

Relatório de Estágio de Educação Física Realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Wilson João Teixeira Nóbrega

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade

www.uma.pt

outubro | 2023

**Relatório de Estágio de Educação Física
Realizado na Escola Básica e Secundária
Dr. Ângelo Augusto da Silva**

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Wilson João Teixeira Nóbrega

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

ORIENTAÇÃO

José Ricardo Velosa Barreto Ferreira Alves

Agradecimentos

A concretização de mais uma etapa formativa só foi exequível devido ao trabalho desenvolvido com muito rigor, paixão, entusiasmo e devido ao contributo de várias pessoas e instituições de ensino, às quais gostaria de manifestar uma palavra de profundo agradecimento e reconhecimento.

À Universidade da Madeira, na pessoa do Professor Doutor Hélder Lopes, por todos os conhecimentos e valores transmitidos ao longo destes últimos dois anos, que seguramente me tornaram mais capaz e mais bem preparado para encarar os desafios futuros e desempenhar a profissão docente.

A todos os professores que, ao longo deste meu percurso académico, partilharam todos os seus conhecimentos, tendo uma contribuição direta no enriquecimento das minhas aprendizagens.

Ao Orientador Científico, Prof. Doutor Ricardo Alves pelo incentivo e orientação demonstrada, bem como todos os momentos de partilha de conhecimentos e experiências, profundas reflexões e desafios propostos, que me fizeram sair da zona de conforto e ir mais além, tendo assim contribuído para o meu desenvolvimento pessoal e profissional.

Ao meu Orientador Cooperante, Mestre Adérito Nóbrega, por toda a paciência e disponibilidade demonstrada ao longo do ano letivo. Levou-me constantemente a refletir acerca das decisões tomadas, concedeu-me vários conselhos e transmitiu-me confiança e segurança no momento de lecionar.

À Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva e toda a comunidade educativa por me terem recebido de forma tão positiva e ter tido a possibilidade de integrar o contexto educativo, adquirindo assim uma panóplia de experiências enriquecedoras inerentes à prática docente.

A todos os professores do Grupo Disciplinar de Educação Física da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva pela forma como me receberam, pela boa dinâmica coletiva de trabalho demonstrada e pelos momentos de aprendizagem e amizade.

A todos os alunos das turmas do 5.º e do 9.º com quem tive a oportunidade de trabalhar. Indubitavelmente, ajudaram-me a crescer e a tornar-me num melhor profissional na área da Educação Física. Acredito ter contribuído para o desenvolvimento pessoal e social destes, tornando-os melhores cidadãos, indivíduos mais ativos e responsáveis.

Ao meu colega do núcleo de estágio Francisco Gouveia, que constituiu um dos pilares importantes neste meu percurso. Obrigado pelo companheirismo, amizade e confiança demonstrada em todos os momentos desta nossa etapa formativa. Uma palavra de enorme apreço e agradecimento pelo apoio e dedicação total para que, em conjunto, tenhamos superado com sucesso todos os desafios a que nos propusemos.

À minha namorada, pelo incentivo, compreensão, presença e apoio incondicional. Obrigado por seres o meu suporte, estares a meu lado em todas as etapas da minha vida e fazeres de mim uma pessoa feliz.

À minha família, sobretudo, aos meus pais e às minhas irmãs por todo o incentivo e apoio incondicional. São imprescindíveis na minha vida e tiveram um papel fundamental para poder concluir mais uma importante etapa. Obrigado por me terem dado uma boa educação e me proporcionarem as melhores condições para que o meu futuro seja recheado de muitos êxitos.

A todos os meus colegas de curso que, direta ou indiretamente contribuíram para o meu crescimento pessoal e profissional.

A todos vós, o meu sincero Obrigado!

Resumo

Ao longo deste relatório encontra-se toda a estrutura do trabalho desenvolvido no Estágio Pedagógico que ocorreu na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, no ano letivo 2022/2023, no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Inicialmente realizou-se um enquadramento do Estágio Pedagógico, no qual foram apresentadas as expectativas estabelecidas, bem como os objetivos pretendidos. Seguidamente procedeu-se à caracterização do contexto escolar e apresentação da prática letiva, que envolveu a gestão e a orientação didática a uma turma de 9.º ano de escolaridade. Realizou-se a gestão do processo de Ensino-Aprendizagem no 2.º ciclo e apresentaram-se as atividades de integração no meio, nas quais compreenderam a caracterização da turma e a ação de extensão curricular. Foram realizadas as atividades de intervenção na comunidade escolar, através da dinamização de atividades enriquecedoras e promotoras de uma participação ativa de toda a comunidade escolar, bem como as ações de natureza científico-pedagógica que visaram (1) apresentar as particularidades e potencialidades da modalidade do basebol, no contexto escolar, e (2) auxiliar os docentes a colmatarem algumas das suas necessidades relativamente às estratégias pedagógicas a adotar com os alunos dispensados das aulas de Educação Física. Assim, ao longo deste documento, encontra-se uma descrição, análise e profunda reflexão crítica e reflexiva, evidenciando-se de forma fundamentada, as tomadas de decisão do ponto de vista da prática letiva, da intervenção pedagógica e demais áreas de atuação, com base na literatura de referência em cada uma das áreas de intervenção educativa.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Prática Letiva, Intervenção Pedagógica.

