

# **Prova de Aptidão Profissional PAP**

## **Regulamento Específico**



## Índice

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| ENQUADRAMENTO NORMATIVO .....                                             | 4  |
| Capítulo I: Princípios orientadores e objetivos .....                     | 4  |
| Artigo 1º: Âmbito e definições .....                                      | 4  |
| Artigo 2º: Objetivos .....                                                | 5  |
| Capítulo II: Estruturas de organização, acompanhamento e avaliação .....  | 6  |
| Artigo 3º: Definições .....                                               | 6  |
| Artigo 4º: Direção Pedagógica .....                                       | 6  |
| Artigo 5º: Estrutura de coordenação e competências .....                  | 6  |
| Artigo 6º: Júri .....                                                     | 9  |
| Capítulo III: Estrutura e desenvolvimento .....                           | 10 |
| Artigo 7º: Âmbito e definições .....                                      | 10 |
| Artigo 8º: Conceção do projeto .....                                      | 10 |
| Artigo 9º: Fases de Desenvolvimento e elaboração do relatório final ..... | 11 |
| Artigo 10º: Instrumentos acompanhamento e monitorização do projeto .....  | 12 |
| Artigo 11º: Defesa do projeto .....                                       | 12 |
| Artigo 12º: Critérios de Avaliação .....                                  | 13 |
| Artigo 13º: Entrega dos documentos referentes à Avaliação Final .....     | 14 |
| Capítulo IV: Alunos .....                                                 | 14 |
| Artigo 14º: Deveres dos Alunos .....                                      | 14 |
| Artigo 15º: Faltas .....                                                  | 15 |
| Artigo 16º: Disposições Finais .....                                      | 15 |
| Anexos .....                                                              | 16 |
| ANEXO A - Cronograma .....                                                | 16 |
| ANEXO B - Proposta de Projeto PAP (Preconceção) .....                     | 18 |
| ANEXO C - Proposta de Projeto PAP (Reformulação da Preconceção) .....     | 20 |

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| ANEXO D - Estrutura dos Relatórios do Projeto (Suporte Escrito) .....  | 22 |
| ANEXO E - Parecer sobre o Projeto Final da PAP .....                   | 24 |
| Anexo F - Instrumentos acompanhamento e monitorização do projeto ..... | 25 |
| Anexo G - Documento de apoio - PAP .....                               | 26 |

## ENQUADRAMENTO NORMATIVO

A Prova de Aptidão Profissional, abreviadamente designada por PAP, faz parte integrante de todos os cursos profissionais. É regulada pela Portaria n.º 235-A/2018 de 23 de agosto, e pelas disposições constantes neste Regulamento Específico.

### Capítulo I: Princípios orientadores e objetivos

#### Artigo 1º: Âmbito e definições

1. A PAP consiste na apresentação e defesa, perante um júri, de um projeto, consubstanciado num produto, material ou intelectual, numa intervenção ou numa atuação, consoante a natureza dos cursos, bem como do respetivo relatório final de realização e apreciação crítica, demonstrativo de saberes e competências profissionais adquiridos ao longo da formação e estruturante do futuro profissional do jovem.
2. O projeto a que se refere a alínea anterior centra-se em temas e problemas perspetivados e desenvolvidos pelo aluno em estreita ligação com os contextos de trabalho, incluindo os saberes e competências adquiridas ao longo do ciclo de formação, em especial na componente técnica, e realiza-se sob orientação e acompanhamento de um ou mais professores.
3. Tendo em conta a natureza do projeto, poderá o mesmo ser desenvolvido em equipa, desde que, em todas as suas fases e momentos de concretização, seja visível e avaliável a contribuição individual específica de cada um dos membros da equipa.
4. Devido à natureza da PAP como um projeto técnico e prático, integrando saberes e competências adquiridos ao longo do ciclo de formação, a sua concretização aplica-se unicamente aos alunos matriculados no 3º ano do ciclo de formação.

## Artigo 2º: Objetivos

1. A PAP é um trabalho interdisciplinar, sob coordenação e acompanhamento da EPC, (Escola Profissional Cefad), que visa demonstrar a aquisição ou o desenvolvimento de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para o perfil de desempenho à saída do curso frequentado pelo aluno.

