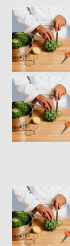




REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

EM VIGOR



Área de Educação e Formação

Código e Designação do Referencial de Formação

541 . Indústrias Alimentares

541099 - Pasteleiro/a - Padeiro/a

Nível de Qualificação do QNQ: 2

Nível de Qualificação do QEQ: 2

Modalidades de Educação e Formação

**Educação e Formação de Adultos
Formação Modular**

Total de pontos de crédito

134,25

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) nº 40 de 29 de outubro de 2012 com entrada em vigor a 29 de janeiro de 2013.

2ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 16 de 29 de abril de 2013 com entrada em vigor a 29 de julho de 2013.

3ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 17 de 08 de maio de 2014 com entrada em vigor a 08 de maio de 2014.

4ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 12 de 29 de março de 2015 com entrada em vigor a 29 de março de 2015.

5ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 38 de 15 de outubro de 2019 com entrada em vigor a 15 de outubro de 2019.

6ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 19 de 22 de maio de 2020 com entrada em vigor a 22 de maio de 2020.

7ª Actualização publicada no Boletim do Trabalho do Emprego (BTE) nº 27 de 22 de julho de 2020 com entrada em vigor a 22 de julho de 2020.

Observações

1. Perfil de Saída

Descrição Geral

Organizar e preparar o serviço de pastelaria/padaria, confeccionar bolos e outros produtos de pastelaria, pão e produtos afins, respeitando as normas de higiene e segurança, em unidades de produção ou 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

- Efetuar a pré-preparação e armazenamento das matérias-primas utilizadas no serviço de pastelaria/padaria, assegurando o estado de conservação das mesmas.
- Preparar o serviço de pastelaria/padaria, efetuando a mise-en-place do serviço, de forma a possibilitar a confeção dos produtos necessários.
- Confeccionar o receituário em função da programação estabelecida: confeccionar e decorar bolos e outros produtos de pastelaria, confeccionar pão e produtos afins.
- Efetuar a limpeza e arrumação dos espaços, equipamentos e utensílios do serviço, verificando as existências e controlando o seu estado de conservação.

2. Organização do Referencial de Formação

Educação e Formação de Adultos (EFA)

| Formação de Base | ÁREAS DE COMPETÊNCIAS - CHAVE | | NÍVEL B1 | | | | NÍVEL B2 | | | | | | NÍVEL B3 | | | | | |
|------------------|-------------------------------|---|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|------------|----------|----------|----------|----------|------------|------------|
| | | | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | | | A 50h | B 50h | C 50h | D 50h | | |
| | | Cidadania e Empregabilidade (CE) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Linguagem e Comunicação (LC) | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | LEA 25h | LEB 25h | A 50h | B 50h | C 50h | D 50h | LEA 50h | LEB 50h |
| | | Matemática para a Vida (MV) | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | | | A 50h | B 50h | C 50h | D 50h | | |
| | | Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | A 25h | B 25h | C 25h | D 25h | | | A 50h | B 50h | C 50h | D 50h | | |

Formação de Base

| Áreas de Competências-Chave | Código | UFCD | Horas |
|-----------------------------|---------|--|-------|
| Cidadania e Empregabilidade | CE_B1_A | Organização política dos estados democráticos | 25 |
| | CE_B1_B | Organização económica dos estados democráticos | 25 |
| | CE_B1_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | 25 |
| | CE_B1_D | Ambiente e saúde | 25 |
| | CE_B2_A | Organização política dos estados democráticos | 25 |
| | CE_B2_B | Organização económica dos estados democráticos | 25 |
| | CE_B2_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | 25 |
| | CE_B2_D | Ambiente e saúde | 25 |
| | CE_B3_A | Organização política dos estados democráticos | 50 |
| | CE_B3_B | Organização económica dos estados democráticos | 50 |
| | CE_B3_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | 50 |
| | CE_B3_D | Ambiente e saúde | 50 |
| | LC_B1_A | Interpretar e produzir enunciados orais de carácter lúdico e informativo-funcional | 25 |
| | LC_B1_B | Interpretar textos simples, de interesse para a vida quotidiana | 25 |
| | LC_B1_C | Produzir textos com finalidades informativo-funcionais | 25 |
| | LC_B1_D | Interpretar e produzir as principais linguagens não verbais utilizadas no quotidiano | 25 |
| | LC_B2_A | Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos | 25 |
| | LC_B2_B | Interpretar textos de carácter informativo e reflexivo | 25 |

**Linguagem e
Comunicação**

| | | |
|-------------------|--|----|
| LC_B2_C | Produzir textos de acordo com técnicas e finalidades específicas | 25 |
| LC_B2_D | Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a finalidades variadas | 25 |
| LC_B2_LE_A | Compreender e usar expressões familiares e/ou quotidianas | 25 |
| LC_B2_LE_B | Compreender frases isoladas e expressões frequentes relacionadas com áreas de prioridade imediata; Comunicar em tarefas simples e em rotinas que exigem apenas uma troca de informações simples e direta sobre assuntos que lhe são familiares | 25 |
| LC_B3_A | Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos, fundamentando opiniões | 50 |
| LC_B3_B | Interpretar textos de carácter informativo-reflexivo, argumentativo e literário | 50 |
| LC_B3_C | Produzir textos informativos, reflexivos e persuasivos | 50 |
| LC_B3_D | Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a contextos diversificados, de carácter restrito ou universal | 50 |
| LC_B3_LE_A | Compreender, quando a linguagem é clara e estandardizada, assuntos familiares e de seu interesse; Produzir um discurso simples e coerente sobre assuntos familiares e de seu interesse | 50 |
| LC_B3_LE_B | Compreender as ideias principais de textos relativamente complexos sobre assuntos concretos; Comunicar experiências e expor brevemente razões e justificações para uma opinião ou um projeto | 50 |

**Matemática para
a Vida**

| | | |
|----------------|--|----|
| MV_B1_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos | 25 |
| MV_B1_B | Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas | 25 |
| MV_B1_C | Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida | 25 |
| MV_B1_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | 25 |
| MV_B2_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação usando processos e procedimentos matemáticos | 25 |
| MV_B2_B | Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas | 25 |
| MV_B2_C | Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida | 25 |
| MV_B2_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | 25 |
| MV_B3_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos | 50 |
| MV_B3_B | Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas | 50 |
| MV_B3_C | Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida | 50 |
| MV_B3_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | 50 |

| | | |
|-----------------|--|----|
| TIC_B1_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso, usado no quotidiano | 25 |
| TIC_B1_B | Realizar operações básicas no computador | 25 |
| TIC_B1_C | Utilizar as funções básicas de um programa de processamento de texto | 25 |

**Tecnologias de
Informação e
Comunicação**

| | | |
|-----------------|--|----|
| TIC_B1_D | Usar a Internet para obter informação | 25 |
| TIC_B2_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso | 25 |
| TIC_B2_B | Realizar, em segurança, operações várias no computador | 25 |
| TIC_B2_C | Utilizar um programa de processamento de texto | 25 |
| TIC_B2_D | Usar a Internet para obter e transmitir informação | 25 |
| TIC_B3_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico, designadamente o computador | 50 |
| TIC_B3_B | Utilizar uma aplicação de folhas de cálculo | 50 |
| TIC_B3_C | Utilizar um programa de processamento de texto e de apresentação de informação | 50 |
| TIC_B3_D | Usar a Internet para obter, transmitir e publicar informação | 50 |

Área de Carácter Transversal
APRENDER COM AUTONOMIA
40 h

Total de Pontos de Crédito da Formação de Base: 50,00

Formação Tecnológica

| Código ¹ | | 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 |
| 8212 | 3 | Operações de cálculo e unidades de medida | 25 | 2,25 |
| 8213 | 4 | Conduta profissional na restauração | 25 | 2,25 |
| 3328 | 5 | Princípios da nutrição | 25 | 2,25 |
| 8214 | 6 | Língua inglesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 1749 | 7 | Pastelaria/padaria – organização e produção | 50 | 4,50 |
| 4415 | 8 | Confeção de massas folhadas | 50 | 4,50 |
| 1750 | 9 | Confeção de massas lêvedas de pastelaria | 25 | 2,25 |
| 5302 | 10 | Confeção de massas de panificação | 50 | 4,50 |
| 1759 | 11 | Confeção de massas cake | 25 | 2,25 |
| 5303 | 12 | Confeção de bolos secos | 25 | 2,25 |
| 1751 | 13 | Confeção de salgados | 25 | 2,25 |

| | | | | |
|---|----|---|-----|-------|
| 1762 | 14 | Confeção de massas especiais de panificação | 50 | 4,50 |
| 1767 | 15 | Confeção de batidos - pastas e entremeios | 25 | 2,25 |
| 1764 | 16 | Confeção de sobremesas | 25 | 2,25 |
| 1765 | 17 | Confeção de pastelaria e doçaria conventual | 25 | 2,25 |
| 1766 | 18 | Confeção de gelados e sorvetes | 25 | 2,25 |
| 1770 | 19 | Confeção de massas cozidas | 25 | 2,25 |
| 8215 | 20 | Confeção de queijadas e tartes | 50 | 4,50 |
| 8216 | 21 | Confeção de pastéis | 50 | 4,50 |
| 1771 | 22 | Modelagem e decoração em pastelaria | 50 | 4,50 |
| 8217 | 23 | Matérias-primas na pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| Total da carga horária e de pontos de crédito: | | | 750 | 67,50 |

Para obter a qualificação de Pasteleiro/a - Padeiro/a, para além das UFCD pré-definidas, **terão também de ser realizadas 75 horas da Bolsa de UFCD (25 horas da Área A de UFCD e 25 horas da Área B de UFCD e 25 horas da Área C de UFCD)**