Abstract

Throughout this report you will find the entire structure of the work developed in the Pedagogical Internship that took place at Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, in the academic year 2022/2023, within the scope of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary. Initially, a framework for the Pedagogical Internship was carried out, in which the established expectations were presented, as well as the intended objectives. After that, the school context was characterized and the teaching practice was presented, which involved management and didactic guidance for a 9th grade class. The Teaching-Learning process was managed in the 2nd cycle and the integration activities were presented in the environment, in which the characterization of the class and the curricular extension action were understood. Intervention activities were carried out in the school community, through the promotion of enriching activities and promoting active participation of the entire school community, as well as actions of a scientific-pedagogical nature that aimed to (1) present the particularities and potentialities of the modality of baseball, in the school context, and (2) help teachers to meet some of their needs regarding pedagogical strategies to adopt with students exempt from Physical Education classes. Thus, throughout this document, there is a description, analysis and deep critical reflection, highlighting in a well-founded way, decision-making from the point of view of teaching practice, pedagogical intervention and other areas of action, with based on reference literature in each of the areas of educational intervention.

Keywords: Pedagogical Internship, Physical Education, Teaching Practice, Pedagogical Intervention.

Résumé

Tout au long de ce rapport, vous trouverez toute la structure du travail développé dans le stage pédagogique qui a eu lieu à Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, au cours de l'année académique 2022/2023, dans le cadre du Master en Enseignement Physique, Enseignement de base et secondaire. Dans un premier temps, un cadre pour le stage pédagogique a été réalisé, dans lequel les attentes établies ont été présentées, ainsi que les objectifs visés. Ensuite, le contexte scolaire a été caractérisé et la pratique pédagogique a été présentée, qui impliquait la gestion et l'accompagnement didactique d'une classe de 9ème. Le processus d'enseignement-apprentissage a été géré au 2ème cycle et les activités d'intégration ont été présentées dans un environnement dans lequel la caractérisation de la classe et l'action d'extension curriculaire ont été comprises. Des activités d'intervention ont été réalisées dans la communauté scolaire, à travers la promotion d'activités enrichissantes et favorisant la participation active de l'ensemble de la communauté scolaire, ainsi que des actions de nature scientifique et pédagogique visant à (1) présenter les particularités et les potentialités de la modalité du baseball, en contexte scolaire, et (2) aider les enseignants à répondre à certains de leurs besoins en matière de stratégies pédagogiques à adopter auprès des élèves dispensés des cours d'éducation physique. Ainsi, tout au long de ce document, il y a une description, une analyse et une profonde réflexion critique et réflexive, mettant en évidence de manière fondée, la prise de décision du point de vue de la pratique pédagogique, de l'intervention pédagogique et d'autres domaines d'activité, avec en fonction littérature de référence dans chacun des domaines d'intervention éducative.

Mots-clés: Stage pédagogique, Éducation physique, Pratique pédagogique, Intervention pédagogique.

Resumen

A lo largo de este informe encontrará toda la estructura del trabajo desarrollado en la Práctica Pedagógica que tuvo lugar en la Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, en el año académico 2022/2023, en el ámbito de la Maestría en Enseñanza de Educación Física en Educación Básica y Secundaria. Inicialmente se realizó un marco para la Práctica Pedagógica, en el cual se presentaron las expectativas establecidas, así como los objetivos previstos. A continuación, se caracterizó el contexto escolar y se presentó la práctica docente, que involucró gestión y orientación didáctica para una clase de noveno grado. Se gestionó el proceso de Enseñanza-Aprendizaje en el 2do ciclo y se presentaron las actividades de integración en el ambiente, en el que se entendió la caracterización de la clase y la acción de extensión curricular. Se realizaron actividades de intervención en la comunidad escolar, a través de la promoción de actividades enriquecedoras y promoviendo la participación activa de toda la comunidad escolar, así como acciones de carácter científico-pedagógico que tuvieron como objetivo (1) presentar las particularidades y potencialidades de la modalidad del béisbol, en el contexto escolar, y (2) ayudar a los docentes a satisfacer algunas de sus necesidades en cuanto a estrategias pedagógicas a adoptar con los estudiantes exentos de las clases de Educación Física. Así, a lo largo de este documento, se realiza una descripción, análisis y profunda reflexión crítica y reflexiva, destacando de manera fundamentada, la toma de decisiones desde el punto de vista de la práctica docente, la intervención pedagógica y otros ámbitos de actividad, con base en literatura de referencia en cada uno de los ámbitos de intervención educativa.