### 1.1. Os objetivos principais são:

- a) Integrar o aluno no meio profissional, promovendo o conhecimento do seu funcionamento, dos hábitos sociais do trabalho, a autonomia, o trabalho em equipa, o sentido de responsabilidade e o profissionalismo;
- b) Fomentar a criatividade, a inovação, o espírito de iniciativa e a capacidade de relacionamento;
- c) Promover a capacidade de diagnosticar, caraterizar, analisar e resolver situações diversificadas;
- d) Exercitar técnicas de expressão e comunicação oral e escrita;
- e) Desenvolver e aplicar as competências adquiridas durante o curso em atividades concretas;
- f) Promover a inserção do aluno no mundo profissional de forma dinâmica e harmoniosa;
- g) Elaborar um relatório crítico, refletindo a análise do percurso pessoal durante a elaboração da PAP, considerando as principais dificuldades e obstáculos encontrados e a forma de superá-los, bem como as principais aprendizagens efetuadas.

## **Capítulo II: Estruturas de organização, acompanhamento e avaliação**

### **Artigo 3º: Definições**

1. A PAP realiza-se de acordo com o calendário a definir anualmente pela EPC, constando de uma época regular e de uma época extraordinária para casos devidamente justificados e autorizados pela Direção Pedagógica.

### **Artigo 4º: Direção Pedagógica**

1. A Direção Pedagógica deve ser considerada como a entidade máxima responsável pela tomada de decisões para os casos não previstos neste regulamento.
2. Compete à Direção Pedagógica designar e coordenar todos os elementos que participam e integram o processo de Orientação e Avaliação do projeto proposto pelo aluno.
3. Nomeadamente, consideram-se funções da Direção Pedagógica:
4. Garantir que os critérios de avaliação da PAP aplicados ao aluno estão de acordo com os princípios gerais e os critérios de avaliação definidos neste regulamento;
5. Assegurar, em articulação com os distintos órgãos de gestão da escola, os procedimentos necessários à realização da prova, nomeadamente a calendarização do projeto e a constituição do Júri de Avaliação;
6. Nomear o Grupo orientador, em particular o professor Orientador, e informar individualmente cada um dos intervenientes das suas obrigações;
7. Estar presente no Júri de Avaliação da PAP.

### **Artigo 5º: Estrutura de coordenação e competências**

1. Da coordenação das PAPS, fazem parte:
  - a) A direção pedagógica

- b) O(a) coordenador(a) de curso;
  - c) Diretor(a) de turma;
  - d) Orientador(a)
2. O grupo orientador deve em cada momento, verificar a necessidade de recorrer a um professor de qualquer disciplina devendo articular com o docente a forma e o tempo em que esse apoio irá decorrer.
  3. A validação da PAP ao nível das TIC (formatação do relatório final) e apresentação multimédia, decorrerá nas aulas de TIC;
  4. A mesma situação para todos os módulos que forem definidos, pelo grupo orientador, para alocar horas para a PAP.
  5. Nos períodos letivos em que decorrer esse apoio os professores devem, sempre que necessário, encontrar atividades alternativas para os alunos que não necessitem de realizar tarefas associadas à PAP.
  6. Para o acompanhamento e desenvolvimento das PAPS o grupo orientador pode igualmente contar com as aulas de apoio, que decorrem na sala de estudo em horário previamente estabelecido.
  7. Competências do grupo orientador:
    - a) Validar a preconceção do projeto apresentado pelo aluno;
    - b) Desenvolver diligências para a constituição do júri;
    - c) Resolver/encaminhar as questões colocadas pelos alunos;
    - d) Analisar e propor soluções para eventuais desvios;
    - e) Definir o calendário das PAPS;
    - f) Avaliar e decidir se os projetos e relatórios estão em condições de ser presentes a júri;
    - g) Orientar o aluno na escolha do projeto a desenvolver, na sua realização e na redação do relatório final;

8. Coordenador de curso:

- a) Informar os alunos sobre os critérios de avaliação;
- b) Assegurar a articulação entre todos os elementos, professores e formadores das diferentes componentes, intervenientes no desenvolvimento dos projetos;
- c) Validar a ficha de evolução quinzenal;

9. Diretor de turma:

- a) Analisar a viabilidade e pertinência das PAPS, em articulação com o coordenador de curso;
- b) Acompanhar o desenvolvimento e avaliação dos projetos;
- c) Validar conjuntamente com o orientador de PAP a ficha de evolução quinzenal
- d) Contactar/informar os Encarregados de educação sobre o desenvolvimento das PAPS;
- e) Registar a classificação da PAP na respetiva pauta

10. Orientador de PAP

- a) Apoiar o aluno no desenvolvimento do projeto, na elaboração do relatório e na apresentação do projeto final em articulação com o coordenador de curso e o diretor de turma;
- b) Validar e partilhar com os restantes elementos do grupo orientador a ficha de evolução quinzenal;
- c) Esclarecer e apoiar o aluno em todas as fases;
- d) Fornecer ao aluno os contributos e as metodologias necessárias ao correto desenvolvimento do projeto;
- e) Supervisionar a capacidade técnica do aluno na realização do projeto PAP;
- f) Proceder às avaliações intermédias, devidamente registadas; validando com a restante equipa;
- g) Participar no momento de apresentação da PAP.

