

Ficha da Ação

Título Educação de Qualidade e Psicologia Positiva

Área de Formação B - Prática pedagógica e didática na docência

Modalidade Curso de Formação

Regime de Frequência e-learning

Duração

Horas presenciais: 25

Nº de horas acreditadas: 25

Cód. Área Descrição

Cód. Dest. 17 **Descrição** Educadores de Infância e Professores dos Ensinos Básico e Secundário

DCP **Descrição**

Reg. de acreditação (ant.) CCPFC/ACC-135887/25

Formadores

Formadores com certificado de registo

B.I. 5350672 **Nome** MARIA ANTÓNIA DOLORES AFONSO BRANDÃO **Reg. Acr.** CCPFC/RFO-03851/97

Componentes do programa Todas **Nº de horas** 25

Formadores sem certificado de registo

Estrutura da Ação

Razões justificativas da ação e a sua inserção no plano de atividades da entidade proponente

A implementação deste curso é justificada por várias razões. Primeiramente, o 4º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS 4) destaca a necessidade de garantir uma educação inclusiva, equitativa e de qualidade para todos, o que é fundamental para o desenvolvimento social e económico das comunidades. Capacitar os docentes para a promoção de práticas que respeitem e valorizem a diversidade contribuirá para a formação de cidadãos mais conscientes e preparados para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo.

Além disso, a Psicologia Positiva oferece uma abordagem inovadora para a educação, focando-se no fortalecimento das competências socioemocionais e no bem-estar. Um ambiente escolar positivo, que valoriza as relações interpessoais e as expectativas elevadas, pode ter um impacto significativo no desempenho académico e na motivação dos estudantes.

Assim, ao dotar os docentes de estratégias práticas para cultivar um ambiente de aprendizagem acolhedor e motivador, o curso promove não apenas o sucesso académico, mas também o desenvolvimento integral dos alunos.

Finalmente, a necessidade de adaptação às novas exigências educacionais e sociais, especialmente em tempos de mudanças rápidas e incertezas, torna essencial que os professores tenham acesso a ferramentas e conhecimentos atualizados. Este curso proporciona uma oportunidade para reflexão, troca de experiências e aplicação de práticas fundamentadas, preparando os professores para serem agentes de mudança nas suas escolas.

Objetivos a atingir

- Promover a consciencialização sobre a importância do 4º ODS- Educação de Qualidade.
- Compreender como as expectativas de professores e alunos afetam o desenvolvimento das aulas.
- Explorar estratégias para criar uma primeira impressão positiva e um ambiente de aprendizagem acolhedor e motivador desde o início da aula.
- Conhecer os fundamentos básicos da Psicologia Positiva: foco nas forças de carácter; bem estar e felicidade.
- Aplicar a Psicologia Positiva no contexto escolar.
- Examinar diferentes estratégias para o início do ano letivo, de uma aula, ou de uma sequência didática, utilizando recursos digitais e não digitais.
- Desenhar atividades de motivação e quebra-gelo, selecionando e explorando recursos (textos, vídeos, imagens ou áudio) adequados a diferentes aprendizagens essenciais.

Conteúdos da ação

1. O 4º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável: Educação de Qualidade.
2. A importância da 1ª impressão nas relações interpessoais e pedagógicas (Efeito de primazia de Asch).
3. O Efeito Pigmalão ou Rosenthal.
4. Fundamentos da Psicologia Positiva.
5. Aplicação da Psicologia Positiva no contexto escolar.
6. Começar um ano, aula ou sequência didática: estratégias e exemplos com recurso a ferramentas digitais e não digitais.

Metodologias de realização da ação

O ação será operacionalizada em sessões síncronas e assíncronas. Durante as sessões utilizar-se-á o método expositivo, interrogativo e ativo, interligando conteúdos teóricos e atividades práticas, com a criação de grupos de trabalho e produção

de materiais partilhados e a licenciar mediante licenças creative commons.

A metodologia visa proporcionar uma experiência de aprendizagem rica e diversificada. Durante as sessões síncronas, os participantes terão a oportunidade de se envolver em discussões interativas e também de receber informação teórica. Os formandos trabalharão em pequenos grupos, sendo incentivada a colaboração para desenvolver iniciativas concretas que integrem os princípios da Psicologia Positiva e promovam a Educação de Qualidade, havendo espaço para a troca de ideias e experiências.

Serão contemplados momentos de reflexão crítica com a criação e manutenção de um diário de aprendizagem promovendo uma autoavaliação contínua.

A utilização de recursos digitais, como fóruns de discussão, enriquecerá a experiência assíncrona do curso, oferecendo flexibilidade e diversidade.

Regime de avaliação dos formandos

- Obrigatoriedade de frequência de 2/3 das horas presenciais.

