

PLANIFICAÇÃO MODULAR

Curso: TÉCNICO DE DESPORTO	
Disciplina: PSICOLOGIA	Ano/Turma: 10.º
Tema: PROCESSOS COGNITIVOS, EMOCIONAIS E MOTIVACIONAIS	Módulo n.º: 3 Horas: 30

Desenvolvimento Curricular		
Conteúdos Programáticos	Objetivos gerais	Avaliação
<p>1. Processos cognitivos</p> <p>1.1. As capacidades cognitivas do sujeito: atenção, concentração, percepção, aprendizagem, memória, inteligência e pensamento</p> <p>1.2. O conceito de inteligência</p> <p>1.2.1. A perspectiva das inteligências múltiplas de Gardner</p> <p>1.3. O conceito de pensamento</p> <p>1.3.1. A distinção entre pensamento convergente e pensamento divergente</p> <p>1.3.2. A distinção entre cognição e meta-cognição</p> <p>2. Processos emocionais</p> <p>2.1. O conceito de inteligência emocional e suas implicações nas relações interpessoais</p> <p>2.2. Relações entre os pensamentos e as emoções</p> <p>2.2.1. Estratégias para gestão de crenças e emoções inadequadas</p> <p>3. Processos motivacionais</p> <p>3.1. O conceito de motivação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compreender o dinamismo dos processos cognitivos e distinguir entre cognição e meta-cognição • Distinguir entre pensamento convergente e pensamento divergente • Definir o conceito de inteligência e compreender, em particular, a perspectiva das inteligências múltiplas de Gardner • Definir o conceito de inteligência emocional e a sua importância para compreender o comportamento humano, em particular nas situações de relacionamento interpessoal • Definir o conceito de motivação e distinguir entre motivação intrínseca e extrínseca • Distinguir entre atribuições e expectativas, compreendendo a importância de ambas no processo motivacional • Distinguir entre motivação e satisfação na compreensão do comportamento humano 	<p>Trabalhos realizados individualmente e em grupo.</p> <p>Apresentações.</p> <p>Teste.</p>

<p>3.2. Os conceitos de motivação intrínseca e de motivação extrínseca</p> <p>3.3. Os conceitos de expectativa e de atribuição</p> <p>3.3.1. Diferenças e complementaridades no processo motivacional</p> <p>3.4. Distinção entre motivação e satisfação</p> <p>3.5. A Pirâmide das Necessidades de Maslow e seus principais pressupostos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer a Pirâmide das Necessidades de Maslow e os principais pressupostos deste modelo 	
---	--	--

Atividades de Complemento Curricular			
Ações/Atividades	Objetivos	Recursos	Data
<p>Trabalho de pares.</p> <p>Apresentação de trabalhos.</p> <p>Atividades formativas individuais.</p> <p>Visionamento de filmes.</p> <p>Realização de entrevistas.</p> <p>Realização de um flyer.</p> <p>Debate.</p>		<p>Manual.</p> <p>Quadro.</p> <p>Pesquisas na internet.</p> <p>Slides Powerpoint</p> <p>Conhecimentos de outras disciplinas</p>	
<p>Observações:</p>			

Benedita, 26 de julho de 2019

A Professora