## Artigo 6º: Júri

1. A apresentação e defesa do Projeto são avaliadas por um Júri designado e convocado pela Direção Pedagógica.
2. O Júri de Avaliação deverá incluir na sua composição os seguintes elementos, nos termos definidos no número seguinte deste artigo, sendo que nenhum dos elementos referidos nas alíneas e) e f) podem ser ou ter sido formadores do aluno a ser avaliado:
  - a) A Direção Pedagógica, que preside;
  - b) O diretor de turma;
  - c) O professor orientador do projeto;
  - d) Um representante das associações empresariais ou das empresas de sectores afins ao curso;
  - e) Um representante das associações sindicais dos sectores de atividade afins ao curso;
  - f) Uma personalidade de reconhecido mérito na área da formação profissional ou dos sectores de atividade afins ao curso.
3. O júri de avaliação necessita, para deliberar, da presença de, pelo menos, quatro elementos, estando entre eles, obrigatoriamente, dois dos elementos a que se referem as alíneas a) a c) e dois dos elementos a que se referem as alíneas d) a f) do número anterior, tendo o presidente direito a voto de qualidade em caso de empate nas votações.
4. Nas suas faltas ou impedimentos o presidente é substituído pelo diretor de turma ou pelo professor orientador. Para a substituição de outros elementos do júri, em caso de falta imprevista, o presidente do júri deve deliberar sobre a sua substituição escolhendo um dos elementos designados nas alíneas d) a f).
5. Posteriormente às apresentações e defesas das componentes teórica e prática, o Júri atribuirá uma classificação expressa de 0 a 20 valores, arredondada às décimas.

## Capítulo III: Estrutura e desenvolvimento

### Artigo 7º: Âmbito e definições

1. Constituindo-se a PAP como um projeto teórico e prático, deve integrar os saberes e competências adquiridos pelo aluno, ao longo do ciclo de formação.
2. O referido projeto centra-se em temas e problemas perspetivados pelo aluno em estreita ligação com a componente técnica da formação e com a prática em contexto de trabalho, realizando-se sob a orientação e acompanhamento do Grupo orientador.
3. A calendarização dos momentos, em cada ano letivo, é definida e aprovada em conselho pedagógico, sendo afixada na primeira semana de cada ano letivo.
4. Assim sendo, este projeto, para cada uma das suas fases ou momentos de concretização, possui distintos objetivos, intervenientes, desenvolvimentos, e momentos de avaliação. Podemos diferenciar três momentos distintos e essenciais na estrutura e desenvolvimento da PAP: O projeto tem as seguintes fases:
  - a) Conceção do projeto;
  - b) Fases de desenvolvimento e elaboração do relatório final;
  - c) Autoavaliação e defesa do projeto.

### Artigo 8º: Conceção do projeto

1. O momento Conceção reveste-se de enorme importância, pois determina e orienta o aluno para o projeto a desenvolver durante o último ano do ciclo de formação. Para o efeito, este momento subdivide-se em duas fases distintas:
2. *Preconceção*: nesta fase, pretende-se que o aluno escolha o tema que se propõe desenvolver, fundamentando-o devidamente (objetivos gerais). Esta proposta é remetida, por escrito, ao diretor de curso e equipa pedagógica nomeada para o efeito que irá propor as alterações que considerarem necessárias e pertinentes.

3. *Conceção*: após a revisão pelo aluno das alterações propostas, este deverá submeter a aprovação, por escrito ao diretor de curso, uma proposta da conceção e planificação do seu projeto.

## **Artigo 9º: Fases de Desenvolvimento e elaboração do relatório final**

1. Após entrega, retificação e aprovação do documento “Conceção do Projeto”, no seu último ano de ciclo de estudos o aluno iniciará o momento Desenvolvimento do Projeto, de uma forma contínua e progressiva, que consiste em:
2. Fase de avaliação intermédia – Desenvolvimento da estrutura, enquadramento, objetivos específicos e atividades desenvolvidas com vista à concretização do projeto, mediante acompanhamento e monitorização do Grupo orientador. Esta avaliação é feita de forma quantitativa e pode revestir-se de vários momentos.
3. A avaliação incidirá sobre as competências referidas, numa escala de 0 a 20.
4. O aluno não poderá obter classificação inferior a 10 em cada momento de avaliação intermédia, devendo caso se verifique ser remarcada uma nova avaliação antes da entrega do projeto final.
5. O Orientador deverá assegurar-se de que não existem erros científicos e/ou outros, podendo ter de recorrer a uma entidade da área para apoio especializado e científico. A não verificação e correção destes erros inviabiliza a entrega do Relatório Final e consequentemente a apresentação e defesa do projeto.
6. O documento sujeito a avaliação intermédia da PAP deve ser entregue através da plataforma Teams.
7. Entrega do Projeto Final – De acordo com o prazo definido o aluno deve entregar o projeto através da plataforma Teams:
  - a) O documento em formato digital, versão word.
  - b) O documento em formato digital, versão pdf, fielmente correspondente à versão word.