Palabras clave: Práctica Pedagógica, Educación Física, Práctica Docente, Intervención Pedagógica.

Índice

1. Introdução.....	14
2. Enquadramento do Estágio Pedagógico.....	15
2.1. Expetativas sobre o Estágio Pedagógico.....	17
2.2. Objetivos do Estágio Pedagógico	18
2.3. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas	19
3. Caraterização da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva.....	22
3.1. Breve Resenha Histórica.....	23
3.2. Visão, Missão e Objetivos	24
3.3. Infraestruturas, Recursos Humanos e Materiais	25
4. Prática Letiva.....	26
4.1. Gestão do processo Ensino-Aprendizagem	26
4.2. Planeamento Anual	28
4.2.1. Calendário Escolar Anual.....	32
4.2.2. Horário da Turma	32
4.3. Unidade Didática	32
4.4. Estratégias pedagógicas utilizadas.....	34
4.4.1. Desportos de Raquete	35
4.4.2. Voleibol	38
4.4.3. Jogos Desportivos Coletivos de Invasão	40
4.4.4. Atletismo	44
4.4.5. Ginástica.....	46
4.4.6. Atividades Rítmicas e Expressivas.....	49
4.4.7. Aptidão Física.....	51
4.5. Plano de aula.....	55
4.6. Concetualização do Processo de Avaliação na Educação Física	56

4.6.1.	Avaliação Diagnóstica.....	59
4.6.2.	Avaliação Formativa.....	61
4.6.3.	Avaliação Sumativa.....	62
4.7.	Observação e Assistência às aulas.....	63
4.8.	Aprendizagens e dificuldades no processo Ensino-Aprendizagem.....	68
5.	Gestão do processo de Ensino-Aprendizagem no 2.º ciclo.....	72
6.	Atividades de Integração no Meio.....	78
6.1.	Enquadramento das Atividades de Integração no Meio.....	78
6.2.	Caraterização da Turma.....	78
6.2.1.	Objetivos.....	79
6.2.2.	Metodologia.....	79
6.2.2.1.	Amostra.....	80
6.2.2.2.	Recolha de Dados.....	80
6.2.3.	Apresentação dos Resultados.....	83
6.2.3.1.	Dados Biográficos.....	83
6.2.3.2.	Dados Socioeconómicos.....	84
6.2.3.3.	Perceção da Vida e da Saúde.....	86
6.2.3.4.	Dados relacionados com a Atividade Física, a Prática Desportiva e a Educação Física.....	89
6.2.3.5.	Competências Pessoais e Sociais.....	93
6.2.4.	Considerações Finais.....	94
6.3.	Atividade de Extensão Curricular.....	95
6.3.1.	Planeamento e Operacionalização.....	96
6.3.2.	Balanço da Atividade de Extensão Curricular.....	99
7.	Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar.....	100
7.1.	Corta-Mato Escolar.....	101
7.1.1.	Enquadramento da Atividade.....	101

7.1.2.	Funções Desenvolvidas	102
7.1.3.	Balanço da Atividade.....	102
7.2.	XI Festival de Desporto da Levada.....	103
7.2.1.	Enquadramento da Atividade	103
7.2.2.	Fase de Planeamento	105
7.2.3.	Balanço da Atividade.....	107
8.	Atividades de Natureza Científico-Pedagógica.....	110
8.1.	Ação Científico-Pedagógica Individual: “O Basebol e as suas potencialidades: uma abordagem alternativa no contexto escolar”	110
8.1.1.	Objetivos da ACPI.....	111
8.1.2.	Planeamento e Operacionalização	112
8.1.3.	Balanço da ACPI	114
8.1.4.	Resultado dos Questionários aplicados aos Docentes	116
8.1.5.	Resultado dos Questionários aplicados aos Alunos	118
8.2.	Ação Científico-Pedagógica Coletiva: “Alunos dispensados da aula de Educação Física: que alternativas?”.....	118
8.2.1.	Objetivos da ACPC	119
8.2.2.	Planeamento e Operacionalização	120
8.2.3.	Balanço da ACPC.....	122
9.	Considerações Finais.....	124
10.	Referências Bibliográficas	127
11.	Referências Normativas	137
12.	Apêndices	138
	Apêndice 1 - Calendarização e distribuição das aulas de Educação Física	138
	Apêndice 2 - Exemplo de uma Unidade Didática de Jogos Desportivos Coletivos de Invasão (JDCI).....	140
	Apêndice 3 - Exemplos de Planos de aula	157
	Apêndice 4 - Exemplo de Estrutura de um Trabalho de Grupo.....	159