Bolsa de UFCD

| Código | | Área A UFCD | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|--|-------|-------------------|
| 8218 | 24 | Língua inglesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8219 | 25 | Língua francesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8220 | 26 | Língua italiana - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8221 | 27 | Língua alemã - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8222 | 28 | Língua espanhola - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8223 | 29 | Língua holandesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8224 | 30 | Língua finlandesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8225 | 31 | Língua norueguesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8226 | 32 | Língua sueca - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8227 | 33 | Língua chinesa - informação turística da região | 25 | 2,25 |
| 8726 | 34 | Língua russa - informação turística da região | 25 | 2,25 |

| Código | | Área B UFCD | Horas | Pontos de crédito |
|--------|----|--|-------|-------------------|
| 1772 | 35 | Língua francesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8228 | 36 | Língua italiana – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8229 | 37 | Língua alemã – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8230 | 38 | Língua espanhola – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8231 | 39 | Língua holandesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8232 | 40 | Língua finlandesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8233 | 41 | Língua norueguesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8234 | 42 | Língua sueca – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8235 | 43 | Língua chinesa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 8733 | 44 | Língua russa – pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |

| Código | | Área C UFCD | Horas | Pontos de crédito |
|---|----|---|-------|-------------------|
| 5306 | 45 | Trabalhos em pão | 25 | 2,25 |
| 5308 | 46 | Trabalhos em chocolate | 25 | 2,25 |
| 5305 | 47 | Técnicas em açúcar | 50 | 4,50 |
| 1768 | 48 | Confeção de bombons | 25 | 2,25 |
| 5307 | 49 | Decoração de bolos de noiva | 50 | 4,50 |
| 5309 | 50 | Trabalhos em pastilhagem | 50 | 4,50 |
| 5304 | 51 | Confeção de pastelaria fina | 25 | 2,25 |
| 8236 | 52 | Cake design | 50 | 4,50 |
| 8237 | 53 | Confeção de pastelaria de natal | 25 | 2,25 |
| 8374 | 54 | Vitrinismo em pastelaria/padaria | 25 | 2,25 |
| 1122 | 55 | Noções e normas da qualidade | 25 | 2,25 |
| 3297 | 56 | Sistema HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points) | 25 | 2,25 |
| 7852 | 57 | Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento | 25 | 2,25 |
| 7853 | 58 | Ideias e oportunidades de negócio | 50 | 4,50 |
| 7854 | 59 | Plano de negócio – criação de micronegócios | 25 | 2,25 |
| 7855 | 60 | Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios | 50 | 4,50 |
| 8598 | 61 | Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego | 25 | 2,25 |
| 8599 | 62 | Comunicação assertiva e técnicas de procura de emprego | 25 | 2,25 |
| 8600 | 63 | Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego | 25 | 2,25 |
| 10526 | 64 | Literacia digital - iniciação | 25 | 2,25 |
| 10746 | 65 | Segurança e Saúde no Trabalho – situações epidémicas/pandémicas | 25 | 2,25 |
| 10759 | 66 | Teletrabalho | 25 | 2,25 |
| Total da carga horária e de pontos de crédito da Formação Tecnológica | | | 825 | 74,25 |

¹ Os códigos assinalados a laranja correspondem a UFCD comuns a dois ou mais referenciais, ou seja, transferíveis entre referenciais de formação.

² A carga horária da formação tecnológica podem ser acrescidas 120 horas de formação prática em contexto de trabalho, à qual correspondem 10,00 pontos de crédito, sendo esta de caráter obrigatório para o adulto que não exerça atividade correspondente à saída profissional do curso frequentado ou uma atividade profissional numa área afim.

3. Desenvolvimento da Formação

3.1. Formação de Base - Unidades de Competência

| | | |
|----------------|--|----------------------------------|
| CE_B1_A | Organização política dos estados democráticos | Carga horária 25 horas |
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Participar ativamente num grupo. • Conhecer os valores e as regras de um grupo. • Ouvir os outros participantes num grupo. • Interagir com os outros (direitos, liberdades e garantias fundamentais). • Acordar/negociar objetivos. • Lidar com os órgãos da Administração. | |
| CE_B1_B | Organização económica dos estados democráticos | Carga horária 25 horas |
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Monitorar o desempenho profissional próprio. • Procurar ajuda. • Trabalhar em diversos contextos. • Prestar atenção aos promenores. • Conhecer direitos e deveres económicos. • Tomar decisões de consumo, em termos pessoais e familiares. | |
| CE_B1_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | Carga horária 25 horas |
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Participar em atividades de formação contínua. • Conhecer legislação do trabalho, sindicatos e relações laborais. • Conhecer a estrutura de oportunidades do mercado de emprego. • Reconhece a importância dos meios de comunicação social. • Identificar inovações tecnológicas que afetam o exercício profissional. • Situar-se em relação à inserção ou reinserção no mundo do trabalho. | |
| CE_B1_D | Ambiente e saúde | Carga horária 25 horas |
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Conhecer os principais problemas ambientais. • Conhecer-se a si próprio. • Trabalhar com pessoas de diferentes estatutos sociais. • Partilhar trabalho. • Conhecer regras básicas de higiene e segurança pessoal e no trabalho. • Recorrer a serviços de proteção e prevenção de acidentes. | |

| | | |
|---------|--|----------------------------------|
| CE_B2_A | Organização política dos estados democráticos | Carga horária 25 horas |
|---------|--|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Expressar ideias e opiniões para os outros participantes num grupo. • Ser sensível às ideias e pontos de vista dos outros. • Definir métodos de trabalho em comum. • Conhecer o papel do Estado na proteção de direitos e liberdades. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|---|----------------------------------|
| CE_B2_B | Organização económica dos estados democráticos | Carga horária 25 horas |
|---------|---|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Gerir o tempo. • Modificar tarefas. • Aceitar informação de retorno (<i>feedback</i>). • Trabalhar autonomamente. • Assumir responsabilidades. • Evidenciar capacidade de iniciativa. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|--|----------------------------------|
| CE_B2_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | Carga horária 25 horas |
|---------|--|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar-se com novas formas de aprendizagem. • Conhecer os incentivos à formação. • Desenvolver planos de carreira profissional. • Identificar possíveis conflitos de papéis sociais e de contexto de vida. • Reconhecer a importância das organizações sindicais e patronais. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|-------------------------|----------------------------------|
| CE_B2_D | Ambiente e saúde | Carga horária 25 horas |
|---------|-------------------------|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Assumir responsabilidade pessoal e social na preservação do ambiente. • Conhecer os pontos fortes e os pontos fracos pessoais. • Procurar situações mutuamente concordantes. • Demonstrar autocontrolo. • Identificar causas e consequências de acidentes. • Posicionar-se em relação a um “estilo de vida saudável”. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|--|----------------------------------|
| CE_B3_A | Organização política dos estados democráticos | Carga horária 50 horas |
|---------|--|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Transmitir conclusões. • Liderar um grupo. • Estabelecer compromissos. • Reconhecer e respeitar a diversidade dos outros. • Resolver interesses divergentes. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|---|----------------------------------|
| CE_B3_B | Organização económica dos estados democráticos | Carga horária 50 horas |
|---------|---|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|--|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Ajustar o desempenho profissional a variações imprevistas. • Assumir riscos controladamente e gerir recursos. • Fornecer informação de retorno (<i>feedback</i>). • Conhecer sistemas organizacionais e sociais. • Identificar e sugerir novas formas de realizar as tarefas. • Ter iniciativas e evidenciar capacidades de empreendimento. |
|-----------------------|--|

| | | |
|---------|--|----------------------------------|
| CE_B3_C | Educação/formação, profissão e trabalho/emprego | Carga horária 50 horas |
|---------|--|----------------------------------|

| | |
|-----------------------|---|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a aprender. • Constituir uma carreira de competências individual. • Utilizar tecnologias de formação à distância. • Posicionar-se face às relações entre deontologia e inovação tecnológica. • Conhecer dispositivos e mecanismos de concertação social. |
|-----------------------|---|

| | | |
|----------------|-------------------------|-----------------------------------|
| CE_B3_D | Ambiente e saúde | Carga horária 50 horas |
|----------------|-------------------------|-----------------------------------|

| | |
|-----------------------|---|
| Especificações | <ul style="list-style-type: none"> • Ensinar os outros. • Conduzir negociações. • Gerir e negociar disputas. • Tomar posição sobre a reintegração social das vítimas de acidentes. • Relacionar meio ambiente e desenvolvimento socioeconómico. • Conhecer o papel do Estado na promoção da saúde dos cidadãos. |
|-----------------------|---|

- Competências de interpretação
- *Ouvir/Ver*
 - Compreensão de textos simples, breves e claros relacionados com aspetos da vida quotidiana e/ou com as áreas de interesse dos adultos.
 - Compreensão das ideias gerais de um texto em língua corrente sobre aspetos relativos aos tempos livres, bem como a temas atuais e assuntos do interesse pessoal e/ou profissional dos adultos, quando o discurso é claro, pausado e adequado ao seu nível linguístico.
 - Compreensão do conteúdo informativo simples de material audiovisual (entrevista, conversa telefónica, conversa informal entre pares, outros).
- *Ler*
 - Compreensão de textos curtos e simples sobre assuntos do quotidiano, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
 - Detecção de informação previsível concreta em textos simples de uso comum (conversa telefónica, entrevista, outros).
 - Compreensão de textos simples em língua corrente sobre assuntos do quotidiano e relacionados com as áreas de formação e/ou atividade profissional dos adultos.
 - Percepção de acontecimentos relatados, assim como sentimentos e desejos expressos.
 - Comunicação em situações do quotidiano implicando troca de informação simples e direta sobre assuntos e atividades correntes, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
 - Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos.
 - Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da atualidade.
- Competências de produção
- *Falar/Escrever*
 - Uso de frases simples e curtas para falar da família, dos outros e do seu percurso pessoal, variando o grau de complexidade dos textos de acordo com as competências evidenciadas pelos adultos.
 - Produção, simples e breve mas articulada, de enunciados para narrar, descrever, expor informações e pontos de vista.
 - Comunicação em situações do quotidiano que exigem apenas troca de informação simples e direta sobre assunto e atividades correntes.
 - Participação em conversações curtas, com recurso a vocabulário circunscrito, sem necessidade de sustentar, aprofundar ou prolongar os diálogos.
 - Participação, com preparação prévia, em conversas simples sobre assuntos de interesse pessoal ou geral da atualidade.
 - Escrita de textos curtos e simples relacionados com aspetos da vida quotidiana.
 - Escrita de textos simples e estruturados sobre assuntos conhecidos e do seu interesse.
 - Intervir tendo em conta que os percursos individuais são afetados pela posse de diversos recursos, incluindo competências ao nível da cultura, da língua e da comunicação.
 - Agir em contextos profissionais, com recurso aos saberes em cultura, língua e comunicação.
 - Formular opiniões críticas mobilizando saberes vários e competências culturais, linguísticas e comunicacionais.
 - Identificar os principais fatores que influenciam a mudança social, reconhecendo nessa mudança o papel da cultura, da língua e da comunicação.