8. Época de avaliação especial: nos casos em que o aluno não consiga obter os objetivos determinados para a concretização da sua PAP, ao longo de todo o processo, terá de apresentar e defender em calendário a definir pela Direção Pedagógica

## **Artigo 10º: Instrumentos acompanhamento e monitorização do projeto**

1. O orientador é responsável pelo preenchimento, acompanhamento e divulgação da ficha de evolução quinzenal dos seus orientandos.

## **Artigo 11º: Defesa do projeto**

1. Este momento compreende a Apresentação, e a Defesa do projeto do aluno, que não poderá exceder os 30 minutos, e do qual o aluno é totalmente responsável devendo preparar-se e testar todas as condições para o sucesso deste momento.
2. O aluno deverá ser capaz de:
  - a) Evidenciar os saberes e competências-chave;
  - b) Fundamentar devidamente a escolha do projeto;
  - c) Incluir e evidenciar as realizações, incluindo todo o suporte documental, que conduziram à concretização do projeto;
  - d) Incluir uma análise crítica global da execução do projeto, considerando as principais dificuldades, obstáculos e as formas encontradas para os superar;
  - e) Enquadrar devidamente a componente teórica com a componente prática do seu projeto, com demonstração prática.
3. A Avaliação Final corresponderá à classificação expressa de 0 a 20 valores arredondada às unidades.
4. O recurso da classificação da PAP deve ser realizado até um máximo de dois dias após a sua publicação, através de um documento dirigido à Direção Pedagógica que sustente o recurso, devendo o mesmo ser sujeito a análise em reunião a realizar para o efeito por parte do Júri da respetiva PAP.

## Artigo 12º: Critérios de Avaliação

1. São critérios de avaliação final da PAP (Portaria 74-A/2013 de 15 de fevereiro):
  - a) Relatório da PAP – Fundamentação do Projeto, Correção da linguagem escrita, Transdisciplinaridade, Expressão de conhecimentos, Validade e qualidade do Projeto, Conclusões e Apreciação Crítica, com a ponderação de 15%;
  - b) Percurso do aluno ao longo da realização do projeto, tendo por base as avaliações intermédias incluindo a realização e aplicação prática do projeto, de acordo com os critérios específicos e tendo por base atitudes e hábitos de trabalho, tais como assiduidade, pontualidade e organização, sentido crítico, responsabilidade e autonomia, com a ponderação de 25%;
  - c) Realização do momento prático do projeto, de acordo com os critérios previamente estabelecidos, com a ponderação de 30%;
  - d) Apresentação e Defesa do Projeto, de acordo com o anexo respetivo com os pontos de correção da linguagem oral, clareza e objetividade na apresentação integração de saberes e capacidade de argumentação, com a ponderação de 30%;
  - e) A avaliação do critério d), a que se refere a alínea do nº1 é feita pelo júri da PAP, aquando da sua apresentação;
  - f) É obrigatório o aluno obter uma classificação mínima de 10 valores em cada critério específico e em cada momento de avaliação;
  - g) O aluno não poderá ter mais do que 40% de faltas às aulas calendarizadas para o desenvolvimento do projeto.
2. Não é aceite qualquer trabalho em que se verifique a existência de plágio.
3. Os momentos de avaliação contemplados em cada um dos modelos da PAP são sempre acompanhados de autoavaliação do aluno e comunicada ao encarregado de educação.

4. A autoavaliação do aluno é realizada através do preenchimento do ficheiro de monitorização.
5. A avaliação de cada um dos momentos da PAP é preenchida num documento excel, criado para o efeito.

### **Artigo 13º: Entrega dos documentos referentes à Avaliação Final**

1. Os documentos referentes à avaliação final devem ser entregues à Direção Pedagógica nos três dias úteis subsequentes às defesas do projeto.