Apêndice 5 - Exemplos de Instrumentos de Avaliação	163
Apêndice 6 - Exemplos de Grelhas de Avaliação Diagnóstica.....	164
Apêndice 7 - Exemplo de Grelha de Avaliação Formativa	165
Apêndice 8 - Cartaz de Divulgação e Programa da ACPI.....	166
Apêndice 9 - Resultados do Questionário de satisfação da ACPI	167
Apêndice 10 – Questionário aplicado aos alunos acerca da matéria de Ensino de Basebol.....	171
Apêndice 11 - Poster da ACPI apresentado no Seminário de Desporto e Ciência 2023	173
Apêndice 12 – Cartaz e Documento orientador do “XI Festival da Levada”	174
13. Anexos.....	181
Anexo 1 - Grelha de Avaliação Sumativa	181
Anexo 2 - Grelha de Observação e Assistência às aulas	182
Anexo 3 - Cartaz de Divulgação e Programa da ACPC	183

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Conteúdos Programáticos para o 9.º ano de escolaridade - 2022/2023.....	30
Tabela 2 - Calendário Escolar Anual 22/23.....	32
Tabela 3- Critérios de avaliação da disciplina de Educação Física.....	58
Tabela 4 - Observação e assistência às aulas dos professores de EF da EBSAAS	65
Tabela 5 - Cronograma das aulas lecionadas ao 2.º ciclo.....	74
Tabela 6 - Programa do XI Festival de Desporto da Levada.....	106
Tabela 7 - Distribuição das atividades pelos professores estagiários	107

Índice de Gráficos

Gráfico 1 - Avaliação Inicial da Aptidão Física	54
Gráfico 2 - Avaliação Final da Aptidão Física	54
Gráfico 3 - Género dos alunos	83
Gráfico 4 - Idade dos alunos.....	83
Gráfico 5 - Concelho de Residência	84
Gráfico 6 - Situação Socioeconómica dos Encarregados de Educação.....	84
Gráfico 7 - Habilitações Literárias dos Encarregados de Educação.....	85
Gráfico 8 - Apoio Social Escolar na turma	85
Gráfico 9 - Agregado Familiar	86
Gráfico 10 - Perceção do Estado de Saúde.....	86
Gráfico 11 - Perceção dos alunos da turma sobre o seu Desempenho Escolar	87
Gráfico 12 - Hábitos de sono dos alunos	88
Gráfico 13 - Meio de deslocação utilizado no trajeto de casa para a escola	88
Gráfico 14 - Patologias de Saúde	89
Gráfico 15 - Índice de Massa Corporal e Percentagem de Massa Gorda	90
Gráfico 16 - Perceção dos alunos sobre a Atividade Física e Educação Física.....	90
Gráfico 17 - Perceção do Rendimento na Educação Física.....	91
Gráfico 18 - Prática de Modalidade Desportiva	91
Gráfico 19 - Prática de Desporto Federado	92
Gráfico 20 - Participação no Desporto Escolar	92

Lista de Abreviaturas

ACPC - Ação Científico-Pedagógica Coletiva

ACPI - Ação Científico-Pedagógica Individual

AE - Aprendizagens Essenciais

AEC - Atividade de Extensão Curricular

AICE - Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar

AIM - Atividades de Integração no Meio

ARE - Atividades Rítmicas e Expressivas

AvD - Avaliação Diagnóstica

AvF - Avaliação Formativa

AvS - Avaliação Sumativa

CEF - Cursos de Educação e Formação

COGTEL - *The Cognitive Telephone Screening Instrument*

EBSAAS - Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

EF - Educação Física

EFERAM-CIT - Educação Física nas Escolas da Região Autónoma da Madeira –
Compreender, Intervir, Transformar