| | | |
|----------------|--|-----------------------------------|
| LC_B1_A | Interpretar e produzir enunciados orais de caráter lúdico e informativo-funcional | Carga horária 25 horas |
|----------------|--|-----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|---|
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Expressar-se com fluência, articulando ideias e justificando opiniões. • Utilizar adequadamente o código oral, evitando o uso excessivo de bordões, frases feitas e repetições. • Acompanhar o discurso oral de entoação, ritmo (pausas, hesitações, digressões, vocativos, ...) e postura adequados à situação e à audiência. • Retirar dos discursos ouvidos as ideias essenciais. • Adaptar o discurso ao longo da conversação, consoante as reações/respostas do recetor. • Intervir em discussões de ideias no tempo certo e com pertinência. |
|-------------------------------|---|

| | | |
|---------|--|----------------------------------|
| LC_B1_B | Interpretar textos simples, de interesse para a vida quotidiana | Carga horária 25 horas |
|---------|--|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer vocabulário específico de documentos funcionais. • Localizar informação específica num texto. • Identificar a mensagem principal de um texto. • Reconstruir o significado global de um texto, tendo em conta a sequência e a causalidade. |
|-------------------------------|---|

| | | |
|---------|---|----------------------------------|
| LC_B1_C | Produzir textos com finalidades informativo-funcionais | Carga horária 25 horas |
|---------|---|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Dominar as regras elementares do código escrito (ortografia, acentuação, morfossintaxe, pontuação). • Fazer corresponder mudanças de assunto a mudanças de parágrafo. • Localizar o enunciado no tempo e no espaço, utilizando os deícticos adequados (<i>hoje, amanhã, aqui, aí, ...</i>). • Encadear as ideias no texto de modo linear, coerente e consecutivo. • Adequar o código escrito à finalidade do texto. |
|-------------------------------|---|

| | | |
|---------|---|----------------------------------|
| LC_B1_D | Interpretar e produzir as principais linguagens não verbais utilizadas no quotidiano | Carga horária 25 horas |
|---------|---|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a diversidade de linguagens utilizadas na comunicação humana. • Utilizar eficazmente a linguagem gestual para transmitir uma mensagem. • Interpretar o código sonoro e gestual. • Identificar símbolos e ícones universais. • Interpretar imagens à luz de referentes pessoais e sociais. |
|-------------------------------|--|

| | | |
|---------|---|----------------------------------|
| LC_B2_A | Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos | Carga horária 25 horas |
|---------|---|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Reforçar os enunciados orais com linguagens não verbais ajustadas à mensagem (gestos, sons, ...). • Adequar o tom, o ritmo, o léxico e as estruturas morfo-sintáticas a diferentes situações de comunicação. • Planear pequenas intervenções, de acordo com um tema e uma intencionalidade (expor, argumentar, descrever). • Utilizar as funções expressiva, fática, apelativa e informativa de forma coerente com a situação discursiva. • Participar em discussões coletivas, emitindo opiniões, concordando ou discordando fundamentadamente. |
|-------------------------------|--|

| | | |
|-------------------------------|--|----------------------------------|
| LC_B2_B | Interpretar textos de carácter informativo e reflexivo | Carga horária 25 horas |
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Apropriar-se das terminologias específicas dos documentos funcionais. • Distinguir as ideias principais e acessórias de um texto. • Identificar as marcas textuais específicas dos discursos narrativo e descritivo. • Identificar a mensagem principal de um texto global ou de um excerto e os elementos que para ela concorrem. • Esquematizar/Organizar a ordem lógica das ideias num texto. • Utilizar estratégias diversificadas de extração de informação específica de um texto. • Reconstruir o significado global do texto. • Resumir a informação lida. • Estabelecer relações de sentido entre suportes diversos (imagem, som, ...) e o texto. | |
| LC_B2_C | Produzir textos de acordo com técnicas e finalidades específicas | Carga horária 25 horas |
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Redigir textos de acordo com uma dada tipologia. • Transformar textos de acordo com diferentes tipologias e interlocutores. • Elaborar planos de texto na fase anterior à escrita. • Redigir textos com objetivos específicos. • Estruturar o discurso escrito de forma lógica e coerente. • Fazer corresponder mudanças de assunto a mudanças de parágrafo. • Situar o enunciado no tempo e no espaço, utilizando os deícticos adequados (<i>naquele tempo, naquela casa, aqui, lá, ...</i>). • Utilizar o código escrito de modo correto e coerente com o tipo de texto redigido. • Proceder à auto-correção e revisão do texto produzido. | |
| LC_B2_D | Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a finalidades variadas | Carga horária 25 horas |
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer e produzir mensagens através do uso de diferentes linguagens. • Associar a simbologia de linguagem icónica a atividades e serviços específicos. • Analisar o uso das linguagens (cores, formas, tendências musicais,...) à luz dos códigos socio-culturais. • Identificar as linguagens utilizadas em mensagens de teor persuasivo. • Analisar o uso misto de linguagens na disseminação de valores éticos e culturais. | |
| LC_B2_LE_A | Compreender e usar expressões familiares e/ou quotidianas | Carga horária 25 horas |
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar-se/identificar alguém. • Caracterizar-se/caracterizar alguém. • Reconhecer e saber estabelecer relações de parentesco. • Referir e caracterizar membros da família, amigos, colegas. • Emitir opiniões, utilizando expressões e/ou frases simples. • Saber falar dos gostos, preferências e rotinas. | |

| | | |
|-------------------------------|--|----------------------------------|
| LC_B2_LE_B | Compreender frases isoladas e expressões frequentes relacionadas com áreas de prioridade imediata; Comunicar em tarefas simples e em rotinas que exigem apenas uma troca de informações simples e direta sobre assuntos que lhe são familiares | Carga horária 25 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Compreender, pedir e dar informação sobre <ul style="list-style-type: none"> ◦ Vários tipos de comércio ◦ O preço de um produto ◦ Características de um produto • Compreender, pedir e dar informação sobre <ul style="list-style-type: none"> ◦ Horários ◦ Meios de transporte ◦ Bilhete simples/ida e volta • Organizar informação <ul style="list-style-type: none"> ◦ Banco ◦ Correios ◦ ... | |
| LC_B3_A | Interpretar e produzir enunciados orais adequados a diferentes contextos, fundamentando opiniões | Carga horária 50 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as intenções e características genéricas de um enunciado oral com vista a uma retroação adequada. • Produzir enunciados orais de acordo com a finalidade e a tipologia definida. • Distinguir factos de opiniões, ao nível da interpretação e da produção oral. • Planear a oralidade de acordo com a intencionalidade do discurso e a audiência. • Fundamentar/argumentar opiniões pessoais ou de outrem. | |
| LC_B3_B | Interpretar textos de carácter informativo-reflexivo, argumentativo e literário | Carga horária 50 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar os elementos construtores de sentido num texto. • Seguir o encadeamento das ideias de um texto e antecipar essa sequência. • Fazer juízos sobre as informações de um texto: analisar afirmações contraditórias e a fundamentação de argumentos. • Interpretar os referentes espaciais e temporais num texto. • Identificar as marcas textuais específicas dos discursos direto e indireto. • Interpretar linguagem metafórica. • Obter e justificar conclusões. | |

| | | |
|---------|--|---------------------------|
| LC_B3_C | Produzir textos informativos, reflexivos e persuasivos | Carga horária 50 horas |
|---------|--|---------------------------|

| | |
|------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Organizar um texto de acordo com as ideias principais e acessórias do mesmo. • Resumir um texto à sua informação/mensagem essencial. • Sintetizar informação. • Adequar os textos às suas finalidades, tendo em conta, inclusive, a presença ou ausência de índices de modalidade (marcas apreciativas e avaliativas do enunciador). • Contextualizar o enunciado no tempo e no espaço, diversificando o uso dos deícticos (<i>aqui, lá, agora, no outro dia, no dia seguinte, no dia anterior, ...</i>). • Utilizar o código escrito de modo correto e coerente com o tipo de texto redigido, com diversificação de vocabulário e estruturas frásicas. • Proceder à auto-correção e revisão dos textos produzidos. |
|------------------------|---|

| | | |
|---------|--|---------------------------|
| LC_B3_D | Interpretar e produzir linguagem não verbal adequada a contextos diversificados, de carácter restrito ou universal | Carga horária 50 horas |
|---------|--|---------------------------|

| | |
|------------------------|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Adequar o uso de linguagens não verbais diversas a contextos formais e informais. • Analisar o uso de linguagens na pluralidade de manifestações artísticas (moda, teatro, pintura, artesanato, música). • Associar a manipulação das diferentes linguagens à mensagem que um dado discurso pretende transmitir (discurso persuasivo - argumentativo). • Distinguir símbolos universais relativos a diversos tipos de linguagem (significado de gestos, sons, cores, números) e analisá-los mediante valores étnicos e culturais. |
|------------------------|--|

| | | |
|------------|--|---------------------------|
| LC_B3_LE_A | Compreender, quando a linguagem é clara e estandardizada, assuntos familiares e de seu interesse; Produzir um discurso simples e coerente sobre assuntos familiares e de seu interesse | Carga horária 50 horas |
|------------|--|---------------------------|

| | |
|------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Compreender, pedir e dar informação sobre <ul style="list-style-type: none"> ◦ Profissões ◦ Actividades próprias de profissões ◦ Locais de trabalho • Analisar e comparar diferentes tipos de carreiras • Interpretar e produzir informação relativa ao tema em questão |
|------------------------|---|

| | | |
|-------------------------------|--|----------------------------------|
| LC_B3_LE_B | Compreender as ideias principais de textos relativamente complexos sobre assuntos concretos; Comunicar experiências e expor brevemente razões e justificações para uma opinião ou um projeto | Carga horária 50 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Compreender e dar informação sobre <ul style="list-style-type: none"> ◦ Tipos de alimentação e bebidas ◦ Bons/maus/diferentes hábitos alimentares ◦ Importância do desporto para uma boa forma física e mental ◦ ... • Descrever eventos reais ou imaginados relativos ao mundo exterior <ul style="list-style-type: none"> ◦ Viagens ◦ Eventos culturais /desportivos ◦ Eventos históricos | |
| MV_B1_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos | Carga horária 25 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar a moeda única europeia - euro - em atividades do dia a dia, nomeadamente, em aquisições diretas, em operações de multibanco e em atividades que requeiram a escrita de informação numérica. • Efectuar medições de grandezas de natureza diversa, utilizando instrumentos adequados: régua/fita métrica, balança, termómetro medicinal, relógio, etc.. • Registar, ordenadamente, dados de situações reais relativos a medições de comprimento, de capacidade, de massa, de tempo. • Ler e interpretar tabelas, por exemplo: de relação peso/idade, de peso/tamanho de pronto-a-vestir. • Ler e interpretar horários de serviços, de meios de transporte, escolares, etc.. • Ler e interpretar gráficos (de barras, pictogramas). • Construir tabelas e gráficos de barras relativos a situações de vida pessoal, profissional, social. • Analisar criticamente informação que envolva dados numéricos, nomeadamente a apresentada em órgãos de comunicação. • Comunicar processos e resultados usando a língua portuguesa. | |
| MV_B1_B | Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas | Carga horária 25 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar um modelo de resolução de problemas, nomeadamente o proposto por Polya (1945): compreender o enunciado, explicitando por exemplo, quais são os dados e qual é o objetivo do problema; estabelecer e executar um plano de resolução do problema, usando tabelas, esquemas, utilizando versões mais simples do problema dado na procura de leis de formação, etc., conforme o tipo de situação; verificar se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação. • Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas de contagem, utilizando, entre outros, o princípio da multiplicação que é o princípio fundamental das contagens. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam números decimais. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam o conceito de perímetro de figuras planas regulares ou irregulares, usando a estimativa como meio de controlo de resultados. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam relações geométricas como área e volume. | |