## **Capítulo IV: Alunos**

### **Artigo 14º: Deveres dos Alunos**

2. Realizar as tarefas propostas e programadas e entregar a documentação exigida, respeitando os prazos definidos.
3. Respeitar os valores éticos e os critérios de cientificidade, nomeadamente no que se refere à indicação das fontes e à sua não usurpação.
4. Respeitar todos os elementos que intervêm no seu projeto.
5. Zelar pelos bens e equipamentos consignados à PAP.
6. Contribuir com propostas para a organização e planificação da PAP, no espírito da melhoria contínua.
7. Evidenciar a aquisição dos saberes e competências chave adquiridos ao longo da sua formação e estruturantes do seu futuro profissional.

## **Artigo 15º: Faltas**

1. As faltas aos momentos de avaliação da PAP apenas podem ser justificadas por falecimento de familiar direto, por doença, por acidente em serviço, por isolamento profilático e para cumprimento de obrigações legais por parte do aluno.
2. Compete ao Diretor de Turma proceder à justificação de faltas. Para o efeito, o aluno deverá entregar toda a documentação exigível, podendo a Direção Pedagógica requerer todos os comprovativos legais que necessitar.

## **Artigo 16º: Disposições Finais**

1. As situações omissas neste regulamento remetem para a lei em vigor e para o Regulamento Interno da EPC e serão tratadas pela Direção Pedagógica

## Anexos

### ANEXO A - Cronograma

O projeto do aluno deverá ser desenvolvido continuamente em conformidade com o cronograma, a definir no início do ano letivo, e os momentos de avaliação previstos.

| FASES DE DESENVOLVIMENTO DA PAP TMEB e TT                                                                                                                                                      | DATAS                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Nomeação dos Professores Orientadores pela Direção Pedagógica.                                                                                                                                 | Início do ano letivo                         |
| Entrega da propostas da PAP (preconceção) através da plataforma Teams ( <u>Anexo A</u> ).                                                                                                      | A definir – durante o 2º semestre do 11º ano |
| Aceitação da preconceção. (Para reformulação utilizar o documento do <u>Anexo B</u> )                                                                                                          | A definir – durante o 2º semestre do 11º ano |
| Entrega do 1.º momento de avaliação intermédia – versão em word e pdf ( <u>Anexo C</u> e <u>E</u> ).                                                                                           | A definir até ao final do mês de dezembro    |
| Entrega dos Projetos - versão em word e pdf e Autoavaliação através da plataforma Teams ( <u>Anexo D</u> e <u>E</u> ).                                                                         | Até à interrupção letiva da Páscoa           |
| Preparação da apresentação e defesa                                                                                                                                                            | Depois da interrupção letiva da Páscoa       |
| Nomeação do Júri de Avaliação.                                                                                                                                                                 | Depois da interrupção letiva da Páscoa       |
| Apresentação e Defesa Pública dos Projetos.                                                                                                                                                    | Depois da interrupção letiva da Páscoa       |
| Época de avaliação especial - nos casos em que o aluno não consiga obter os objetivos determinados para a concretização da sua PAP, ao longo de todo o processo. ( <u>Anexo D</u> e <u>E</u> ) | Calendário a definir pela Direção Pedagógica |

| FASES DE DESENVOLVIMENTO DA PAP TD                                                                                                                                              | DATAS                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Nomeação dos Professores Orientadores pela Direção Pedagógica.                                                                                                                  | Início do ano letivo                         |
| Entrega da propostas da PAP (preconceção) através da plataforma Teams (Anexo A).                                                                                                | A definir – durante o 2º semestre do 11º ano |
| Aceitação da preconceção. (Para reformulação utilizar o documento do Anexo B)                                                                                                   | A definir – durante o 2º semestre do 11º ano |
| Entrega do 1.º momento de avaliação intermédia) – versão em word e pdf (Anexo C e E).                                                                                           | A definir até ao final do mês de dezembro    |
| Entrega dos Projetos - versão em word e pdf e Autoavaliação através da plataforma Teams (Anexo D e E).                                                                          | Durante o mês de maio.                       |
| Preparação da apresentação e defesa                                                                                                                                             | Durante o mês de junho                       |
| Nomeação do Júri de Avaliação.                                                                                                                                                  | A definir – durante o 12º ano                |
| Apresentação e Defesa Pública dos Projetos.                                                                                                                                     | Até ao final do ano letivo                   |
| Época de avaliação especial - nos casos em que o aluno não consiga obter os objetivos determinados para a concretização da sua PAP, ao longo de todo o processo. (Anexo D e E). | Calendário a definir pela Direção Pedagógica |