EP - Estágio Pedagógico

JDC - Jogos Desportivos Coletivos

JDCI - Jogos Desportivos Coletivos de Invasão

MD - Modelo Desenvolvimental

MED - Modelo de Educação Desportiva

MEEFEBS - Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

MID - Modelo de Instrução Direta

PASEO - Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

PEE - Projeto Educativo de Escola

PL - Prática Letiva

RAM - Região Autónoma da Madeira

TGfU - *Teaching Games for Understanding*

UD - Unidades Didáticas

UEE - Unidade de Ensino Estruturado

UMa - Universidade da Madeira

1. Introdução

O presente relatório contempla todo o trabalho realizado no Estágio Pedagógico (EP), que decorreu no ano letivo 2022/2023, na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (EBSAAS), no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS). Ao longo deste documento, efetua-se uma descrição, análise e profunda reflexão crítica, evidenciando-se de forma fundamentada, as tomadas de decisão do ponto de vista da prática letiva, da intervenção pedagógica e demais áreas de atuação, com base na literatura de referência em cada uma das áreas de intervenção educativa.

Neste contexto, numa primeira instância, considerou-se crucial conhecer a história, o percurso, os recursos disponíveis, o grupo disciplinar de Educação Física, bem como as turmas de intervenção nesta entidade de educação, com vista a melhor adequar as atividades, os procedimentos e as metodologias a utilizar ao longo do processo de Ensino-Aprendizagem. Como refere Ferreira (2017), ser professor é mais do que desempenhar uma mera profissão, é uma missão de vida, é ter a possibilidade de deixar um certo legado nas gerações vindouras, e conseqüentemente acreditar que se pode transformar o “futuro”.

Tendo em consideração os avanços tecnológicos e as transformações constantes da sociedade, procurou-se conceder uma formação de qualidade, dinâmica e com atividades atrativas, para que os alunos se sentissem motivados e integrados nos diversos processos do ensino e, desta forma, potencializar o sucesso educativo (Lopes, Rodrigues, Gouveia & Vicente, 2017; Marques, 2009).

No decorrer do EP, compreendeu-se que o planeamento e a dinamização das atividades nas aulas de Educação Física ocupam um papel preponderante no trabalho do docente e impactam o desempenho dos alunos. No entanto, é fundamental que o docente tenha a capacidade de se adaptar às mais diversas situações e, quando necessário, proceder a ajustes, de acordo com as circunstâncias e os recursos disponíveis. Neste sentido, os docentes devem ser gestores do tempo e do espaço, dos alunos e das relações sociais, planificar todo o trabalho inerente às suas funções, ser investigador (Onofre, 2003), e sobretudo, educar, de forma a desenvolver as capacidades e potencialidades de cada aluno (Lopes, Rodrigues, Correia, Alves, Fernando, & Gouveia, 2018).

No presente relatório de estágio reuniu-se toda a estrutura do trabalho desenvolvido no decorrer do ano letivo, nomeadamente: (1) enquadramento do EP, no qual se expõe as expectativas estabelecidas, os objetivos pretendidos, bem como o

enquadramento das atividades desenvolvidas; (2) caracterização do contexto escolar; (3) prática letiva, onde se apresenta uma profunda reflexão crítica da intervenção pedagógica; (4) gestão do processo de Ensino-Aprendizagem no 2.º ciclo; (5) atividades de integração no meio; (6) atividades de intervenção na comunidade escolar; (7) atividades de natureza científico-pedagógica e (8) considerações finais.

Importa referir que todo o trabalho concretizado contou com o apoio e supervisão do orientador científico Professor Dr. Ricardo Alves e do orientador cooperante Professor Mestre Adérito Nóbrega que, em todas as fases deste nosso percurso, se apresentaram disponíveis na partilha do seu conhecimento e experiência no ensino.

2. Enquadramento do Estágio Pedagógico

O EP constitui-se como um momento ímpar no trajeto académico dos professores estagiários, sendo designado como a última etapa da qualificação para a profissão docente. Júnior, Both e Oliveira (2018) referem que este é um momento importante na formação inicial dos docentes de EF e, além disso, é um espaço adequado para a promoção de relações contíguas entre a universidade e a escola. Na perspetiva de Resende, Carvalho, Silva, Albuquerque, Lima e Castro (2014), o EP é um processo dinâmico e complexo, no qual os docentes têm a oportunidade de colocar em prática todo o conhecimento adquirido ao longo da sua formação académica. Neste sentido, os professores estagiários podem aproximar-se da realidade da sua área de formação, adquirir novas experiências e compreender o papel de “ser docente”, estabelecendo, assim, uma relação entre a teoria e a prática, bem como refletir acerca das suas práticas educativas, que lhes servirão de base para o desempenho futuro da profissão docente (Silva & Rios, 2018). Os professores estagiários são, portanto, colocados à prova com inúmeros desafios que os irão auxiliar nas tomadas de decisões futuras, sendo este o primeiro passo no que concerne às exigências da prática docente (Sá & Costa, 2009).