| | | |
|-------------------------------|--|----------------------------------|
| MV_B1_C | Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar diferentes formas de representar um número natural (decomposição em parcelas, em fatores, na reta numérica). • Usar as funções de uma calculadora básica, por exemplo o fator constante e as memórias, interpretar resultados obtidos no cálculo de expressões numéricas simples. • Utilizar estratégias pessoais de cálculo nomeadamente o mental. • Fazer estimativas de resultados de operações aritméticas e utilizá-las para detetar eventuais erros. • Usar aspetos do raciocínio proporcional na resolução de tarefas como, por exemplo, na adaptação de uma receita de culinária. • Estabelecer ligações entre conceitos matemáticos e a prática de procedimentos, nomeadamente na construção da figura simétrica, dada a original e o eixo de simetria. • Comunicar processos e resultados usando a língua portuguesa. • Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando a língua portuguesa. | |
| MV_B1_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Indicar elementos que pertencem a uma sequência numérica ou geométrica e dar exemplo de elementos não pertencentes a essas sequências. • Descrever leis de formação de sequências, numéricas ou geométricas. • Resolver problemas que envolvem regularidades numéricas, utilizando a calculadora. • Estabelecer conjecturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjecturas utilizando processos lógicos de pensamento. • Usar argumentos para justificar afirmações matemáticas, próprias ou não, nomeadamente através de contra exemplos. | |
| MV_B2_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação usando processos e procedimentos matemáticos | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar a moeda única europeia e outra moeda familiar em atividades do dia a dia, ou em simulação, nomeadamente, em aquisições diretas, em operações de multibanco e em atividades que requeiram a escrita de informação numérica. • Efectuar medições de grandezas de natureza diversa, utilizando unidades e instrumentos de medida adequados. • Ler e interpretar tabelas de relação peso/idade, de peso/tamanho de pronto-a-vestir, de frequências absolutas e de frequências relativas. • Ler e interpretar horários de serviços, de meios de transporte, escolares, etc.. • Apresentar horários, diários, semanais ou outros, de uma forma organizada e clara. • Ler e interpretar gráficos (de barras, pictogramas). • Construir tabelas e gráficos de barras relativos a situações de vida pessoal, profissional, social. • Analisar criticamente informação que envolva dados numéricos, recolhida pelo formando de órgãos de comunicação, por exemplo. • Ordenar e agrupar dados, utilizando medidas de localização (média, mediana, moda) e amplitude para comparar distribuições. • Utilizar o conceito de probabilidade na interpretação de informações. • Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa. | |

MV_B2_B

Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas

Carga horária
25 horas

Critérios de Evidência

- Utilizar um modelo de resolução de problemas, nomeadamente o proposto por **Polya** (1945): **compreender** o enunciado, explicitando por exemplo, quais são os dados e qual é o objetivo do problema; **estabelecer** e **executar** um plano de resolução do problema, usando tabelas, esquemas, utilizando versões mais simples do problema dado na procura de leis de formação, etc, conforme o tipo de situação; **verificar** se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação.
- Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa.
- Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas de contagem, utilizando, entre outros, o princípio da multiplicação que é o princípio fundamental das contagens.
- Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvam números racionais não inteiros e alguns números irracionais (π , $\sqrt{2}$, etc).
- Em contexto de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam os conceitos: perímetro, área, volume; potência de expoente 2 e raiz quadrada; potência de expoente 3 e raiz cúbica.
- Em contexto de vida do(s) formando(s) resolver problemas que envolvem raciocínio proporcional: percentagens; proporcionalidade aritmética; usando a estimativa e o cálculo mental como meio de controlo de resultados.
- Decidir sobre a razoabilidade de um resultado, tendo em consideração critérios diversos, nomeadamente de divisibilidade, de ordem de grandeza dos números.
- Decidir sobre o uso de cálculo mental, de algoritmo de papel e lápis, ou de instrumento tecnológico, conforme a situação em estudo.

MV_B2_C

Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida

Carga horária
25 horas

Critérios de Evidência

- Usar as funções de uma calculadora básica confiante e criticamente.
- Reconhecer representações equivalentes de números racionais: fracionária e em forma de dízima; reconhecer a equivalência de frações.
- Efectuar cálculos: mentalmente, com algoritmos ou com calculadora, e decidir qual dos métodos é apropriado à situação.
- Determinar experimentalmente valores aproximados do número irracional π , no contexto de explorações geométricas que envolvam circunferência ou círculo.
- Utilizar estratégias de cálculo mental adequadas às situações e relacioná-las com propriedades das operações básicas.
- Expressar de formas diversas operadores fraccionários (visualmente, expressão designatória).
- Interpretar e utilizar diferentes representações de percentagens.
- Reconhecer que a igualdade de frações equivalentes é um exemplo de proporção.
- Usar escalas na compreensão e na construção de modelos da realidade.
- Construir modelos de poliedros.
- Planificar a superfície de um cilindro e planificar a superfície de poliedros.
- Utilizar a visualização espacial no estabelecimento/descoberta de relações entre propriedades de figuras geométricas; no contexto destas construções identificar figuras geométricas, estabelecer propriedades destas figuras, estabelecer relações entre as figuras, utilizando as propriedades.
- Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando as linguagens matemática e a língua portuguesa.

| MV_B2_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | Carga horária 25 horas |
|-------------------------------|--|---------------------------|
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Descrever leis de formação de sequências, numéricas ou geométricas, utilizando linguagem progressivamente mais formal. • Estabelecer conjecturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjecturas utilizando processos lógicos de pensamento. • Usar argumentos para justificar afirmações matemáticas próprias, ou não, nomeadamente através de contraexemplos. • Usar modos particulares de raciocínio matemático nomeadamente a <i>redução ao absurdo</i>. • Comunicar e justificar raciocínios geométricos. • Usar as definições como critérios necessários, embora convencionais e de natureza precária, à comunicação matemática, à organização das ideias e à classificação de objetos matemáticos. | |
| MV_B3_A | Interpretar, organizar, analisar e comunicar informação utilizando processos e procedimentos matemáticos | Carga horária 50 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Sequencializar as tarefas elementares de um projeto. • Usar relações de conversão cambial para proceder a operações financeiras habituais. • Analisar e interpretar criticamente gráficos relativos a situações da realidade. • Comparar conjuntos de dados utilizando: frequências absolutas e reconhecendo as limitações/erros desta utilização; frequências relativas. • Analisar e comparar distribuições estatísticas utilizando medidas de localização (moda, mediana, média aritmética). • Analisar criticamente a validade de argumentos baseados em indicadores estatísticos. • Tratar as informações numéricas contidas em textos relativos, nomeadamente, a temas de vida, com vista a uma interpretação mais esclarecida. • Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa. | |

| MV_B3_B | Usar a matemática para analisar e resolver problemas e situações problemáticas | Carga horária 50 horas |
|-------------------------------|---|----------------------------------|
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Utilizar um modelo de resolução de problemas, por exemplo o proposto por Polya (1945): interpretar o enunciado, explicitando os dados e o objetivo do problema. Usar condição(ões) matemática(s) para traduzir os dados quando tal for adequado; estabelecer e executar um plano de resolução do problema, utilizando tabelas, esquemas, decidindo sobre o uso de cálculo mental, de algoritmo de papel e lápis, ou de instrumento tecnológico, conforme a situação em análise; criando versões mais simples do problema dado, na procura de leis de formação, etc, conforme o tipo de situação. Verificar se o plano se adequa ao problema, tomando as decisões adequadas ao resultado da verificação, nomeadamente interpretando em contexto as soluções de equações e de inequações, decidindo sobre a razoabilidade de um resultado. • Comunicar processos e resultados usando a linguagem matemática e a língua portuguesa. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam modelos matemáticos simples: equações do 1º e do 2º grau; inequações do 1º grau; teorema de Pitágoras; relações trigonométricas do triângulo retângulo. • Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvam números racionais não inteiros e alguns números irracionais (π, $\sqrt{2}$, etc), usando a estimativa e o cálculo mental como meio de controlo de resultados. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam os conceitos de: perímetro, área, volume; potenciação e radiciação. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvam números expressos em notação científica. • Em contextos de vida (do formando) resolver problemas que envolvem raciocínio proporcional: percentagens; proporcionalidade aritmética; proporcionalidade geométrica. • Em contextos de vida (do(s) formando(s)) resolver problemas que envolvem os conceitos de proporcionalidade direta e de proporcionalidade inversa. | |

| MV_B3_C | Compreender e usar conexões matemáticas em contextos de vida | Carga horária 50 horas |
|-------------------------------|---|----------------------------------|
| CrITÉRIOS de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Usar criticamente as funções de uma calculadora científica. • Reconhecer diferentes modos de representação de números e determinar valores exatos de números irracionais, por construção com material de desenho justificando matematicamente este procedimento. • Utilizar a notação científica para representar números muito grandes ou números muito próximos de zero. • Utilizar estratégias de cálculo mental adequadas às situações em jogo e relacioná-las com propriedades das operações. • Interpretar numérica e graficamente relações funcionais, nomeadamente de proporcionalidade direta e de proporcionalidade inversa. • Relacionar vários modelos de variação: linear; polinomial; exponencial; • Identificar ligações entre a resolução gráfica e a resolução analítica de sistemas de equações/inequações. • Resolver problemas de medida em desenhos à escala, escolhendo escalas para representar situações. • Estabelecer a ligação entre conceitos matemáticos e conhecimento de procedimentos na realização de construções geométricas (quadriláteros, outros polígonos e lugares geométricos). • Reconhecer o conceito de semelhança de figuras e usar as relações entre elementos de figuras com a mesma forma. • Descrever figuras geométricas no plano e no espaço. • Sequencializar um projeto em tarefas elementares. • Comunicar os resultados de trabalhos de projeto usando a linguagem matemática e a língua portuguesa. | |