## ANEXO B - Proposta de Projeto PAP (Preconceção)

### PROPOSTA DE PROJETO PAP (PRECONCEÇÃO)

ANO LETIVO \_\_\_\_/\_\_\_\_

Curso Profissional de

☐

Técnico de Desporto

☐

Técnico de Massagem Estética e Bem-Estar

ALUNO: \_\_\_\_\_ N.º  
\_\_\_\_\_

TEMA: \_\_\_\_\_

|                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EXPLICAÇÃO DO TEMA (Em que consiste a empresa/serviço/produto; o que vai ser colocado em prática e, em traços gerais, como)                                                                                 |
| PÚBLICO-ALVO (a quem se destina esta ideia, quem serão os consumidores/clientes)                                                                                                                            |
| PESQUISA PRÉVIA (Se existe algo semelhante e, caso exista, onde, quando e como está a ser posto em prática assim como as diferenças entre a empresa/produto já existente e este projeto)                    |
| OBJETIVOS GERAIS (o que me proponho atingir com esta empresa/serviço/produto):                                                                                                                              |
| JUSTIFICAÇÃO/RELEVÂNCIA DO TEMA: (Por que motivo faz sentido colocar esta ideia em prática? Que vantagens pode trazer ao consumidor/cliente? Basear este ponto em pesquisa bibliográfica. Ex: estatísticas) |

que de sustentem a relevância do tema, como taxas de incidência de doenças, obesidade infantil, nº de lesões, etc.)

LOCALIZAÇÃO E JUSTIFICAÇÃO DA MESMA (Onde fica e porquê)

PALAVRAS-CHAVE

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS E ELETRÓNICAS (NO MÍNIMO 2):

APROVADO

NÃO APROVADO

Lisboa, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O (A) Aluno(a)

\_\_\_\_\_

## ANEXO C - Proposta de Projeto PAP (Reformulação da Preconceção)

PROPOSTA DE PROJETO PAP (PRECONCEÇÃO)

ANO LETIVO \_\_\_\_/\_\_\_\_

Curso Profissional de

Técnico de Desporto

☐

Técnico de Massagem Estética e Bem-Estar

☐

ALUNO: \_\_\_\_\_ N.º  
\_\_\_\_\_

TEMA: \_\_\_\_\_

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EXPLICAÇÃO DO TEMA (Em que consiste a empresa/serviço/produto; o que vai ser colocado em prática e, em traços gerais, como)                                                                                                                                                                                                    |
| PÚBLICO-ALVO (a quem se destina esta ideia, quem serão os consumidores/clientes)                                                                                                                                                                                                                                               |
| PESQUISA PRÉVIA (Se existe algo semelhante e, caso exista, onde, quando e como está a ser posto em prática assim como as diferenças entre a empresa/produto já existente e este projeto)                                                                                                                                       |
| OBJETIVOS GERAIS (o que me proponho atingir com esta empresa/serviço/produto):                                                                                                                                                                                                                                                 |
| JUSTIFICAÇÃO/RELEVÂNCIA DO TEMA: (Por que motivo faz sentido colocar esta ideia em prática? Que vantagens pode trazer ao consumidor/cliente? Basear este ponto em pesquisa bibliográfica. Ex: estatísticas que de sustentem a relevância do tema, como taxas de incidência de doenças, obesidade infantil, nº de lesões, etc.) |
| LOCALIZAÇÃO E JUSTIFICAÇÃO DA MESMA (Onde fica e porquê)                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| PALAVRAS-CHAVE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS E ELETRÓNICAS (NO MÍNIMO 2):                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|          |              |
|----------|--------------|
|          |              |
| APROVADO | NÃO APROVADO |

Lisboa, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O (A) Aluno(a)

\_\_\_\_\_

## ANEXO D - Estrutura dos Relatórios do Projeto (Suporte Escrito)

| RELATÓRIO DO 1º MOMENTO – Máximo 20 páginas (exceto anexos) |                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAPA                                                        |                                                                                                                                         |
| PRÉ-EVENTO                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ideia</li> <li>- Planeamento</li> <li>- Fundamentação teórica da componente prática</li> </ul> |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS E ELETRÓNICAS                    |                                                                                                                                         |
| ANEXOS                                                      |                                                                                                                                         |

