



AUTOAVALIAÇÃO DO FORMANDO | FORMAÇÃO EM CONTEXTO DE TRABALHO

IDENTIFICAÇÃO DO FORMANDO E DA FORMAÇÃO

Nome do Formando

Centro de Emprego e Formação Profissional

Saída Profissional

Identificação da Ação de Formação

Modalidade de Formação

ENTIDADE ENQUADRADORA

Designação

Nome do Tutor

PERÍODO DE FORMAÇÃO EM CONTEXTO DE TRABALHO

Período

de

a

Duração

horas

Pretende-se com o preenchimento desta Ficha que reflita e aprecie a forma e as condições em que realizou a sua FCT, sendo um momento destinado à identificação dos aspetos positivos e negativos, mas também à apresentação de sugestões.

Leia com atenção cada uma das afirmações e assinale a sua resposta, de acordo com a seguinte escala:

1 – Nunca; 2 – Raramente; 3 – Algumas vezes; 4 – Quase sempre; 5 – Sempre.

Domínios	Parâmetros de Avaliação	1	2	3	4	5
Técnicas e Profissionais	Conhecimentos e competências profissionais demonstrados Apliquei os meus conhecimentos teóricos e práticos na execução das atividades previstas no Plano Individual de Atividades.	☐	☐	☐	☐	☐
	Qualidade e organização do trabalho Organizei o trabalho que me foi solicitado, identifiquei prioridades e realizei-o com recurso a métodos adequados, não descurando os requisitos de qualidade.	☐	☐	☐	☐	☐
	Ritmo de trabalho/destreza Executei as atividades no tempo previsto e evidenciei conhecimentos das técnicas e dos equipamentos aplicados à realização do trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐
	Autonomia, iniciativa e criatividade Realizei as atividades de forma autónoma e tomei a iniciativa de apresentar propostas para a resolução dos problemas que surgiram.	☐	☐	☐	☐	☐
	Aplicação das regras de higiene e segurança Respeitei as condições de realização das diferentes atividades ao aplicar as normas de segurança e higiene e ao evitar acidentes que colocassem em risco a minha segurança e/ou a dos outros.	☐	☐	☐	☐	☐



Domínios	Parâmetros de Avaliação	1	2	3	4	5
Relacional	Trabalho de equipa e relacionamento interpessoal					
	Estabeleci uma boa relação e tive facilidade na integração e na execução do trabalho em colaboração com a equipa.	☐	☐	☐	☐	☐
Comportamental	Sentido de responsabilidade					
	Empenhei-me na execução das atividades propostas, cumprindo as orientações e os tempos acordados e evidenciando um comportamento responsável.	☐	☐	☐	☐	☐
	Participação e adaptação profissional					
	Demonstrei interesse, colaborei ativamente nas atividades planeadas e tive facilidade de adequação a novas tarefas propostas e ao ambiente de trabalho.	☐	☐	☐	☐	☐
	Apresentação pessoal					
	Demonstrei ter comportamento adequado no contexto de trabalho e uma apresentação cuidada.	☐	☐	☐	☐	☐
	Pontualidade e assiduidade					
	Cumpri as regras de pontualidade e assiduidade estabelecidas.	☐	☐	☐	☐	☐

Faça um comentário que reflita o seu desempenho durante a formação em contexto de trabalho, identificando pontos fortes e fracos e apresentando sugestões que, do seu ponto de vista, podem contribuir para a melhoria da organização e do funcionamento desta formação.

Pontos Fortes

Pontos Fracos

Sugestões



O seu Plano Individual de Atividades foi cumprido integralmente?

☐ Sim

☐ Não

Se respondeu **Não**, justifique:

Data:

[Assinatura do/a Formando/a]