

PROPOSTA DE PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020/2021

TÉCNICO DE DESPORTO e TÉCNICO DE MASSAGEM DE ESTÉTICA E BEM-ESTAR

ATIVIDADES – 1.º PERÍODO

ATIVIDADES PROJETOS	OBJETIVOS	CALENDARIZAÇÃO	ORGANIZAÇÃO	DESTINATÁRIOS	RECURSOS	ORÇAMENTOS CUSTOS	AVALIAÇÃO
Dia Mundial da Alimentação - Atividades de sensibilização para o tema	Promover e desenvolver hábitos e comportamentos alimentares saudáveis em diferentes tipos de populações (jovens, atletas, idosos, doentes crónicos)	16 outubro	João Roseiro	10º TD	Flyers, computadores, fruta	Nada a registar	Questionário
Visita In Beauty		26 outubro	Rita Machete	10.º Tmeb		Bilhete de metro (3€)	Avalia-se a observação direta e o interesse e o dos alunos.
Realização de inquéritos para identificar e caracterizar situações de degradação ambiental na área da escola e/ou da região		outubro 2020	Bruno Rocha Rosário Leote	11.º TD e Tmeb	Papel e caneta	sem custos	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade  Elaboração, recolha e tratamento dos dados dos inquéritos

Campanha publicitária ou de sensibilização da opinião pública na escola e/ou numa instituição da comunidade local		outubro/novembro	Bruno Rocha Fernanda Duarte	10.º TD e Tmeb	Materiais de acordo com cada grupo de trabalho	A avaliar de acordo com a eventual necessidade de cada grupo	registo das atitudes e valores no decorrer da atividade  Avaliação do processo, produto e da apresentação oral.
Exposição iconográfica, na escola e/ou numa instituição da comunidade local, sobre estereótipos culturais juvenis		dezembro	Bruno Rocha	12.º TD e Tmeb	Materiais de acordo com cada grupo de trabalho	A avaliar de acordo com a eventual necessidade de cada grupo	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade  Avaliação do processo, produto e da apresentação oral.
Elaboração de pequenos objetos/lembranças de natal com materiais reutilizáveis (possível concurso) e de produtos de cosmética		novembro/dezembro	Bruno Rocha Rosário Leote	11.º TD e Tmeb	Materiais de acordo com cada grupo de trabalho	A avaliar de acordo com a eventual necessidade de cada grupo	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade  Avaliação do processo e do produto.
Dia Mundial da Deficiência - Peddy Papper Invisual; Palestra de sensibilização;	Promover comportamentos de integração social, de solidariedade, de igualdade e de altruísmo	3 de dezembro (Semana da Inclusão)	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Todos os formandos	Folhas, canetas, bola, balizas, equipamento goalball	Nada a registar	Questionário

Jogo exibição Goalball	entre os elementos participantes.						
Palestra com a equipa de Psicologia do Benfica		dezembro 2020	Maria do Céu Gonçalves	11.º TD			Síntese e reflexão
Torneio Ténis de Mesa - Competição com a formação de um quadro competitivo (2 dias)	Desenvolver os conceitos técnicos/táticos do módulo de ténis de mesa. Promover o espírito competitivo e altruísta entre os elementos participantes.	Final 1º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Todos os formandos	Mesas de ténis de mesa, bolas	Nada a registar	Questionário
Atendimento ao pessoal do STAF	Desenvolver a autonomia no atendimento e receção ao cliente e na avaliação e adaptação das técnicas	Final do 1.º período (Natal)	Cláudia Pato	11.º Tmeb	Sala e materiais da prática da massagem	sem custos	Fichas de anamnese e grelhas de registo das competências práticas e sociais
Estação de tratamento de Águas Residuais e/ou Resíduos Sólidos		1.º ou 3.º período (a definir)	Bruno Rocha	11.º TD e Tmeb	Telemóvel, papel e caneta	Bilhete de autocarro (se necessário)/ASE, expensas dos alunos 4€	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade Reflexão dos alunos, escrita e oral em contexto de aula
Visita a Museu (a definir)		1.º ou 3.º período (a definir)	Bruno Rocha	11.º TD e Tmeb	Telemóvel, papel e caneta	Bilhete de entrada (6€) + Bilhete de metro (3€) (se necessário)/ASE, expensas dos alunos	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade.