| RELATÓRIO FINAL – 2º MOMENTO – Máximo 35 páginas (exceto anexos) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CAPA                                                             | - Logotipo da escola, ano letivo, curso, título, logotipo do projeto; nome do aluno e orientador, local e data.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Página em branco                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| DEDICATÓRIA                                                      | - Pequeno texto de agradecimento a todos os que estiveram envolvidos ou foram elementos facilitadores da execução do projeto.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Página em branco                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| RESUMO                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação sumária do projeto;</li> <li>- Objetivo geral do projeto; apresentação sumária do enquadramento teórico (breve referência aos títulos da PAP);</li> <li>- Apresentação sumária do enquadramento prático;</li> <li>- Opções tomadas para a parte prática;</li> <li>- Palavras-chave que representem bem o texto, abrangendo as diferentes áreas relacionadas com a pesquisa</li> </ul> |
| Página em branco                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ÍNDICE                                                           | - Com os conteúdos numerados, paginados e coerentes com a estrutura definida (todos os pontos que sejam numerados deverão constar da mesma forma no índice).                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| ÍNDICE DE FIGURAS                                                | (gráficos, fotografias e ilustrações) – se aplicável<br>- O índice deve ser automático                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| PRÉ-EVENTO                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ideia</li> <li>- Planeamento</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| EVENTO                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparação</li> <li>- Execução</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| PÓS- EVENTO                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliação do evento</li> <li>- Comparação com o planeado</li> <li>- Análise de desvios</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| CONCLUSÃO                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentação sumária do projeto;</li> <li>- Cumprimentos dos objetivos, aplicação de conhecimentos adquiridos ao longo do curso</li> <li>- Importância do trabalho; novas aprendizagens;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                |

| RELATÓRIO FINAL – 2º MOMENTO – Máximo 35 páginas (exceto anexos) |                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>- Dificuldades, problemas, obstáculos e soluções encontradas;</li><li>- Reflexão pessoal.</li></ul>                                                                                |
| REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS E ELETRÔNICAS                         | Seguir as normas dadas para as referências bibliográficas                                                                                                                                                                |
| ANEXOS                                                           | <ul style="list-style-type: none"><li>- Devidamente ordenados, numerados, identificados e referenciados no texto;</li><li>- Deverá incluir links para vídeos e fotos da concretização do projeto (ou de parte)</li></ul> |

## ANEXO E - Parecer sobre o Projeto Final da PAP

### PARECER SOBRE RELATÓRIO FINAL DA PAP

Curso Profissional:

Aluno:

Tema:

Professor Orientador:

Nos termos do Regulamento de Avaliação da Prova de Aptidão Profissional da EPC, somos a comunicar à Direção Pedagógica que o Projeto Final da PAP do aluno suprarreferido reúne condições para a sua apresentação pública.

Lisboa, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O Grupo orientador da Prova de Aptidão Profissional

---

---

---

## Anexo F - Instrumentos acompanhamento e monitorização do projeto

|                |                             |                                              |                       |  |
|----------------|-----------------------------|----------------------------------------------|-----------------------|--|
| Aluno          |                             |                                              | Nº                    |  |
| Projeto        |                             |                                              |                       |  |
| Turma          |                             |                                              |                       |  |
| Ano Letivo     |                             |                                              |                       |  |
| Balanço mensal |                             |                                              |                       |  |
| Período        | Tarefas /trabalho agendadas | Autoavaliação do trabalho/tarefas realizadas | Parecer do orientador |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |
|                |                             |                                              |                       |  |

## Anexo G - Documento de apoio - PAP

**Resumo** – pretende-se, em poucas palavras e em traços muito gerais, apresentar o trabalho:

- Apresentar o tema e o objetivo principal do projeto.
- Descrever brevemente a metodologia utilizada.
- Apresentar as principais atividades desenvolvidas.
- Apresentar as principais conclusões.
- Incluir de 3 a 5 palavras-chave representativas.

**Introdução** – deve conter a informação essencial à compreensão do trabalho e tem como objetivo contextualizar o leitor preparando-o para o desenvolvimento do tema. Deve ser clara e breve:

- Apresentar e contextualizar o tema do projeto.
- Definir os objetivos específicos do projeto.
- Apresentar a estrutura do relatório.

**Conclusão** – nesta parte apresenta-se uma síntese completa, clara e objetiva:

- Verificar os objetivos e indicar se foram atingidos.
- Descrever dificuldades enfrentadas e como foram superadas.
- Incluir uma reflexão pessoal sobre o processo de desenvolvimento.

## Resumo das Normas APA – 7ª Edição

### 1. Princípios Gerais

- Citações no texto devem corresponder às referências bibliográficas no final.
- É proibido plágio: referenciar sempre as fontes (Plágio é Crime).

### 2. Tipos de Citação

- Citação Direta: utilização de aspas.
- Citação Indireta: reescrita com palavras próprias.
- Citação de Citação: usar "como citado em" quando não se tem acesso à fonte original.

#### 2.1. Exemplos - Tipos de Citação

- Citação Direta: "A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo" (Mandela, 1994, p. 45).
- Citação Indireta: Segundo Mandela (1994), a educação tem papel fundamental na transformação social.
- Citação de Citação: "A educação transforma" (Freire, 1987, como citado em Silva, 2020).