| | | |
|-------------------------------|--|----------------------------------|
| MV_B3_D | Raciocinar matematicamente de forma indutiva e de forma dedutiva | Carga horária 50 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Inferir leis de formação de sequências, numéricas ou geométricas, utilizando simbologia matemática, nomeadamente expressões designatórias. • Revelar competências de cálculo, apresentando nomeadamente exemplos de situações em que um produto é menor que os fatores e de situações em que o quociente é maior que o dividendo. • Estabelecer conjecturas a partir da observação (raciocínio indutivo) e testar conjecturas utilizando processos lógicos de pensamento. • Usar argumentos válidos para justificar afirmações matemáticas, próprias ou não, como por exemplo, a particularização e a generalização. • Usar modos particulares de raciocínio matemático, nomeadamente a redução ao absurdo. • Reconhecer as definições como critérios embora convencionais e de natureza precária: necessários a uma clara comunicação matemática; de organização das ideias e de classificação de objetos matemáticos. | |
| TIC_B1_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso, usado no quotidiano | Carga horária 25 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Identifica diverso equipamento tecnológico usado no dia a dia. • Distingue as potencialidades desse equipamento. • Opera equipamento tecnológico diversificado (por exemplo: máquina de lavar, aparelho de fax; televisão; caixa Multibanco; telemóvel, sonda, sistema de rega, etc.). • Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinados equipamentos tecnológicos: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc.. | |
| TIC_B1_B | Realizar operações básicas no computador | Carga horária 25 horas |
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Liga, desliga e reinicia corretamente o computador e periféricos, designadamente a impressora. • Usa o rato: aponta, clica, duplo-clique, seleciona e arrasta. • Reconhece os ícones de base do ambiente de trabalho. • Abre, redimensiona, restaura e fecha uma janela desse ambiente. • Reconhece as diferentes barras de uma janela do ambiente de trabalho e suas funções. • Cria, abre, apaga e copia pastas e ficheiros. • Usa o Menu Iniciar para abrir um programa. • Usa a função Localizar para encontrar ficheiros ou pastas criados. • Usa alguns dos acessórios do sistema operativo: calculadora; leitor de CDs, gravador de áudio, jogos, etc. | |

| | | |
|----------|---|----------------------------------|
| TIC_B1_C | Utilizar as funções básicas de um programa de processamento de texto | Carga horária 25 horas |
|----------|---|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Abre um documento de processamento de texto. • Reconhece as funções dos diferentes elementos da janela: barra de ferramentas, barra de menus, barra de estado, barras de deslocamento,... • Abre um documento já existente, altera-o e guarda-o. • Cria um novo documento, insere texto e formata-o, usando as funções das barras de ferramentas. • Pré-visualiza um documento. • Imprime um documento utilizando as opções base de impressão. • Guarda o/s documento/s no disco rígido ou disquete. |
|-------------------------------|--|

| | | |
|----------|--|----------------------------------|
| TIC_B1_D | Usar a Internet para obter informação | Carga horária 25 horas |
|----------|--|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Inicia um programa de navegação (<i>browser</i>) na Web. • Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado, ... • Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet. • Utiliza um endereço e acede à informação. • Clica numa link (texto ou imagem) e volta à página principal. • Pesquisa em diferentes motores de busca. • Utiliza uma palavra-chave numa pesquisa. • Entra em sítios apontados na pesquisa e volta ao motor de busca. • Adiciona uma página da Web à pasta Favoritos. • Lê, apaga e reenvia mensagens recebidas, em correio eletrónico. |
|-------------------------------|---|

| | | |
|----------|--|----------------------------------|
| TIC_B2_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico diverso | Carga horária 25 horas |
|----------|--|----------------------------------|

| | |
|-------------------------------|---|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Identifica diverso equipamento tecnológico usado no dia a dia. • Distingue as vantagens e desvantagens desse equipamento. • Opera equipamento tecnológico diversificado. • Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinado tipo de equipamento tecnológico: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc. • Introduce/altera contactos telefónicos na agenda de um telemóvel. • Recebe e envia mensagens em SMS através de um telemóvel. |
|-------------------------------|---|

| | | |
|-------------------------------|---|----------------------------------|
| TIC_B2_B | Realizar, em segurança, operações várias no computador | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Liga, desliga e reinicia corretamente o computador e periféricos, designadamente um scanner. • Usa o rato: aponta, clica, duplo-clique, seleciona e arrasta. • Reconhece os ícones do ambiente de trabalho e as suas funções. • Reconhece as diferentes barras de uma janela e suas funções. • Cria, abre, apaga e copia pastas e ficheiros. • Usa alguns dos acessórios do sistema operativo: calculadora; leitor de CDs, gravador de áudio, jogos, etc.. • Configura as propriedades do monitor; fundo e proteção do ecrã. • Reconhece as formas de propagação dos vírus informáticos e seus perigos. • Identifica as medidas de segurança a tomar. | |
| TIC_B2_C | Utilizar um programa de processamento de texto | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Abre um documento de processamento de texto. • Reconhece as funções dos diferentes elementos da janela: barra de ferramentas, barra de menus, barra de estado, barras de deslocamento,... • Abre um documento já existente, altera-o e guarda-o. • Cria um novo documento, insere texto, formata e verifica-o ortográfica e gramaticalmente. • Cria uma tabela e altera os seus pormenores de estilo (por exemplo: insere e elimina colunas e linhas; muda o estilo e espessura de linha; insere sombreado ou cor nas células). • Adiciona imagens e formas automáticas a um documento e altera-as. • Usa o WordArt. • Imprime um documento utilizando as opções base de impressão. | |
| TIC_B2_D | Usar a Internet para obter e transmitir informação | Carga horária 25 horas |
| Crítérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Identifica os elementos necessários para ligar um computador à internet. • Compara as ofertas de diferentes fornecedores de serviços. • Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet. • Inicia um programa de navegação (<i>browser</i>) na Web e abre um endereço da Net. • Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado, ... • Clica num <i>link</i> (texto ou imagem) e volta à página principal. • Pesquisa em diferentes motores de busca, utilizando ou não uma palavra-chave. • Adiciona uma página da Web à pasta Favoritos. • Cria uma caixa de correio pessoal. • Lê, apaga e responde a mensagens recebidas, usando o livro de endereços. • Identifica os cuidados a ter, relativamente aos vírus informáticos, no recebimento de ficheiros em anexo. | |

| | | |
|----------|---|----------------------------------|
| TIC_B3_A | Operar, em segurança, equipamento tecnológico, designadamente o computador | Carga horária 50 horas |
|----------|---|----------------------------------|

| | | |
|-------------------------------|---|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Opera equipamento tecnológico diversificado (por exemplo: câmara de vídeo, videogravador/DVD, televisão; máquina de lavar, caixa multibanco; telemóvel, sonda, sistema de rega, etc.). • Reconhece os fatores de risco e as precauções a tomar quando se trabalha com determinado tipo de equipamento tecnológico: ligações seguras, postura, fadiga visual, etc.. • Distingue diferentes tipos de computadores (PC, portátil) ao nível do preço, tipo de utilização, entre outras características. • Abre, redimensiona e fecha uma janela do ambiente de trabalho. • Configura no computador hora, data, propriedades do monitor, fundo e proteção do ecrã, ... • Cria um atalho para um ficheiro e muda o nome. • Usa acessórios do sistema operativo: calculadora; jogos; Paint. • Reconhece as formas de propagação dos vírus informáticos e seus perigos. • Activa um programa anti-vírus e suas opções de segurança. | |
|-------------------------------|---|--|

| | | |
|----------|--|----------------------------------|
| TIC_B3_B | Utilizar uma aplicação de folhas de cálculo | Carga horária 50 horas |
|----------|--|----------------------------------|

| | | |
|-------------------------------|---|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Cria uma nova folha de cálculo. • Insere números e texto em células e formata-os. • Adiciona limites, cores e padrões. • Utiliza fórmulas lógicas e aritméticas numa célula. • Utiliza diferentes formas de notação. • Apresenta os números de uma célula em percentagem. • Importa para a folha uma imagem, ou texto. • Cria diferentes estilos de gráfico para analisar informação e modifica-os. • Exporta uma folha de cálculo ou gráfico. • Utiliza uma lista como uma base de dados. • Usa as funções de base de dados para gerir e analisar os dados de uma lista. | |
|-------------------------------|---|--|

| | | |
|----------|---|----------------------------------|
| TIC_B3_C | Utilizar um programa de processamento de texto e de apresentação de informação | Carga horária 50 horas |
|----------|---|----------------------------------|

| | | |
|-------------------------------|--|--|
| Critérios de Evidência | <ul style="list-style-type: none"> • Cria um documento, insere texto, imagens e tabelas e formata-os. • Insere números de página, cabeçalho e notas de rodapé, num documento. • Insere texto automático num documento. • Formata o documento em colunas. • Abre um programa de apresentação. • Cria uma nova apresentação. • Adiciona texto e imagem à apresentação. • Utiliza as ferramentas de cortar, copiar e colar texto ou imagem. • Insere um duplicado do diapositivo e altera o seu conteúdo. • Adiciona efeitos de animação e transição aos diapositivos. • Realiza uma apresentação. | |
|-------------------------------|--|--|

TIC_B3_D

Usar a Internet para obter, transmitir e publicar informação

Carga horária
50 horas

**CrITÉRIOS de
Evidência**

- Identifica os elementos necessários para ligar um computador à Internet.
- Compara as ofertas dos diferentes fornecedores de serviços.
- Identifica e interpreta vocabulário específico usado na Internet.
- Inicia um programa de navegação (*browser*) na *Web* e abre um endereço da *Net*.
- Reconhece as funções das diferentes barras do programa de navegação: barras de ferramentas, barra de estado,...
- Pesquisa em diferentes motores de busca, utilizando ou não palavra-chave.
- Cria uma caixa de correio pessoal e organiza um livro de endereços.
- Lê, apaga e envia mensagens, com ou sem ficheiro anexo.
- Identifica os cuidados a ter, relativamente aos vírus informáticos, no recebimento de ficheiros em anexo.
- Utiliza informação recebida via internet, noutros suportes.
- Identifica as regras de utilização das salas de conversação.
- Escolhe uma alcunha (*nickname*) e entra numa sala de conversação.
- Identifica as vantagens e desvantagens deste tipo de serviço.
- Cria um sítio (*site*) com uma aplicação de apresentações (por ex. *MPublisher*) ou uma aplicação de edição e gestão (por ex. *MFrontPage*).
- Modifica o *design* e esquema de cores (no caso do *Publisher*).
- Insere *links*, texto, imagens próprias ou de uma galeria de imagens e pré-visualiza-as num programa de navegação.
- Usa uma aplicação FTP (*File Transfer Protocol*) para fazer a transferência das páginas (*upload*) para um servidor público.

