



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, IP  
DELEGAÇÃO REGIONAL DE LISBOA E VALE DO TEJO  
CENTRO DE EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE LISBOA  
SERVIÇO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE LISBOA

PORTEFÓLIO REFLEXIVO DE APRENDIZAGENS (PRA)

AÇÃO:	NST-PROG21
MÓDULO:	7846- Informática - noções básicas
FORMADOR/A:	Diogo Rodrigues
MEDIADOR/A:	Inês Santos

FORMANDO/A:	Graci Cristina Delzyanski Ribeiro
DATA:	17/01/25

RESULTADOS ESPERADOS NO FINAL DAS APRENDIZAGENS (REFERENCIAL DE FORMAÇÃO)

- microinformática - evolução histórica
- Principais fenómenos informáticos na história da utilização
- Hardware - introdução básica
- Software - identificação e caracterização
- Técnicas de processamento de folhas de cálculo
- Técnicas de criação e representação de dispositivos
- Fundamentos de armazenamento de dados
- Utilização da internet
- Utilização de correio eletrónico
- Impressoras - manuseamento
- Tipos de impressoras

CONHECIMENTOS/COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS(REFERENCIAL DE FORMAÇÃO)

- Fórmulas do Excel
- Aplicação de tabelas em dados de texto
- Formulários do gmail
- Formatação de escrita do gmail
- Word
- Currículo



## REFLEXÃO

### Aspetos positivos do módulo

- Aprendizagem a fundo do Excel e Excel, principalmente algumas fórmulas.
- formulações de e-mail

### Aspetos negativos do módulo

nada a declarar

### Atividades desenvolvidas

- Criação e formatação de tabelas, com e sem fórmulas
- Criação de texto e formatação do Word.
- criação de currículo
- formatação e criação de formulários no gmail

### Dificuldades sentidas e formas de as ultrapassar

nenhuma

### Aspetos práticos do módulo aplicados hoje e futuramente

- formatação de tabelas no excel
- utilização do gmail

### Pertinência na escolha de testes, trabalhos ou outros materiais a colocar no Portefólio

Bem aplicados e colocados adequadamente organizados.





INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, IP  
DELEGAÇÃO REGIONAL DE LISBOA E VALE DO TEJO  
CENTRO DE EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE LISBOA  
SERVIÇO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE LISBOA

Considerações finais sobre o módulo

Relembrar algumas funções do Word e Excel, e avançando para mais funções, tendo mais conhecimento, usando bem o aplicado.

Resultado final

Validado/a ☒

Não validado/a ☐

Classificação: \_\_\_\_\_

Observações:

Boa formação teórica e prática  
na aplicação do conteúdo

Assinatura do formador

22/7/2025

Data

Assinatura do formando

17/01/2025

Data

Assinatura da Mediadora

24/01/2025

Data