							Reflexão dos alunos, escrita e oral em contexto de aula.
Debate, se possível com convidados externos à escola, sobre hábitos alimentares		a definir	Bruno Rocha Rosário Leote	10.º TD e Tmeb	Telemóvel, papel e caneta	sem custos	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade.
Debate, se possível com convidados externos à escola, sobre desenvolvimento sustentável		a definir	Bruno Rocha Rosário Leote	10.º TD e Tmeb	Telemóvel, papel e caneta	sem custos	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade.
Clube de Leitura	Adquirir e promover o gosto pela leitura; debater temas atuais a partir de leituras; refletir sobre a importância da leitura para a construção do espírito criativo, crítico e interpessoal	ao longo do ano letivo	Fernanda Duarte	Turmas dos 10.º e 11.º anos	Redes sociais, livros, papel, caneta, telemóvel definir	a definir (aquisição de livros?)	Avaliação de trabalhos, debates, exposições orais
Concurso "Academia Verde"		ao longo do ano letivo	Bruno Rocha Rosário Leote	Turmas do 10.º e do 11.º	Computador, papel e caneta	sem custos	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade.  Reflexão dos alunos, escrita e oral em contexto de aula.

Projeto etwinning (Re)Creating Cosmetics		todo o ano letivo	Rosário Leote Bruno Rocha prof. Inglês	11.º Tmeb	Material de laboratório, computadores e internet	350€	Construção do twinspace (site) Produtos cosméticos (diversos)
Projeto Alfredo da Silva		1.º e 2.º períodos	Rosário Leote	10.º Tmeb	Material de laboratório Computadores /internet	75€	Relatório científico Sabão
Projeto Alfredo da Silva		1.º e 2.º períodos	Fernanda Duarte Rosário Leote Bruno Rocha João Roseiro	10.º TD e Tmeb	Computadores /internet Cartolinas/pin ceis/tintas	30€	Produção de textos, desenhos e/ou esculturas

**PROPOSTA DE PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020/2021**

**TÉCNICO DE DESPORTO e TÉCNICO DE MASSAGEM DE ESTÉTICA E BEM-ESTAR**

**ATIVIDADES – 2.º PERÍODO**

<b>ATIVIDADES PROJETOS</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	<b>ORGANIZAÇÃO</b>	<b>DESTINATÁRIOS</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>ORÇAMENTOS CUSTOS</b>	<b>AVALIAÇÃO</b>
Lisboa pessoa: roteiro para conhecer os locais frequentados por Fernando Pessoa	Conhecer os principais espaços lisboetas relacionados com Fernando Pessoa	janeiro 2021	Fernanda Duarte	12.º TD e Tmeb	Papel, telemóvel, computador	Bilhete de metro (se necessário): 3€ /ASE, expensas dos alunos	Elaboração prévia do roteiro e aplicação do mesmo na rua
Ida ao Teatro O Sonho – Farsa de Inês Pereira	Contactar com as especificidades da representação teatral; despertar o gosto pelo teatro como forma de expressão artística e como fonte de aprendizagem e reflexão; desenvolver a capacidade de observação e concentração	janeiro 2021	Fernanda Duarte, João Roseiro, Bruno Rocha	10.º TD e Tmeb		Bilhete de teatro: 5,5€ + bus (4€) ida e volta	Questionário global sobre a peça/obra
Open Day de massagem na cadeira		janeiro/fevereiro 2021	Maria do Céu Gonçalves Rita Machete	10.º Tmeb			Preparação da atividade e execução dos procedimentos corretos
Assistência a uma sessão plenária na		janeiro/fevereiro 2021	Bruno Rocha	12.º TD e Tmeb	Papel e caneta	Bilhete de metro (se necessário)/ASE,	Observação e registo das atitudes e