- A avaliação dos formandos será contínua e participada por todos os intervenientes e assentará na participação nas dinâmicas das sessões presenciais/online, bem como na elaboração de um trabalho individual/documento final de reflexão crítica individual sobre a experiência pessoal derivada da participação na Ação e implicações na prática letiva, de acordo com os critérios previamente estabelecidos ao nível do Centro de Formação, com a legislação em vigor e com as orientações do Conselho Científico-Pedagógico da Formação Contínua;

- A avaliação dos formandos é quantitativa e expressa numa escala de 1 a 10, com a correspondente menção qualitativa, conforme referencial constante da legislação em vigor e que a seguir se explicita:

Excelente — de 9 a 10 valores;

Muito Bom — de 8 a 8,9 valores;

Bom — de 6,5 a 7,9 valores;

Regular — de 5 a 6,4 valores;

Insuficiente — de 1 a 4,9 valores.

Fundamentação da adequação dos formadores propostos

Bibliografia fundamental

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. Free Press.

Garrido, Margarida & Garcia-Marques, Leonel & Jerónimo, Rita & Ferreira, Mário. (2013). *Formação de impressões e representações cognitivas de pessoas*.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press.

Asch, S. E. (1946).

Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). *Pygmalion in the Classroom: Teacher Expectation and Pupils' Intellectual Development*. Holt, Rinehart and Winston. <https://unric.org/pt/objetivos-de-desenvolvimento-sustentavel/>

Formação a Distância

Demonstração das vantagens para os/as formandos/as no recurso ao regime de formação a distância

A formação será suportada por ferramentas digitais com as quais os formandos tiveram múltiplas oportunidades de se familiarizarem no contexto vivido recentemente, consolidando as suas competências nessa matéria.

Este desenho do curso, pela sua flexibilidade e versatilidade, permite um ajustamento do tempo do e-formando, que não necessita de se deslocar, mas apenas de um dispositivo com acesso à internet.

Por outro lado, prevê-se que a formação virá a ser integrada por equipas de formandos oriundos de mais do que uma Escola (o que poderá ser, em si mesmo, uma mais-valia, permitindo um enriquecimento da partilha), sendo o encontro online manifestamente mais fácil de gerir por parte destes do que o encontro físico regular numa qualquer das Escolas.

Distribuição de horas **Nº de horas online síncrono** 18 **Nº de horas online assíncrono** 7

Demonstração da existência de uma equipa técnico-pedagógica que assegure o manuseamento das ferramentas e procedimentos do formação a distância

O CFAE dispõe de equipa técnico-pedagógica com capacidade para assegurar o manuseamento das ferramentas e procedimentos de formação a distância. Por sua vez, o Formador também possui as competências necessárias para fazer uso dessas ferramentas e procedimentos, por forma a explorar as suas potencialidades, no sentido de facultar experiências formativas pedagogicamente significativas e enriquecedoras a todos os Formandos.

Demonstração da implementação de um Sistema de Gestão da Aprendizagem / Learning Management System adequado

Encontra-se implementado, ao nível do CFAE, um Sistema de Gestão da Aprendizagem - Learning Management System (LMS), designadamente uma plataforma Moodle, numa versão atualizada, inteiramente adequada ao desenvolvimento da formação à distância, que permite a aplicação de metodologias diversificadas de suporte, incluindo sistemas de comunicação síncronos e assíncronos.

Demonstração da avaliação presencial (permitida a avaliação em videoconferência)

Em termos de avaliação contínua, será acompanhada a participação ativa de cada um dos formandos ao longo das sessões, sendo apreciada a qualidade das respetivas intervenções. Haverá lugar a partilhas/ apresentações individuais ou em pequeno grupo relativamente às temáticas abordadas na formação.

Em termos de avaliação final, cada formando elaborará um trabalho/reflexão final individual, espelhando a experiência formativa vivenciada.

Demonstração da distribuição da carga horária pelas diversas tarefas

1. O 4º Objetivo de Desenvolvimento Sustentável: Educação de Qualidade. 2 horas síncronas + 1 hora assíncrona
2. A importância da 1ª impressão nas relações interpessoais e pedagógicas (Efeito de primazia de Asch). 2 horas síncronas + 1 hora assíncrona
3. O Efeito Pigmalão ou Rosenthal. 2 horas síncronas + 1 hora assíncrona.
4. Fundamentos da Psicologia Positiva. 4 horas síncronas + 2 h assíncronas
5. Aplicação da Psicologia Positiva no contexto escolar. 4 horas síncronas + 1 hora assíncrona
6. Começar uma aula: estratégias e exemplos com recurso a ferramentas digitais e não digitais. 2 horas síncronas + 1 hora assíncrona
7. Avaliação. 2 horas síncronas

Rácio de formadores/as por formandos/as 1

Processo

Data de receção 17-11-2025 **Nº processo** 138154 **Registo de acreditação** CCPFC/ACC-137670/25
Data do despacho 20-11-2025 **Nº ofício** 8111 **Data de validade** 30-06-2028
Estado do Processo C/ Despacho - Acreditado