Gama, Vieira, Filho e Junior (2020) acreditam que esta etapa formativa é uma experiência que possibilita aos docentes estagiários vivenciarem o quotidiano escolar, refletirem e tomarem decisões acerca das práticas pedagógicas, tendo em consideração a componente teórico-prática, e respeitarem os diferentes ritmos de aprendizagem dos alunos. Os mesmos autores apontam ainda que esta é uma atividade curricular que visa auxiliar os professores de EF na sua formação inicial, permitindo-lhes elevar os seus conhecimentos e a adquirir inúmeras competências e capacidades, que só são possíveis mediante a prática de ensino.

O EP foi realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (EBSAAS), durante o ano letivo 2022/2023, tendo-se iniciado no dia 12 de setembro de 2022 e findado no dia 7 de junho de 2023. A escolha desta instituição de Ensino para a realização do EP deveu-se ao facto de esta ser uma escola de referência na Região Autónoma da Madeira (RAM) no que à Educação diz respeito, tanto em termos dos seus recursos espaciais e humanos, como da sua atmosfera e materiais escolares e didáticos.

Numa primeira fase, todo o núcleo de estágio reuniu-se, com vista a conhecer a visão, missão e objetivos primordiais da escola. Teve-se a oportunidade de participar na reunião de apresentação do ano letivo e realizou-se uma visita às instalações do complexo escolar. Neste contexto, considera-se que esta sessão introdutória foi extremamente relevante, no sentido em que o contacto direto com a realidade da escola possibilitou-nos receber as orientações e informações necessárias para o desenvolvimento do processo de ensino. Deste modo, foram delineados objetivos específicos, com a finalidade de compreender a evolução do processo de ensino, nomeadamente: (1) Conhecer o contexto escolar; (2) adequar as estratégias pedagógicas e metodológicas às necessidades e características dos alunos; (3) aprimorar a capacidade de tomada de decisão em diversos contextos; (4) dominar metodologias de ensino, tais como o trabalho em equipa; (5) refletir frequentemente sobre o desempenho e melhorar competências científicas e didático-pedagógicas.

Houve uma preparação exaustiva no planeamento da intervenção educativa, de modo a apresentar uma metodologia adequada às necessidades e características dos alunos da turma, bem como aos recursos disponíveis. No que concerne à Prática Letiva (PL), esta possui um enorme relevo no EP, uma vez que engloba todo um conjunto de ações, desde a organização e planeamento, à concretização e análise crítica do processo de Ensino-Aprendizagem. É nesta etapa que o professor tem a possibilidade de colocar em prática os conhecimentos obtidos na sua formação académica, contribuir para o desenvolvimento e aprendizagem dos alunos e prepará-los para os desafios do quotidiano. Corroborando Silva (2023), com base nessas mesmas noções, os docentes devem promover atividades educativas e experiências diversificadas nas suas aulas de EF, fazendo com que os alunos adquiram e consolidem as suas aprendizagens, valorizem o próprio corpo, descubram os seus próprios limites e sejam confrontados com desafios constantes, visando a resolução dos mesmos, de forma crítica, reflexiva, autónoma, coerente e ajustada.

Ademais, o EP envolveu também as (1) Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar, as (2) Atividades de Intervenção no Meio e (3) as Atividades de Natureza Científico-Pedagógicas, que são importantes para fomentar as relações entre todos os elementos que compõem a comunidade educativa, nomeadamente, os professores, alunos, encarregados de educação e o pessoal não docente.

2.1. Expetativas sobre o Estágio Pedagógico

O EP caracteriza-se como sendo o primeiro contacto com a prática docente, através do qual se começa a construir a nossa identidade profissional. Este surge com o intuito de proporcionar a aquisição e aprofundamento dos conhecimentos, através de uma prática pedagógica devidamente orientada e supervisionada pelos orientadores científico e cooperante. No entanto, esta não é uma simples etapa formativa, sendo facilmente expectável que ocorram dúvidas, incertezas e dificuldades no momento que antecede a nossa intervenção pedagógica. Porém, depreende-se que estas sejam suprimidas por meio de um compromisso que o docente deve apresentar no âmbito da dimensão Profissional, Ética e Pessoal, tal como indicado no Decreto-Lei nº 240/2001 de 30 de agosto.