<p>Assembleia da República</p>						<p>expensas dos alunos 3€</p>	<p>valores no decorrer da atividade</p> <p>Reflexão dos alunos, escrita e oral em contexto de aula</p>
<p>Erasmus: mobilidade em Budapeste:</p> <p>Understanding and Learning Healthy Europe</p>	<p>contribuir para a realização pessoal e profissional dos jovens alunos, incentivando o seu sentido de responsabilidade e de autonomia, bem como o conhecimento de outra língua europeia, numa ótica de incentivar o sucesso escolar e corresponder às necessidades de procura do mercado de trabalho; aumentar as possibilidades de prosseguimento de estudos/empregabilidade e apoiar o desenvolvimento de projetos inovadores/empreendedores, promovendo a oportunidade de conhecer o contexto europeu e desenvolver uma forte cultura de trabalho sobre as organizações da sua área de estudos; dotar os alunos de novas competências técnicas/práticas nas</p>	<p>janeiro/fevereiro 2019</p>	<p>Fernanda Duarte Bruno Rocha</p>	<p>Alunos selecionados (15)</p>			<p>Avaliação final de Inglês (OLS): junho: Avaliação intermédia (maio); relatório final (Mobility Tool); questionário final do Cefad</p>

	<p>áreas de formação em Desporto, Massagem, Estética e Bem-estar e fomentar o desenvolvimento de hábitos de trabalho, valorizando o seu sentido crítico, inovação, iniciativa e criatividade;</p> <p>proporcionar mecanismos de conhecimento real e aproximação entre os jovens e o mercado profissional europeu, designadamente através da sua participação na atividade de mobilidade internacional, bem como na qualidade de beneficiários das atividades preparatórias e de disseminação de resultados que envolverão toda a Escola;</p> <p>otimizar a qualidade do currículo da EPC, rentabilizando as experiências individuais de participação na mobilidade e colocando-as ao serviço de todos através da transferência de knowhow, de forma a melhorar também a motivação dos diversos agentes do processo de ensino/aprendizagem•</p> <p>criar um ambiente escolar inclusivo e aberto a novas</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--



	culturas, métodos e práticas de trabalho.						
Comemoração do Dia Mundial da Poesia: alunos declamam poemas originais ou de poetas preferidos	Contribuir para a valorização da poesia e dos autores; desenvolver o espírito criativo; desenvolver a competência da leitura perante os outros	21 março 2021	Fernanda Duarte Turmas dos 10.º anos	Comunidade escolar		computador projektor	Avalia-se a oralidade e a postura perante a comunidade escolar
Parlamento dos Jovens	Promover o debate democrático, o respeito pela diversidade de opiniões e pelas regras de formação de decisões; Educar para a cidadania, estimulando o gosto pela participação cívica e política; incentivar a reflexão e o debate sobre o tema; proporcionar a experiência de participação em processos eleitorais; reconhecer a importância da contribuição pessoal e de grupo para a resolução de questões que afetam o presente e o futuro individual e coletivo; apresentar propostas junto dos órgãos do poder político.	março 2021 (?) - Sessão Distrital	Fernanda Duarte	Deputados eleitos em 2019/2020			Debates; participação; empenho; criatividade
Visita à Thalassoterapia		março 2021	Rita Machete	11.º Tmeb		15€ +iva (por aluno) + autocarro = 700	Avalia-se a observação direta e o

							interesse e o dos alunos.
Ida ao Teatro D. Maria II – Memorial do Convento	Contactar com as especificidades da representação teatral; espertar o gosto pelo teatro como forma de expressão artística e como fonte de aprendizagem e reflexão; desenvolver a capacidade de observação e concentração	março 2021	Fernanda Duarte Helder Espínola	12.º TD e Tmeb		Bilhete: 4€ alunos mais carenciados: 1€ Bilhete de metro: 3€ (ida e volta)	Reflexão escrita sobre a peça; estabelecimento de comparações com excertos da obra
Hóquei Patins SL Benfica - Visita/Observação de treino de equipa sénior	Observar e analisar os conceitos e comportamentos que envolvem o desporto de alta competição.	2º Período	Hélder Spínola	12º TD	Nada registar <sup>a</sup>	Nada a registar	Questionário
Torneio Badminton - Competição com a formação de um quadro competitivo (2 dias)	Desenvolver os conceitos técnicos/táticos da modalidade de badminton. Promover o espírito competitivo e altruísta entre os elementos participantes.	2º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Todos os formandos	Pavilhão, rede, volantes, raquetes	Nada a registar	Questionário
Andebol Sporting Clube de Portugal - Visita/Observação de treino de equipa sénior	Observar e analisar os conceitos e comportamentos que envolvem o desporto de alta competição.	2º Período	Duarte Neto	11º TD	Nada registar <sup>a</sup>	Nada a registar	Questionário
Projeto Alfredo da Silva – visita de estudo ao Barreiro: Museu Industrial, Bairro Operário, Mausoléu Alfredo da Silva		2.º período	Fernanda Duarte Bruno Rocha Rosário Leote João Roseiro	10.º TD e Tmeb		Bilhete barco: 4,90€(ida e volta)* autocarro: 3,20€(ida e volta) + entrada: 1,50€ por pessoa	Relatório da visita