3.2. Formação Tecnológica

| 7731 | Higiene e segurança alimentar na restauração | Carga horária 25 horas |
|--|---|---------------------------|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Noções de microbiologia dos alimentos <ul style="list-style-type: none"> ◦ 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 <ul style="list-style-type: none"> ◦ 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 <ul style="list-style-type: none"> ◦ 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) | <ul style="list-style-type: none"> • 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

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8212 | Operações de cálculo e unidades de medida | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Efetuar operações simples de cálculo. • Identificar e utilizar os sistemas internacionais de medida. • Realizar a conversão dos sistemas internacionais de medida. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Operações matemáticas
 - Cálculo
 - Proporções
 - Percentagens
- Sistema internacional de medidas
 - Pesos
 - Distâncias
 - Volumes
 - Temperaturas
- Tabela de conversão de unidades de medida

8213

Conduta profissional na restauração

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar as estruturas organizacionais na restauração.
- Aplicar as regras profissionais em contexto de trabalho.
- Aplicar técnicas de comunicação no âmbito do trabalho em equipa.

Conteúdos

- Estruturas organizacionais na restauração
 - Organização interna
 - Hierarquia profissional
 - Brigadas e funções
- Regras profissionais específicas
 - Apresentação
 - Vestuário
 - Assiduidade e pontualidade
 - Atitude e postura profissionais
 - Normas de higiene e segurança
- Trabalho em equipa
 - Comunicação interpessoal
 - Estilos comunicacionais
 - Organização do trabalho
 - Gestão de conflitos

3328

Princípios da nutrição

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Reconhecer os princípios da nutrição e alimentação.
- Classificar os constituintes alimentares.
- Identificar e caracterizar a roda de alimentos e os respetivos grupos alimentares.
- Aplicar os princípios da nutrição para uma alimentação equilibrada.

Conteúdos

- Nutrição e alimentação
 - Conceitos
 - Funções da alimentação
- Nutrientes
 - Fontes alimentares
 - Funções no organismo
 - Excessos e carências
- Metabolismo
 - Funções do aparelho digestivo
 - Processo digestivo
- Roda dos alimentos e grupos alimentares
 - Constituição e proporções
 - Recomendações na alimentação diária
- Alimentação equilibrada
 - Regras
 - Principais erros alimentares
 - Necessidades diárias de nutrientes
 - Alimentação racional

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8214 | Língua inglesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua inglesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico de pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

1749

Pastelaria/padaria – organização e produção

Carga horária
50 horas

Objetivo(s)

- Identificar as características e regras de funcionamento de uma pastelaria/padaria.
- Identificar os equipamentos e utensílios de uma pastelaria/padaria.
- Efetuar o aprovisionamento dos diversos produtos, assegurando o estado de conservação dos mesmos.
- Aplicar os procedimentos inerentes à organização do serviço de uma pastelaria/padaria.
- Identificar os circuitos de distribuição e comercialização de produtos de pastelaria/padaria.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Organização e funcionamento de uma pastelaria/padaria
 - Tipologia de estabelecimentos
 - Legislação reguladora da comercialização de produtos alimentares
 - Instalações
 - Equipamentos
 - Utensílios
 - Indumentária
 - Funções da brigada de pastelaria/padaria
 - Terminologia
- Tecnologia dos equipamentos e utensílios de uma pastelaria/padaria
 - Características
 - Funções
 - Higienização, manutenção e conservação
- Aprovisionamento dos diversos produtos alimentares
 - 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
- Procedimentos de organização e produção de uma pastelaria/padaria
 - Processo e suporte documental
 - Planeamento do serviço
 - Disposição dos meios físicos
 - Organização do trabalho
 - Interface entre serviços
 - Previsão dos meios necessários
 - Limpeza da secção
- Distribuição e comercialização
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|------|------------------------------------|----------------------------------|
| 4415 | Confeção de massas folhadas | Carga horária 50 horas |
|------|------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as diferentes massas folhadas. • Preparar diversos tipos de massas folhadas. • Confeccionar diversos tipos massas folhadas e respetivas aplicações. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

| |
|--|
| Conteúdos |
| <ul style="list-style-type: none"> • Massas folhadas <ul style="list-style-type: none"> ◦ Folhado francês ◦ Folhado à espátula ◦ Folhado italiano ◦ Folhado espanhol ◦ Folhado dinamarquês ◦ Folhado misto direto ◦ Folhado inverso • Tecnologia de matérias-primas <ul style="list-style-type: none"> ◦ Composições ◦ Utilizações • Receitas e fichas técnicas • Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens • Técnicas de preparação e confeção de massas folhadas e respetivas aplicações <ul style="list-style-type: none"> ◦ Manuseamento e preparação de utensílios e material ◦ Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas • Processo de fabrico de massas folhadas e respetivas aplicações <ul style="list-style-type: none"> ◦ Preparação ◦ Cozedura ◦ Decoração • Controlo de qualidade do processo de fabrico <ul style="list-style-type: none"> ◦ Preparação ◦ Confeção ◦ Produtos finais • Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados • Normas de higiene e segurança |

1750

Confeção de massas lêvedas de pastelaria

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar as diferentes massas lêvedas de pastelaria.
- Preparar diversos tipos de massas lêvedas de pastelaria.
- Confeccionar diversos tipos massas lêvedas de pastelaria e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Massas lêvedas de pastelaria
 - Bolo-rei
 - Bolo-rainha
 - Folares
 - Babás
 - Outras
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Fermentos
 - Tipos
 - Características
 - Utilização
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas lêvedas de pastelaria
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de massas lêvedas de pastelaria e respetivas aplicações
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

5302

Confeção de massas de panificação

Carga horária
50 horas

Objetivo(s)

- Identificar as massas lêvedas de panificação.
- Preparar diversos tipos de massas de panificação.
- Confeccionar diversos tipos de massas de panificação e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Massas lêvedas de padaria
 - Pão de trigo
 - Pão de milho
 - Pão de centeio
 - Pão de mistura
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Fermentos
 - Tipos
 - Características
 - Utilização
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas de padaria
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de massas lêvedas de padaria e respetivas aplicações
 - O escaldar da farinha
 - Amassadura
 - Fermentação inicial (levedação)
 - Pesagem e divisão da massa
 - O enrolar da massa
 - Fermentação intermédia (levedação)
 - O tender da massa
 - Fermentação final (levedação)
 - Cozedura do pão - enfomar/desenfomar
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|------|--------------------------------|----------------------------------|
| 1759 | Confeção de massas cake | Carga horária 25 horas |
|------|--------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as massas <i>cake</i>. • Preparar diversos tipos de massas <i>cake</i>. • Confeccionar diversos tipos de massas <i>cake</i> e respetivas aplicações. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Massas *cake*
 - Bolo inglês
 - Bolo mármore
 - Bolo de Bruxelas
 - *Cupcakes*
 - Outras
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas *cake*
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de massas *cake* e respetivas aplicações
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|------|--------------------------------|----------------------------------|
| 5303 | Confeção de bolos secos | Carga horária 25 horas |
|------|--------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as principais variedades de bolos secos. • Preparar diversos bolos secos. • Confeccionar diversos bolos secos. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Bolos secos
 - Areias de Cascais
 - Bolos de amor e canela
 - Bolacha francesa
 - Bolacha holandesa
 - *Petit four* de amêndoa
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de bolos secos
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de bolos secos
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|-----------------------------|----------------------------------|
| 1751 | Confeção de salgados | Carga horária 25 horas |
|-------------|-----------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as principais variedades de salgados. • Preparar diversos salgados. • Confeccionar diversos salgados. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

| |
|--|
| Conteúdos |
| <ul style="list-style-type: none"> • Salgados <ul style="list-style-type: none"> ◦ Pastéis ◦ Rissóis ◦ Croquetes ◦ Outros • Aparelhos <ul style="list-style-type: none"> ◦ Carne ◦ Frango ◦ Camarão ◦ Outros • Tecnologia de matérias-primas <ul style="list-style-type: none"> ◦ Composições ◦ Utilizações • Receitas e fichas técnicas • Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens • Técnicas de preparação de salgados <ul style="list-style-type: none"> ◦ Manuseamento e preparação de utensílios e material ◦ Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas • Processo de fabrico de salgados <ul style="list-style-type: none"> ◦ Preparação de massas e aparelhos ◦ Cozedura/fritura • Controlo de qualidade do processo de fabrico <ul style="list-style-type: none"> ◦ Preparação ◦ Confeção ◦ Produtos finais • Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados • Normas de higiene e segurança |

1762

Confeção de massas especiais de panificação

Carga horária
50 horas

Objetivo(s)

- Identificar as massas especiais de panificação.
- Preparar diversos tipos de massas especiais de panificação.
- Confeccionar massas especiais de panificação e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Massas lêvedas especiais de padaria
 - Pão integral
 - Pão com sementes
 - Pão com legumes
 - Pão com frutos
 - Pães recheados
 - Produtos afins
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Fermentos
 - Tipos
 - Características
 - Utilização
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas especiais de padaria
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de massas especiais de padaria e respetivas aplicações
 - O escaldar da farinha
 - Amassadura
 - Fermentação inicial (levedação)
 - Pesagem e divisão da massa
 - O enrolar da massa
 - Fermentação intermédia (levedação)
 - O tender da massa
 - Fermentação final (levedação)
 - Cozedura do pão - enfornar/desenfornar
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

1767

Confeção de batidos - pastas e entremeios

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar batidos - pastas e entremeios.
- Preparar batidos - pastas e entremeios.
- Confeccionar batidos - pastas e entremeios e respetivas aplicações.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Batidos - pastas e entremeios
 - Xadrez
 - Tortas
 - Guardanapos
 - Pão-de-ló
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de batidos
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de batidos e respetivas aplicações
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 1764 | Confeção de sobremesas | Carga horária 25 horas |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de sobremesa. • Preparar sobremesas. • Confeccionar sobremesas. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Sobremesas
 - De colher (arroz doce, farófias, molotov, mousse de chocolate, outras)
 - De fatia (cheesecake, torta de laranja, torta algarvia, bomba de morango, outras)
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de sobremesas
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de sobremesas
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 1765 | Confeção de pastelaria e doçaria conventual | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de pastelaria e doçaria conventual. • Preparar pastelaria e doçaria conventual. • Confeccionar pastelaria e doçaria conventual. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Pastelaria e doçaria conventual
 - Pão-de-rala
 - Pudim Abade de Priscos
 - Sericaia
 - Toucinho-do-céu
 - Papo-de-anjo
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de pastelaria e doçaria conventual
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de pastelaria e doçaria conventual
 - Preparação
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|---------------------------------------|----------------------------------|
| 1766 | Confeção de gelados e sorvetes | Carga horária 25 horas |
|-------------|---------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de gelados e sorvetes. • Preparar gelados e sorvetes. • Confeccionar gelados, sorvetes e respetivas aplicações. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Gelados e sorvetes
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de gelados e sorvetes
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de gelados, sorvetes e respetivas aplicações
 - Preparação
 - Produção
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| 1770 | Confeção de massas cozidas | Carga horária 25 horas |
|-------------|-----------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as principais variedades de massas cozidas. • Preparar massas cozidas. • Confeccionar massas cozidas e respetivas aplicações. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Principais variedades de massas cozidas
 - Choux
 - Rins
 - Ecleres
 - Ducheses
 - Cavacas
 - Outras
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de massas cozidas
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de massas cozidas e respetivas aplicações
 - Preparação
 - Cozedura
 - Recheio/Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|------|---------------------------------------|----------------------------------|
| 8215 | Confeção de queijadas e tartes | Carga horária 50 horas |
|------|---------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar queijadas e tartes. • Preparar queijadas e tartes. • Confeccionar queijadas e tartes. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Principais variedades de queijadas e tartes
 - Queijadas (laranja, cenoura, coco, queijo fresco/requeijão, outras)
 - Tartes (frutas/frutos secos, queijo fresco/requeijão, chocolate, outras)
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composição
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de queijadas e tartes
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de queijadas e tartes
 - Preparação de massas e recheios/cremes
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|----------------------------|----------------------------------|
| 8216 | Confeção de pastéis | Carga horária 50 horas |
|-------------|----------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de pastéis. • Preparar pastéis. • Confeccionar pastéis. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Principais variedades de pastéis
 - Pastéis de nata
 - Pastéis de coco
 - Pastéis de feijão
 - Pastéis de grão
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composição
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de pastéis
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de pastéis
 - Preparação das massas e recheios/cremes
 - Cozedura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

1771

Modelagem e decoração em pastelaria

Carga horária
50 horas

Objetivo(s)

- Identificar elementos decorativos em pasta de açúcar.
- Executar trabalhos de modelagem e decoração de bolos.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Elementos decorativos em pasta de açúcar
 - Folhas, fitas, laços, flores, figuras, outros
 - Letragem
- Técnicas de decoração
 - Método de queda
 - Método deslizante
 - Transposição do desenho
 - Moldagem
- Tecnologia das matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Processos de decoração
 - Utilização de pasta de açúcar
 - Utilização de moldes
 - Aplicação de coberturas
 - Transposição de desenhos
 - Decoração com saco
 - Aplicação de letragem
- Controlo de qualidade dos produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos elementos decorativos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8217 | Matérias-primas na pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e reconhecer a importância da utilização adequada e diversificada das diferentes matérias-primas na pastelaria/padaria. • 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
- Sal
 - Variedades
 - Regulamentação
- Principais frutos
 - Variedades
 - Classificação
 - Sazonalidade
 - Características de frescura
- Açúcares e outros adoçantes
 - Variedades
 - Características
- Gorduras vegetais
 - Azeites
 - Óleos
 - Margarinas
- Géneros alimentícios de origem animal
 - Leite (tipos de leite e derivados)
 - Ovos (classificação e derivados)
 - Gorduras animais (classificação e tipos)
- Controlo de qualidade
 - Fatores de influência
 - Estado de frescura
 - Procedimentos de conservação
 - Condições de armazenamento (local, temperatura, outros)
 - Riscos
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|-------------------------|----------------------------------|
| 5306 | Trabalhos em pão | Carga horária 25 horas |
|-------------|-------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar técnicas de trabalhos artísticos em pão. • Executar trabalhos decorativos em pão. • Cumprir normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Técnicas de trabalhos artísticos em pão
- Tecnologia das matérias-primas
 - Massas em pão
- Processo de execução de trabalhos artísticos em pão
 - Projeto/maquete
 - Moldes
 - Preparação, corte/moldagem e cozedura das massas
 - Montagem do trabalho
 - Pintura e acabamento
- Controlo de qualidade dos produtos finais
- Acondicionamento e conservação
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 5308 | Trabalhos em chocolate | Carga horária 25 horas |
|-------------|-------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar técnicas de trabalho em chocolate. • Executar trabalhos em chocolate fundido. • Cumprir normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Técnicas de trabalhos artísticos em chocolate
- Tecnologia das matérias-primas
 - Tipos de chocolate
 - Composições
 - Utilizações
- Têmpera do chocolate
- Processo de execução de trabalhos artísticos em chocolate
 - Projeto/maquete
 - Moldes
 - O temperar e a aplicação do chocolate
 - Montagem das peças
 - Pintura e acabamento
- Controlo de qualidade dos produtos finais
- Acondicionamento e conservação
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|---------------------------|----------------------------------|
| 5305 | Técnicas em açúcar | Carga horária 50 horas |
|-------------|---------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes técnicas de trabalhos artísticos em açúcar. • Executar trabalhos decorativos em açúcar. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Técnicas em açúcar
 - Soprado
 - Acetinado
 - Puxado
- Processo de execução de trabalhos artísticos em açúcar
 - Projeto/maquete
 - Moldes
 - Preparação da pasta de açúcar
 - Montagem do trabalho
 - Pintura e acabamento
- Controlo de qualidade dos produtos finais
- Acondicionamento e conservação
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|----------------------------|----------------------------------|
| 1768 | Confeção de bombons | Carga horária 25 horas |
|-------------|----------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de bombons. • Preparar bombons. • Confeccionar bombons. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Principais variedades de bombons
 - De corte
 - De molde
 - Trufas
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de bombons
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Têmpera do chocolate
- Processo de fabrico de bombons
 - Preparação de recheios
 - Tempero do chocolate
 - Corte/Moldagem
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|------------------------------------|----------------------------------|
| 5307 | Decoração de bolos de noiva | Carga horária 50 horas |
|-------------|------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar e preparar elementos decorativos em pasta de açúcar. • Preparar diferentes tipos de massas e cremes. • Confeccionar diferentes tipos de massas e cremes. • Executar bolos de noiva. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Bolos de Noiva
- Elementos decorativos em pasta de açúcar
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de bolos de noiva
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de execução de bolos de noiva
 - Projeto/maquete
 - Preparação dos elementos decorativos
 - Preparação de massas e cremes
 - Cozedura
 - Montagem dos bolos
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|---------------------------------|----------------------------------|
| 5309 | Trabalhos em pastilhagem | Carga horária 50 horas |
|-------------|---------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes técnicas de trabalhos artísticos em pastilhagem. • Executar trabalhos decorativos em pastilhagem. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Técnicas em pastilhagem
- Tecnologia de matérias-primas
 - Massas em açúcar - Pastilhagem
- Processo de execução de trabalhos artísticos em pastilhagem
 - Projeto/maquete
 - Moldes
 - Preparação, corte/moldagem
 - Montagem do trabalho
 - Pintura e acabamento
- Controlo de qualidade dos produtos finais
- Acondicionamento e conservação
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|------------------------------------|----------------------------------|
| 5304 | Confeção de pastelaria fina | Carga horária 25 horas |
|-------------|------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes tipos de pastelaria fina. • Preparar pastelaria fina. • Confeccionar pastelaria fina. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Pastelaria fina
 - Batidos – *genaises*
 - Mousses
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de pastelaria fina
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de pastelaria fina
 - Preparação de batidos e mousses
 - Cozedura
 - Montagem dos bolos
 - Decoração
 - Refrigeração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8218 | Língua inglesa - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em inglês, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em inglês, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas inglesas

8219

Língua francesa - informação turística da região

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em francês, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano.
- Interagir e comunicar em francês, a nível do utilizador elementar.
- Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar.

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas francesas

| | | |
|------|-------------|---------------------------|
| 8236 | Cake design | Carga horária 50 horas |
|------|-------------|---------------------------|

| | |
|-------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diferentes estilos e formas utilizados na produção de <i>cake design</i>. • Identificar e preparar elementos decorativos criativos. • Preparar diferentes tipos de massas e cremes. • Confeccionar diferentes tipos de massas e cremes. • Executar bolos com decoração inovadora. • Cumprir as normas de higiene e segurança. |
|-------------|--|

Conteúdos

- *Cake design*
 - Estética/design
 - Elementos decorativos criativos
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
 - Estruturas de suporte
- Processo de fabrico
 - Projeto/maquete
 - Preparação dos elementos decorativos
 - Preparação de massas e cremes
 - Cozedura
 - Montagem dos bolos
 - Decoração criativa e inovadora
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

8237

Confeção de pastelaria de natal

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar diferentes tipos de pastelaria de natal.
- Preparar pastelaria de natal.
- Confeccionar pastelaria de natal.
- Cumprir as normas de higiene e segurança.

Conteúdos

- Pastelaria de natal
 - Filhós
 - Sonhos
 - Coscorões
 - Azevias
 - Tronco de natal
 - Bolo-rei e bolo-rainha
 - Lampreias de ovos
 - Outros
- Tecnologia de matérias-primas
 - Composições
 - Utilizações
- Receitas e fichas técnicas
- Operações de quantificação de produtos, ingredientes, proporções e pesagens
- Técnicas de preparação de pastelaria de natal
 - Manuseamento e preparação de utensílios e material
 - Seleção, quantificação e preparação das matérias-primas
- Processo de fabrico de pastelaria de natal
 - Preparação
 - Cozedura/fritura
 - Decoração
- Controlo de qualidade do processo de fabrico
 - Preparação
 - Confeção
 - Produtos finais
- Acondicionamento e conservação dos produtos confeccionados
- Normas de higiene e segurança

8220

Língua italiana - informação turística da região

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em italiano, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano.
- Interagir e comunicar em italiano, a nível do utilizador elementar.
- Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar.

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas italianas

8374

Vitrinismo em pastelaria/padaria

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar tipos de montra e disposições criativas de produtos de pastelaria/padaria.
- Analisar as potencialidades do espaço de exposição de uma pastelaria/padaria e executar a decoração de vitrinas de pastelaria/padaria.
- Aplicar técnicas para execução de montras magnéticas, utilizando novos utensílios e ferramentas.
- Utilizar diferentes suportes específicos de exposição, tendo em conta as novas tendências de disposição dos produtos.

Conteúdos

- Vitrinismo
 - Conceito
 - Tipologia de montras
 - Atividade profissional
- Espaço de venda
 - Estética
 - Forma
 - Dimensão
 - Iluminação
 - Ambiente
 - Equilíbrio cromático
 - Equilíbrio qualitativo
 - Equilíbrio visual
 - Exposição
 - Áreas de exposição
 - Interligação entre espaços
 - Pontos quentes e pontos frios
 - Merchandising e promoção comercial
 - Produto e comunicação
 - Novas tendências
- Técnicas de vitrinismo em pastelaria/padaria
 - Produtos
 - Tecnologia dos materiais
 - Regras de composição
 - Temas e design
 - Montagem e desmontagem

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8221 | Língua alemã - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em alemão, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em alemão, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

Conteúdos

- Funcionamento da língua alemã
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas alemãs

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8222 | Língua espanhola - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em espanhol, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em espanhol, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas espanholas

1122

Noções e normas da qualidade

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Identificar o conceito e os princípios da qualidade
- Reconhecer a importância de produzir com qualidade.