Inevitavelmente, criam-se expetativas do trabalho a realizar com os alunos no terreno e do impacto no progresso dos mesmos. Neste sentido, por reconhecer o papel preponderante do professor no contexto escolar, pretende-se atuar com exigência e rigor, refletindo continuamente sobre a intervenção pedagógica, nomeadamente do ponto de vista das metodologias, estratégias a adotar e atividades a desenvolver. Através de uma reflexão crítica constante, tendo por base as Aprendizagens Essenciais (AE) e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), deseja-se formar cidadãos ativos, autónomos, com espírito e sentido crítico e com capacidade para intervir e resolver os mais variados problemas com que se deparam nas diferentes áreas, através da aquisição de conhecimentos teórico-práticos respeitantes à disciplina de EF, enfatizando o processo de Ensino-Aprendizagem que se pretende que seja coerente e adequado às necessidades e potencialidades de todos os alunos. Como refere Lopes (2002), o docente representa um dos elementos mais relevantes do processo Ensino-Aprendizagem e, deste modo, tem como principal função simplificar a aprendizagem dos alunos, ajudando-os a aprender. Segundo Albuquerque (2010), considerando o seu papel de facilitador, este deve possuir conhecimentos específicos para trabalhar com os seus alunos e estabelecer uma interação com os mesmos, de forma a transmitir-lhes valores, normas e padrões comportamentais basilares para a vida em sociedade.

2.2. Objetivos do Estágio Pedagógico

A formação de professores encontra-se regulamentada pelo Decreto-Lei n.º 79/2014, na sequência da atualização do Decreto-Lei n.º 43/2007, e estabelece o regime jurídico da habilitação profissional para a docência no ensino pré-escolar e nos ensinos básico e secundário.

Já no Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto, deparamo-nos com quatro dimensões fundamentais que caracterizam um professor competente, sendo elas: (1) profissional, social e ética; (2) desenvolvimento do ensino e da aprendizagem; (3) participação na escola e relação com a comunidade e (4) desenvolvimento profissional ao longo da vida. Enquanto professor estagiário de EF, pude rapidamente constatar que todo o trabalho desenvolvido ao nível da docência é um trabalho de extrema exigência e complexidade, sendo que, no desempenho das suas funções, devem ser cumpridas, escrupulosamente, todas as dimensões anteriormente mencionadas. Requer, inclusive, que o docente apresente uma constante reflexão crítica ao nível da sua intervenção pedagógica e ao nível das metodologias e estratégias a utilizar, tendo em vista o desenvolvimento de práticas adequadas às necessidades e aos ritmos de aprendizagem de cada aluno. Como referem Penteado e Neto (2021), os docentes devem utilizar metodologias e dinâmicas formativas que se evidenciem inovadoras e proporcionem aos seus alunos aprendizagens significativas, visando nos mesmos uma maior autonomia e capacidade investigativa e criativa, e que incitem a pesquisa, reflexão e análise crítica, bem como o trabalho colaborativo e interdisciplinar, na procura de soluções para os vários desafios e para a resolução de problemas. Perante isto, na perspetiva de Galvão (2002), para o professor ser bem-sucedido deve ter um conhecimento profundo sobre os seus alunos e adaptar o ensino às suas necessidades, recorrendo às experiências e vivências dos alunos e incentivando a sua participação. Além disso, deve (1) refletir e pensar sobre a sua prática pedagógica; (2) dominar os conteúdos e metodologias para transmitir aos seus alunos; (3) rentabilizar o tempo útil; (4) aceitar a responsabilidade sobre as exigências dos alunos e do seu trabalho; (5) usar de forma eficiente o material didático, dedicando mais tempo às práticas enriquecedoras do conteúdo; (6) fornecer o *feedback* constante e adequado; (7) fundamentar o conteúdo na unidade teórico-prática; (8) explicar aos alunos o que espera deles e porquê; (9) ensinar e praticar estratégias metacognitivas aos alunos; (10) estabelecer objetivos cognitivos e (11) integrar o seu ensino com diferentes áreas.

Assim sendo, foram definidos os seguintes objetivos para o EP: (1) Adequar as estratégias pedagógicas e metodológicas, de acordo com as necessidades e características dos alunos; (2) dominar técnicas e métodos de ensino; (3) realizar reflexões críticas acerca do desempenho no contexto escolar; (4) desenvolver a habilidade de tomada de decisão em contextos distintos; (5) avaliar a evolução das aprendizagens e (6) melhorar competências científico-pedagógicas.

É ainda de salientar que no decurso da prática pedagógica torna-se fundamental refletir com um olhar crítico sobre os objetivos traçados e os resultados obtidos. Desta forma, o professor tem a capacidade de avaliar o seu trabalho e, conseqüentemente, proceder a ajustes necessários na sua metodologia de ensino, com vista a promover uma aprendizagem e um desempenho escolar positivos.