Projeto Alfredo da Silva – visita de estudo à Tabaqueira		2.º período	Fernanda Duarte Bruno Rocha Rosário Leote João Roseiro	10.º TD e Tmeb		Bilhete de metro (ida e volta): 3€+ bilhete comboio (ida e volta): 4€+ bilhete de entrada(')	Relatório da visita
Projeto Alfredo da Silva – visita de estudo ao Museu do Sabão (Belver)		2.º período	Fernanda Duarte Rosário Leote Bruno Rocha	10.º Tmeb		Bilhete: 1€ Autocarro (Metas Diárias): 350,00€	Relatório da visita
Roteiro Queirosiano – Baixa pombalina: alunos tomam conhecimento dos locais da obra de Eça	Conhecer os principais espaços lisboetas por onde se movem as personagens de <i>Os Maias</i>	2.º período	Fernanda Duarte Duarte Neto Céu Gonçalves	11.º TD e Tmeb	Internet; google maps	Bilhete de metro (3€)	de roteiro e aplicação prática do mesmo com apresentação de cada local
Palestra(s) Associação Abraço e/ou outras associações na área da sexualidade (módulo de biologia Processos de Reprodução		2.º período	Rosário Leote Céu Gonçalves	12.º Tmeb	Computador, internet, fotocópias	?	Produção de textos
Viver a Poesia com o olhar de Cesário Verde: grupos de alunos saem à rua, observando a realidade circundante e elaboram em sala de aula um poema à moda de Cesário	Desenvolver a capacidade criativa; desenvolver a socialização	final 2.º período	Fernanda Duarte	11.º TD e Tmeb	telemóvel, papel e caneta, computador	sem custos	Escrita de poema: criatividade e características de Cesário
Torneio E-Gaming - Competição com a formação de um quadro competitivo (1 semana)	Promover o espírito competitivo e altruísta entre os elementos participantes.	Final 2º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro Rosário Leote Alunos 10º TD	Todos os formandos	Playstation, comandos, extensões, projektor	Nada a registar	Questionário

Torneio de Xadrez - Competição com a formação de um quadro competitivo (2 dias)	Promover o espírito competitivo e altruísta entre os elementos participantes.	Final 2º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Todos os formandos	Tabuleiros e conjuntos de peças de Xadrez	Nada a registar	Questionário
Semana Aberta do Desporto e da Massagem	Promover as competências adquiridas durante o curso profissional. Desenvolver espírito de interajuda e cooperação.	Final do 2.º Período	Todos os professores	Todos os formandos	Nada a registar	Nada a registar	Questionário
Atendimento e receção de clientes do STAF e da comunidade/escolas, etc	Pôr em prática novas competências técnicas, desenvolver a autonomia e prestar serviço à comunidade.	Final 2.º período (tipo "semana aberta")	Duarte Neto e Cláudia Pato	12.º Tmeb	Sala e materiais da prática da massagem	Sem custos	Fichas de anamnese e grelhas de registo das competências práticas e sociais