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

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

8223

Língua holandesa - informação turística da região

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em holandês, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano.
- Interagir e comunicar em holandês, a nível do utilizador elementar.
- Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar.

Conteúdos

- Funcionamento da língua holandesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas holandesas

8224

Língua finlandesa - informação turística da região

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em finlandês, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano.
- Interagir e comunicar em finlandês, a nível do utilizador elementar.
- Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar.

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas finlandesas

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 7852 | Perfil e potencial do empreendedor – diagnóstico/ desenvolvimento | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • 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 |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • 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. • 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/oportunidades 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...)
-

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 8225 | Língua norueguesa - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em norueguês, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em norueguês, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas norueguesas

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8226 | Língua sueca - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em sueco, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em sueco, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas suecas

7854

Plano de negócio – criação de micronegócios

Carga horária
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

7855

Plano de negócio – criação de pequenos e médios negócios

Carga horária
50 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.
- 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

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8227 | Língua chinesa - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em mandarim, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em mandarim, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

| |
|------------------|
| 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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas suecas

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 1772 | Língua francesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

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

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

- Funcionamento da língua francesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 8228 | Língua italiana – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua italiana
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8229 | Língua alemã – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua alemã
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8230 | Língua espanhola – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua espanhola
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8231 | Língua holandesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua holandesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 8232 | Língua finlandesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua finlandesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 8233 | Língua norueguesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua norueguesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de fase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8234 | Língua sueca – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua sueca
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8235 | Língua chinesa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua chinesa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

8598

Desenvolvimento pessoal e técnicas de procura de emprego

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Definir os conceitos de competência, transferibilidade e contextos de aprendizagem.
- Identificar competências adquiridas ao longo da vida.
- Explicar a importância da adoção de uma atitude empreendedora como estratégia de empregabilidade.
- Identificar as competências transversais valorizadas pelos empregadores.
- Reconhecer a importância das principais competências de desenvolvimento pessoal na procura e manutenção do emprego.
- Identificar e descrever as diversas oportunidades de inserção no mercado e respetivos apoios, em particular as Medidas Ativas 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

- 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

| | | |
|-------------|---|----------------------------------|
| 8600 | Competências empreendedoras e técnicas de procura de emprego | Carga horária 25 horas |
|-------------|---|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Definir o conceito de empreendedorismo. • Identificar as vantagens e os riscos de ser empreendedor. • Identificar o perfil do empreendedor. • Reconhecer a ideia de negócio. • Definir as fases de um projeto. • 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

- 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

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8726 | Língua russa - informação turística da região | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

| | |
|--------------------|---|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar e produzir textos de diferentes matrizes discursivas em russo, a nível do utilizador elementar, adequando-os às diversas situações comunicativas do quotidiano. • Interagir e comunicar em russo, a nível do utilizador elementar. • Caracterizar a oferta turística e gastronómica da região, a nível do utilizador elementar. |
|--------------------|---|

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
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Sugerir
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Aconselhar
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Património geográfico e cultural
 - Atrações turísticas da região
 - Oferta turística da região
 - Gastronomia e hábitos alimentares
 - Expressões idiomáticas russas

| | | |
|-------------|--|----------------------------------|
| 8733 | Língua russa – pastelaria/padaria | Carga horária 25 horas |
|-------------|--|----------------------------------|

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

Conteúdos

- Funcionamento da língua russa
 - Regras gramaticais de sintaxe e semântica
 - Unidades significativas: parágrafos, períodos, tipos de frase, estrutura frásica
 - Adequação discursiva
 - Vocabulário técnico da pastelaria/padaria: gastronomia, produtos de pastelaria/padaria, confeção de produtos de pastelaria/padaria, equipamentos e utensílios inerentes ao serviço
- Funções da linguagem
 - Comparar e contrastar
 - Ouvir e exprimir opiniões
 - Descrever
 - Perguntar e exprimir preferências
 - Apresentar
 - Pedir autorização
- Descrição e identificação
 - Pastelaria/padaria

| | | |
|--------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| 10526 | Literacia digital - iniciação | Carga horária 25 horas |
|--------------|--------------------------------------|----------------------------------|

| | |
|--------------------|--|
| Objetivo(s) | <ul style="list-style-type: none"> • Operar com o computador. • Navegar na internet. • Gerir uma caixa de correio eletrónica. • Interagir através de plataformas. • Proteger a identidade, privacidade e os dados pessoais em ambientes digitais. |
|--------------------|--|

Conteúdos

- Utilização do computador
 - Barra de tarefas
 - Noção de ícone
 - Menu Iniciar
 - Programas
 - Pastas e ficheiros
- Navegação digital
 - Browser
 - Pesquisa e filtro de informação
 - Análise de informação filtrada
 - Armazenagem e recuperação da informação
- Plataformas digitais
 - Gestão da identidade digital em diversas plataformas (ex: e-mail, passaporte qualifica, etc.)
 - Interação através de plataformas digitais
 - Partilha de informação e conteúdo
 - Colaboração através de tecnologias digitais
- Segurança e privacidade
 - Proteção dos dados pessoais

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 desinfecção, 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

10759

Teletrabalho

Carga horária
25 horas

Objetivo(s)

- Reconhecer o enquadramento legal, as modalidades de teletrabalho e o seu impacto para a organização e trabalhadores/as.
- Identificar o perfil e papel do/a teletrabalhador/a no contexto dos novos desafios laborais e ocupacionais e das políticas organizacionais.
- Identificar e selecionar ferramentas e plataformas tecnológicas de apoio ao trabalho remoto.
- Adaptar o ambiente de trabalho remoto ao regime de trabalho à distância e implementar estratégias de comunicação, produtividade, motivação e de confiança em ambiente colaborativo.
- Aplicar as normas de segurança, confidencialidade e proteção de dados organizacionais nos processos de comunicação e informação em regime de teletrabalho.
- Planear e organizar o dia de trabalho em regime de teletrabalho, assegurando a conciliação da vida profissional com a vida pessoal e familiar.

Conteúdos

- Teletrabalho
 - Conceito e caracterização em contexto tradicional e em cenários de exceção
 - Enquadramento legal, regime, modalidades e negociação
 - Deveres e direitos dos/as empregadores/as e teletrabalhadores
 - Vantagens e desafios para os/as teletrabalhadores e para a sociedade
- Competências do/a teletrabalhador/a
 - Competências comportamentais e atitudinais – capacidade de adaptação à mudança e ao novo ambiente de trabalho, automotivação, autodisciplina, capacidade de inter-relacionamento e socialização a distância, valorização do compromisso e adesão ao regime de teletrabalho
 - Competências técnicas – utilização de tecnologias e ferramentas digitais, gestão do tempo, gestão por objetivos, ferramentas colaborativas, capacitação e literacia digital
- Pessoas, produtividade e bem-estar em contexto de teletrabalho
 - Gestão da confiança
 - Promoção dos valores organizacionais e valorização de uma missão coletiva
 - Acompanhamento permanente e reforço de canais de comunicação (abertos e transparentes)
 - Partilha de planos organizacionais de ajustamento e distribuição do trabalho e disseminação de boas práticas
 - Identificação de sinais de alerta e gestão dos riscos psicossociais
 - Gestão da distância
 - Sensibilização, capacitação e promoção da segurança e saúde no trabalho
 - Reorganização dos locais e horários de trabalho
 - Equipamentos, ferramentas, programas e aplicações informáticas e ambientes virtuais (trabalho colaborativo)
 - Motivação e feedback
 - Cumprimento dos tempos de trabalho (disponibilidade contratualizada)
 - Reconhecimento das exigências e dificuldades associadas ao trabalho remoto
 - Gestão da eventual sobreposição do trabalho à vida pessoal
 - Controlo e proteção de dados pessoais
 - Confidencialidade e segurança da informação e da comunicação
 - Assistência técnica remota
 - Gestão da informação, reuniões e eventos (à distância e/ou presenciais)
 - Formação e desenvolvimento de novas competências
 - Transformação digital – novas formas de trabalho
- Desempenho profissional em regime de teletrabalho
 - Organização do trabalho
 - Ambiente de trabalho – iluminação, temperatura, ruído
 - Espaço de e para o teletrabalho
 - Mobiliário e equipamentos informáticos – condições ergonómicas adaptadas ao novo contexto de trabalho
 - Pausas programadas
 - Riscos profissionais e psicossociais
 - Salubridade laboral, ocupacional, individual, psíquica e social
 - Avaliação e controlo de riscos
 - Acidentes de trabalho
 - Gestão do isolamento

4. Sugestão de Recursos Didáticos

- Comprendre la cuisine - D. Behague, Clichy, Editions BPI, 1991
- Confeitería y pastelería - manual de formación - AMV Ediciones
- Cuisine de référence - M. Maincent, Editions BPI, Clichy, 1999
- Dicionário Académico de francês–português/português–francês - Coleção dicionários académicos, Porto Editora, 2006
- Dicionário académico de inglês–português/português–inglês - Coleção dicionários académicos, Porto Editora, 2006
- Fabricación de pan - S. Cauvain y L. Young, Acribia
- Gramática do português actual - José de Almeida, Lisboa Editora, Lisboa, 2006
- Grande dicionário de francês/português - D. Azevedo, Venda Nova, Bertrand Editora, 1987
- Grande dicionário de português/francês - D. Azevedo, Venda Nova, Bertrand Editora, 1987
- Higiene, conservação e congelação de alimentos –Victor Monteiro, 2.ª edição, LIDEL
- História e curiosidades gastronómicas – J. Quitério, Assírio e Alvim, 1998
- Hotelaria em Portugal – Lisboa, INOFOR, 1999
- Larousse de la cuisine - Vários, Larousse, 1990
- Maîtriser la pâtisserie - J. Koscher & L. Rouquié, Editions BPI, Clichy, 1997
- Manual de gestão de alimentos e bebidas - Edições CETOP
- Manual de higiene y seguridad alimentaria en hostelería - Carlos Felipe Tablado y Jesús Felipe Gallego, AMVEdiciones
- Modules de technologie culinaire - M. Faraguna, Clichy, Editions BPI, 1999
- Nova gramática de inglês - John Seely, Coleção Linguística, Lisboa, Editorial Presença, 2006
- Nuevo manual de dietética y nutrición - Montserrat Rivero, Montserrat Riba e Luis Vila, Acribia
- Sciences appliquée - B. Rougier, Editions BPI, Clichy, 2000
- Technologie appliquée en cuisine (La) - D. Behague, Editions BPI, Clichy, 2001
- Travaux pratiques de cuisine - M. Maincent, Editions BPI, Clichy, 1999
- Turismo em Portugal (O) – Lisboa, IQF, 2005
- Vocabulaire progressif du Français – niveau avance - C. Miquel, Paris, Clé International, 1999