### 3. Referências Bibliográficas

- Formato: Apelido, Inicial do Nome. (Ano). Título em itálico. Editora. DOI ou URL.
- Ordenação alfabética pelo apelido do autor.
- Obras do mesmo autor e ano: usar letras (2020a, 2020b).
- Dois autores: Apelido, Inicial do Nome. &Apelido, Inicial do Nome.
- Três ou mais autores: Apelido, Inicial do Nome. *et al.*

#### 3.1. Exemplos - Referências Bibliográficas

- Livro: Silva, J. M. (2020). *Educação e cidadania*. Editora Académica.
- Artigo científico: Costa, L. F. (2019). *A inclusão escolar no Brasil*. Revista Educação, 45(2), 123-135. <https://doi.org/10.1234/rev.ed.2019.4567>
- Website: Organização Mundial da Saúde. (2022, março 10). *Saúde mental em tempos de pandemia*. <https://www.who.int/mental-health-pandemia>

- Vídeo YouTube: Canal Educação. (2021, junho 5). *Como estudar para o ENEM* [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=abc123xyz>
- Imagem: Oliveira, M. (2020). *Mapa da educação no Brasil* [Infográfico]. Instituto Nacional de Estudos. <https://www.inep.gov.br/mapa-educacao>
- Legislação Portuguesa: Decreto-lei nº 238/98 do Ministério da Educação. (1998). Diário da República: I Série A, nº 176/98. <https://dre.pt/decreto-lei-238-98>

#### 4. Tipos de Documentos

- Livros/Ebooks: incluir edição, DOI ou URL.
- Capítulos de livros: indicar editores e páginas.
- Dissertações/Teses: especificar tipo, instituição, base de dados.
- Artigos científicos: incluir volume, número, páginas, DOI.
- Conferências/Simpósios: indicar tipo de apresentação, local, data.
- Websites/Blogs: incluir data de publicação e URL.
- Audiovisual (YouTube, imagens, mapas): indicar tipo de formato entre aspas.

#### 5. Figuras e Tabelas

- Incluir atribuição de direitos autorais.

#### 6. Abreviaturas Comuns

- ed. = edição
- s.d. = sem data
- pp. = páginas
- para. = parágrafo
- Vol. = volume
- Trad. = tradutor
- Coord. = coordenador

#### 7. Recurso de Apoio

[https://www.pbs.up.pt/wp-content/uploads/2025/02/norma\\_apa\\_cdi.pdf](https://www.pbs.up.pt/wp-content/uploads/2025/02/norma_apa_cdi.pdf)

## Normas para o Relatório Escrito da PAP

### Formato Digital

- O relatório deve ser entregue em **formato Word e PDF**, sendo o PDF fiel à versão Word.
- Deve ser escrito na **terceira pessoa** e manter **consistência** de estilo ao longo do documento.

### Fonte e Tamanho

- Utilizar **Arial 12** para o texto normal.
- Títulos seguem tamanhos específicos:
  - Título 1: 16 pt, maiúsculas, negrito
  - Título 2: 14 pt, minúsculas, negrito

### Margens e Cabeçalho/Rodapé

- Margens “Normais” no separador esquema.
- Cabeçalho fornecido pela escola (1,6 cm de altura e 11 cm de largura, à esquerda).
- Rodapé com **nome próprio e apelido** (tamanho 8) e **paginação**.

### Espaçamento

- **1,5 entre linhas** para o texto normal.
- **Simplex** para índices, legendas de tabelas e de figuras, tabelas e referências bibliográficas e webgráficas.
- Parágrafos devem ser **tabulados** e espaçados com **6 pt** após cada um.

### Paginação

- Páginas **anteriores à introdução** (como índice) numeradas com **algarismos romanos minúsculos** (i, ii, iii...).
- Páginas **a partir da introdução até às referências** são numeradas com **números inteiros**.

- Cada capítulo deve começar numa nova página, usando a opção de quebra de página.

### **Tabelas, Figuras, Gráficos e Anexos**

- Devem respeitar as margens do texto.
- Numeradas e referenciadas no texto antes da sua inclusão.
- Legendas devem ser claras e informativas, permitindo compreensão independente do texto.

### **Nota importante:**

No Relatório Final, o aluno deverá identificar:

- d) as ferramentas utilizadas;
- d) a finalidade da sua utilização;
- d) as instruções formuladas à IA;
- d) de que forma os resultados gerados pela IA foram aproveitados ou adaptados no trabalho.

Aprovado em Conselho Pedagógico: 16 de julho de 2026

A Direção:

