



O Conselho Pedagógico:

Informação-Exame de Equivalência à Frequência

DESPORTO – Módulo 3

Psicologia do desporto - aprendizagem e desenvolvimento humano

Prova ... | 2019

10º Ano de Escolaridade

1. Introdução

O presente documento visa divulgar as características da prova de equivalência à frequência do 10º ano do ensino profissional da disciplina de Desporto, módulo 3 (**Psicologia do desporto - aprendizagem e desenvolvimento humano**) a realizar em 2019.

O presente documento dá a conhecer os seguintes aspetos relativos à prova:

- Objeto de avaliação
- Caracterização da prova
- Material
- Duração
- Critérios de classificação

2. Objeto de avaliação

A prova a que esta informação se refere incide nos conhecimentos e nos objetivos enunciados no programa nacional de **Psicologia do desporto - aprendizagem e desenvolvimento humano do curso profissional de Técnico de Desporto**.

A resolução da prova pode implicar a mobilização de aprendizagens inscritas no programa, mas não expressas nesta informação.

Objetivos:

- Identificar os aspetos psicológicos e psicossociais que influenciam o desempenho desportivo.
- Descrever as características motivacionais associadas às diferentes fases da evolução dos praticantes.
- Identificar estratégias motivacionais e de comunicação no processo de treino.
- Identificar os fatores envolvidos na aprendizagem e as respetivas interações.



O Conselho Pedagógico:

Conteúdos:

Fatores psicológicos e psicossociais da prestação desportiva:

- Fatores intrínsecos
- Fatores extrínsecos
- A relação treinador-pais-atletas

Motivação e processo de treino:

- Componentes da motivação
- Motivação intrínseca
- Motivação extrínseca
- Orientação motivacional
- Formação da atitude do praticante
- Estratégias de motivação

Relação treinador-atleta:

- Treinador como líder
- Competências de comunicação
- Educação para a autonomia do atleta

Aprendizagem e desenvolvimento motor:

- Desenvolvimento, maturação, crescimento e aprendizagem
- Períodos sensíveis e períodos críticos de desenvolvimento
- Aprendizagem e desempenho
- Retorno sobre resultado
- Motivação para aprender

3. Caracterização da prova

A prova é constituída unicamente por uma componente escrita/teórica, onde serão avaliados os seus conhecimentos nas matérias anteriormente referidas. A **nota final** será dada pela soma das cotações obtidas nas 4 matérias/conteúdos.



O Conselho Pedagógico:

COTAÇÃO

CONTEÚDOS	COMPONENTE ESCRITA	CRITÉRIOS DE CLASSIFICAÇÃO
Fatores psicológicos e psicossociais da prestação desportiva	80	- Relacionar conceitos (20p) - Preencher espaços (20p) - Análise e reflexão crítica de um texto (40p)
Motivação e processo de treino	40	- Identificar se as afirmações são verdadeiras ou falsas e justificar as falsas (40p)
Relação treinador-atleta	50	- Cinco questões de resposta aberta (10p cada questão)
Aprendizagem e desenvolvimento motor	30	- Identificar conceitos(10p) - Duas questões de resposta aberta 10p cada)
Total	200 pontos	

4. Material

Para a realização da prova os alunos deverão trazer uma esferográfica de tinta azul ou preta.

5. Duração

A prova tem a duração de 90 minutos.