboa: Instituto Nacional de Formação Turística, 1983.
- ADRIÀ, F. ; SOLER, J. ; ADRIÀ, A., El Bulli. [S.l.]: RBA, 2005.
- AI QUINTAS, M., Organização e Gestão Hoteleira. Lisboa: Edições CETOP, 2006.
- AI QUINTAS, M., Tratado de Hotelaria. Lisboa: INFT, 1998.
- ALMEIDA, M.; AFONSO, C., Princípios Básicos de Alimentação e Nutrição. Lisboa: Universidade Aberta, 2001.
- ARAÚJO, M., Segurança Alimentar - Os perigos para a saúde através dos alimentos. Lisboa: Meribérica/Líder – Editores, Lda., 1997.
- BAPTISTA, M., Turismo, Competitividade Sustentável. Lisboa: Verbo, 1997.
- BAPTISTA, M., Turismo, Gestão Estratégica. Lisboa: Verbo, 2003.
- BATESON, J. E. G.; HOFFMAN, K. D., Marketing de Serviços. 4ª Edição. São Paulo: Editora Atlas, 1990.
- BERBEROGLU, H., The Complete Cost Control Book. Canada: F&B Consultants, 1991.
- BIOSCA, D., Cómo conseguir que los Clientes repitan en la hosteleria. Barcelona: Detur Publicaciones, 2000.
- BREDÁ, J., Fundamentos de Higiene Alimentar e Nutrição. Coimbra: Printipo – Indústrias Gráficas, Lda., 1996.
- BREDÁ, J.; ROCHA, A. V.; LAVRADOR, J. L.), Gula sem Pecado. [S.l.]: Editora Difel. Coleção Saúde & Sabor, 2002.
- CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA, Higiene alimentar, 1998.
- CARMO, I, Alimentação Saudável, Alimentação Segura. Lisboa: Publicações Dom Quixote, 2004.
- CASTRO, A.G., Alimentação e Saúde. Lisboa: Instituto Piaget, 2001.
- CESTUR, Gestão em Restauração e Bebidas. Instituto de Turismo de Portugal, 2006.
- CHIAVENATO, I. (1997), Recursos Humanos. São Paulo: Editora Atlas.
- CLAYMAN, C. B., Dieta e Nutrição. Porto: Civilização Editora, 1992.
- Comer Bem, Viver Bem. Lisboa: Selecções do Reader's Digest, (s/d).
- CRACKNELL, H. L.; KAUFMAN, R. J.; NOBIS, G. Catering. Vol. I e II. Lisboa: Edições CETOP, 1993.
- CUNHA, L., Introdução ao Turismo. Lisboa: Mc Graw-Hill, 1997.
- DECO, Veneno no seu prato? Lisboa, 2002.
- DESSEAUVÉ, T., O Livro do Vinho. Lisboa: Publicações Chaves Ferreira, 1998.
- DIAS, R.; PIMENTA, M. A., Gestão de hotelaria e turismo. Prentice Hall. 2005.
- EIGLIER, P.; LANGEARD, E. (1987), Servuction: a Gestão Marketing de Empresas de Serviços. Paris: McGraw- Hill.
- ESCOFFIER, A., Le Guide Culinaire. [S.l.] : Paris : Flammarion Union Distribution, 2001.
- ESTEVES, P.; MACEDO, S.; LUZ, C.; SOARES, P.; VAZ DE ALMEIDA, M. D., Manual de Higiene e Segurança Alimentar. INATEL, 2003.
- EUROSTAT, Eurostat Year book 2005. The statistical guide to Europe, 2005.
- FERREIRA, A. J., Estudos de Microbiologia Geral e de Imunologia. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1984.
- FERREIRA, M., Cozinha ideal: tratado completo de cozinha, pastelaria e bar. Porto: Domingos Barreira, 1991.
- GODMET, M. ; MOULAERT, B., 1000 Idées de Decors. [S.l.]: Dormonval, (s/d).
- GONÇALVES, F., ALVES, M. J., Código do Trabalho-2006. Livraria Almedina, 2006.
- HANBUCKERS, Auberge Herborist. [S.l.] Racine Lanno, 2002.
- Higiene e Segurança Alimentar: Código de boas práticas. [S.l.]: ARESP, (s/d).
- INSTITUTO DE CONSUMIDOR, A Leitura do Rótulo. Lisboa, 2002.
- Instituto de Turismo de Portugal (s/d), Guias Técnicos de Investimento em Turismo – Gestão em Restauração e Bebidas. CESTUR – Centro de Estudos do Turismo.
- JACKI PASSMORE, O Mais Belo Livro da Cozinha da Ásia. [S.l.]: Verbo Editora, (s/d).
- JANEIRO, J. A. (1991), Guia Técnico de Hotelaria. Edições Cetop.
- JOHNS, N., Higiene de los Alimentos. Zaragoza: Editorial Acibria, 1995.
- JONES, P.; MERRICKS, P. (1996), The Management of Food Services Operations. Cassel.
- JULYAN, B. K., Manual de Bebidas. Mem Martins: Edições CETOP, 1994.
- KALENUIK, R. Cozinha Simplesmente Deliciosa 2. [S.l.]: Magnanimity House Publishing, (s/d).
- KINTON, R.; CESERANI, V.; FOSKETT, D., Teoría del Catering. Zaragoza: Editorial Acibria, 2000.
- KOTLER, P.; BLOOM, P. (1988), Marketing para Serviços Profissionais. São Paulo: Atlas.
- KOTLER, P.; BOWEN, J.; MAKENS, J. (1999), Marketing for Hospitality and Tourism. U.S.A.: Prentice Hall Internacional Editions.
- LACASSE, D., Introdução à Microbiologia Alimentar. Lisboa: Instituto Piaget, 1995.
- LAGE, B. H. G.; MILONE, P. C., Turismo: Teoria e Prática. 1ª Edição. São Paulo: Editora Atlas, 2000.
- LAS CASAS, A. (1990), Marketing de Serviços. 3ª Edição. São Paulo: Editora Atlas.
- LENDREVIE, J. et al (1996), Mercator-Teoria e Prática do Marketing. 6ª Edição. Lisboa, Publicações Dom Quixote.
- LILLICRAP, D.; COUSINS, J.; SMITH, R. (1998), Food and Beverage Service, Hodder & Stoughton.
- LIMPO, B. R., O Livro de Pantagruel. Lisboa [s.n.], 1945.



- LORENZA DE MEDICI O Mais Belo Livro da Cozinha da Itália. [S.l.]: Verbo Editora, (s/d).
- LOVELOCK, C. H. (1996), Services Marketing. U.S.A.: Prentice Hall Int. Editions.
- LUISE, F., Emília e o Food Cost. [S.l.]: Edições do Gosto, 2004.
- MAIER, E. A.; LIGHTFOOD, N.F., Análise Microbiológica de Alimentos e Água – Guia para a Garantia de Qualidade. Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa, 2003.
- MAINCENT, M. Technologie Culinaire. [S.l.]: BPI, 2004.
- MARCHESI, M. R. (1994), O Livro do Protocolo. Lisboa: Editorial Presença.
- MARQUES, J. A., Manual de Gastronomia a Cozinha de sala. [S.l.]: INFT, (s/d).
- MCLEAN, A. D.; HAZELWOOD, D.), Curso de Higiene para Manipuladores de Alimentos. Zaragoza: Editorial Acribia, 1991.
- MCWHITER, A.; CLASEN, L. Alimentos Bons, Alimentos Perigosos. Lisboa: Selecções do Reader's Digest, 1997.
- MIGUEL, A. S. S. R., Manual de Higiene e Segurança no Trabalho. 9ª edição. Porto: Porto Editora, 2006.
- MODESTO, M. de L., Cozinha Tradicional Portuguesa. Verbo Editora, 1982.
- MONTEIRO, V.M., Higiene, Segurança, Conservação e Congelação de Alimentos, Editora Lidel, 2004.
- MORGAN, M. (1996), Marketing for Leisure and Tourism.UK: Prentice Hall Europe.
- MOSER, F., Manual de gestão de alimentação e bebidas. Edições CETOP, 2002.
- PERIS, A. Guia de Prova de Vinhos. Edição Jornal de Notícias, 2001.
- Receitas à Moda Antiga. Lisboa: Selecções do Reader's Digest, (s/d).
- Receitas Caseiras de Canapés. [S.l.]: Colecção Le Cordon Bleu, (s/d).
- REIS, L.; PAULINO, A. (2000), Gestão dos stocks e compras. 3ª Edição, Lisboa: Editora Internacional.
- ROBINSON, J., Curso de Vinhos. Livros Cotovia, 1999.
- ROBOUCHON, J., Larrousse Gastronomique. [S.l.]: [s.n], (s/d).
- ROCHA, I., PIMENTA, G., Trabalho. 3.ª Edição. Porto Editora, 2005.
- RUSCHMANN, D. (1990), Marketing Turístico. São Paulo: Papirus Editora.
- SCHUSTER, M., O Essencial Sobre a Prova. Círculo de Leitores, 2001.
- SHOCK, P. J.; BOWEN, J. T.; STEFANELLI, J.,) Marketing para Restaurantes, para Proprietários e Gerentes. Lisboa: Edições CETOP, 2005.
- SIMON, J., À Descoberta do Vinho. Lisboa: Editorial Caminho, 1994.
- SMITH, T., Dieta e Nutrição. Círculo de Leitores, 1992.
- TANTE CECILE, Ma Cuisine : 365 Jours – 730 Recettes. Paris: PML, 1994.
- Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa. Selecções do Reader's Digest, 1984.
- TEUBNER, C., As 100 Receitas de Cozinha Mais Famosas do Mundo. [S.l.]: Everest Editora, 2006.
- TREUILLE, E.; BLASHFORD-SNELL, V. Canapés. [S.l.]: Editora Civilização, (s/d).
- UNISHNOR – União das Associações de Hotelaria e Restauração do Norte de Portugal, Código de Boas Práticas para a Restauração, Porto: Instituto UNISHOR, 2001.
- UNISHOR, Hotelaria e Restauração - Manual de Prevenção. [S.l.]: UNISHOR, 2005.
- Universidade Moderna (1996), Exercícios de Gestão de Stocks e Compras, Lisboa: Edição Universidade Moderna.
- VALENTE, M. O. C., O Melhor da Cozinha Regional Portuguesa. Círculo de Leitores, 1995.
- VELLAS, F.; BÉCHEREL, L. (1999), The International Marketing of Travel and Tourism. London: Macmillan Press Ltd.
- VIERA, E. (2003), Marketing Hoteleiro. Caxias do Sul: Educ.
- WALTON, S., Manual Enciclopédico do Vinho. Lisboa: Editorial Estampa, 1998.
- WILLIAM WARREN, O Mais Belo Livro da Cozinha da Tailândia. [S.l.]: Verbo Editora, (s/d).
- WOLTER, A., Carnes. [S.l.]: Intercultura, (s/d).
- WOLTER, A., Legumes. [S.l.]: Intercultura, (s/d).
- WOLTER, A., Sopas. [S.l.]: Intercultura, (s/d).
- ZEITHAML, V.; BITNER, M. Jo.(1996), Services Marketing. McGraw-Hill.
- Inglês:
  - Dicionário Verbo de Inglês Técnico e Científico. Lisboa: Editorial Verbo, 1994.
  - Dicionário de Termos Técnicos. Lisboa: Litexa Editora, 1995.
  - Dicionário da Língua Inglesa. 8ª edição. Porto Editora, 1998.
  - Dicionário de Inglês-Português. 3ª edição. Porto Editora, 1998.
  - Dictionary for the Meat Industry. Roskilde: Slagteriskolen i Roskilde, 1995
- Francês:
  - Dicionário de Francês-Português. Porto: Porto Editora, 1999.
  - Dicionário de Português-Francês. Porto: Porto Editora, 1999.
  - Dicionário de Português-Inglês. 2ª edição. Porto:Porto Editora, 1998.
- Inglês:
  - Vocabulário Técnico para as profissões Turístico-Hoteleiras, Inglês. Lisboa: Instituto Nacional de Formação
  - Turística, 1993.

- Francês:
  - MAINCOURT, M.I. Travaux Pratiques de Cuisine. Paris: Éditions B.P.I., 1991.
  - Vocabulário Técnico para as profissões Turístico-Hoteleiras, Francês. Lisboa: Instituto Nacional de Formação Turística, 1993.
  - WOLSKI, M. Les Métiers du Tourisme et de l'Hôtellerie – Comment Débuter ? Paris: L'Étudian, 1995.
- Outros recursos::
  - Panfletos/brochuras fornecidos pelo Posto de Turismo sobre o turismo local e regional
  - Informação sobre unidades hoteleiras fornecidas pelas próprias entidades
  - Informação fornecida pelas Pousadas de Portugal
- Revistas:
  - Intermagazine
  - Portugal Gastronómico
  - Thuries Gastronomie Magazine
  - Evasões
  - Revistas da Especialidade
- Legislação:
  - Legislação específica para o sector.