**PROPOSTA DE PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020/2021**

**TÉCNICO DE DESPORTO e TÉCNICO DE MASSAGEM DE ESTÉTICA E BEM-ESTAR**

**ATIVIDADES – 3.º PERÍODO**

<b>ATIVIDADES PROJETOS</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CALENDARIZAÇÃO</b>	<b>ORGANIZAÇÃO</b>	<b>DESTINATÁRIOS</b>	<b>RECURSOS</b>	<b>ORÇAMENTOS CUSTOS</b>	<b>AValiação</b>
Open Day de massagem na cadeira		abril/maio	Maria do Céu Gonçalves Rita Machete	11.º Tmeb			Preparação da atividade e execução dos procedimentos corretos
Projeto Erasmus + (Formação de professores) - protocolo com Agrupamento de Escolas Emídio Navarro		maio 2021	Rosário Leote Cláudia Pato Rita Machete porf. Inglês	11.º Tmeb	Equipamentos de massagem/material de laboratório	50€	Grelha de observação Inquérito de satisfação aos professores convidados
Dia Internacional da Biodiversidade		22 de maio 2021	Rosário Leote				
Exposição de documentos sobre problemas ambientais		3.º período	Bruno Rocha	10.º TD e Tmeb	Materiais de acordo com cada grupo de trabalho	A avaliar de acordo com a eventual necessidade de cada grupo	Observação e registo das atitudes e valores no decorrer da atividade
Dia da Praia - Atividades aquáticas (um dia para cada turma)	Vivenciar atividades em contexto aquático com profissionais específicos de modalidades aquáticas.	3º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Turmas de Desporto	Bolas, redes, balizas, raquetas	Atividades - 12,5€	Questionário

	Desenvolver espírito de interajuda e cooperação.						
Fim de semana radical (Herdade das Parchanas) - 1 ou 2 dias no campo de atividades radicais	Promover hábitos e comportamentos ecológicos e autossustentáveis. Desenvolver espírito de interajuda e cooperação.	3º Período	Hélder Spínola Duarte Neto João Roseiro	Turmas de Desporto	Nada a registar	Transporte 500€ (50/60 alunos) Atividades - 50€-70€	Questionário
Erasmus: mobilidade 2020/2021: Viena de Áustria (Tmeb)+ Barcelona (TD) 2020-1-PT01-KA102-078278: Healthy Europe-Next Step  Mobilidade de 2 professores: Viena de Áustria	contribuir para a realização pessoal e profissional dos jovens alunos, incentivando o seu sentido de responsabilidade e de autonomia, bem como o conhecimento de outra língua europeia, numa ótica de incentivar o sucesso escolar e corresponder às necessidades de procura do mercado de trabalho. <ul style="list-style-type: none"> <li>• aumentar as possibilidades de prosseguimento de estudos/empregabilidade e apoiar o desenvolvimento de projetos inovadores/empreendedores, promovendo a oportunidade de conhecer o contexto europeu e desenvolver uma forte cultura de trabalho sobre as organizações da sua área de estudos.</li> <li>• dotar os alunos de novas competências técnicas/práticas nas</li> </ul>	3.º período	Fernanda Duarte	15 alunos (12.º TD e Tmeb)+ 2 acompanhantes+ 2 professores (TD e Tmeb)	Plataforma OLS e Mobliti Tools		Elaboração de carta de motivação; avaliação diagnóstica de Inglês (OLS): janeiro; Avaliação final de Inglês (OLS): junho; Avaliação intermédia (maio); relatório final (Mobility Tool); questionário final do Cefad

	<p>áreas de formação em Desporto, Massagem, Estética e Bem-estar e fomentar o desenvolvimento de hábitos de trabalho, valorizando o seu sentido crítico, inovação, iniciativa e criatividade.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• proporcionar mecanismos de conhecimento real e aproximação entre os jovens e o mercado profissional europeu, designadamente através da sua participação na atividade de mobilidade internacional, bem como na qualidade de beneficiários das atividades preparatórias e de disseminação de resultados que envolverão toda a Escola.</li><li>• otimizar a qualidade do currículo da EPC, rentabilizando as experiências individuais de participação na mobilidade e colocando-as ao serviço de todos através da transferência de knowhow, de forma a melhorar também a motivação dos diversos agentes do processo de ensino/aprendizagem•</li></ul> <p>criar um ambiente escolar</p>						
--	---	--	--	--	--	--	--

	inclusivo e aberto a novas culturas, métodos e práticas de trabalho.						
--	--	--	--	--	--	--	--