2.3. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas

No decorrer do EP, a prática docente não se restringe única e exclusivamente ao contexto de aula. É necessário intervir em diversas áreas, bem como em múltiplas questões que compõem a ação educativa, de forma a desenvolver competências que nos possibilitem dar o nosso contributo à comunidade escolar. Deste modo, o EP integra uma multiplicidade de tarefas distintas que devem ser cumpridas no seu decurso, sendo elas: (1) a Prática Letiva; (2) as Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar; (3) as Atividades de Integração no Meio e (4) as Atividades de Natureza Científico-Pedagógica. Neste âmbito, procurou-se explicar as diferentes atividades desenvolvidas, mediante uma reflexão crítica sobre os aspetos inerentes à intervenção pedagógica.

É de salientar que todo o processo de estágio se iniciou duas semanas antes do começo do ano letivo 2022/2023, através da realização de uma reunião de apresentação com os professores orientadores científicos e cooperantes e os professores estagiários da EBSAAS. Foi-nos concedida a oportunidade de conhecer e compreender toda a dinâmica e funcionamento da escola e de nos serem transmitidas algumas informações relevantes, de modo a familiarizarmo-nos com todos os procedimentos a adotar e linhas orientadoras a seguir no desempenho das nossas funções.

No que concerne à PL, esta foi considerada uma das etapas mais importantes do processo formativo, pois dela emergiram todas as atividades de planeamento, operacionalização, controlo e avaliação do processo de Ensino-Aprendizagem. Durante este processo de formação, tive a oportunidade de lecionar a uma turma de 9.º ano de escolaridade, mas também ter uma experiência ao nível do 2.º ciclo, com a leção de

seis aulas a uma turma do 5.º ano. Esta etapa formativa assumiu-se como fundamental no meu desenvolvimento enquanto professor de EF. A incessante reflexão realizada ao longo do ano letivo acerca das decisões a tomar, bem como das práticas didático-pedagógicas a adotar nos diferentes contextos, foi determinante, pois tornou as intervenções cada vez mais eficazes e, conseqüentemente, garantiu-se uma maior rentabilização do processo de Ensino-Aprendizagem. Além disso, colaborei com a turma de um colega estagiário, mais concretamente de 12.º ano, numa atividade que foi dinamizada fora do contexto escolar, mais concretamente no Campo Municipal de Câmara de Lobos. Esta atividade proporcionou aos alunos uma experiência diferenciada e de grande enriquecimento educativo através da lecionação de uma aula de atletismo, onde foram abordadas diferentes disciplinas, como o salto em altura, o salto em comprimento, o lançamento do peso e a corrida de estafetas. Surgiu ainda o convite do professor orientador cooperante para colaborar com este na lecionação de uma aula de Educação Física a uma turma de 7.º ano, em substituição do professor titular da mesma, que havia sido dispensado por questões pessoais. Como tal, pude vivenciar e adquirir mais uma nova experiência, que considero enriquecedora e pertinente neste meu processo de estágio.

Ainda na PL, foi-nos proposto um total de 20 assistências às aulas, quer de professores com um longo percurso de ensino da Educação Física, quer de colegas estagiários, tendo utilizado um instrumento de observação para esse fim, de forma a proceder ao registo de todas as ocorrências, tendo por base as funções de ensino. Neste sentido, considera-se que o contacto com outras experiências e situações concretas que surgem ao longo da lecionação das aulas, permitem ao professor melhorar o seu desempenho e beneficia os alunos, na medida em que o professor se encontra mais bem preparado e capaz de enfrentar eficazmente todo o tipo de acontecimentos, com uma perspetiva de reflexão crítica.

Tive, inclusive, a oportunidade de colaborar nas atividades de Intervenção na Comunidade Escolar, nomeadamente no Corta-mato, no Dia do Voleibol e nos torneios de Basquetebol e Futsal que foram dinamizados pelos responsáveis pelo Desporto Escolar da escola e pelo Grupo de Educação Física. A minha colaboração passou essencialmente pela arbitragem e pela preparação e organização das atividades e dos respetivos alunos pelos diferentes espaços de atuação. É também de realçar o trabalho que foi efetuado entre os vários núcleos de estágio, os orientadores cooperantes e o grupo disciplinar de Educação Física da escola na preparação e organização do XI Festival de Desporto da Levada. Por fim, disponibilizei-me para colaborar com o grupo disciplinar de Educação

Física nos três dias alusivos à Semana do Mar, contudo esta atividade foi cancelada, oportunamente, devido às condições climáticas adversas que impediram a sua concretização.

No que concerne ao projeto “Levada na Serra”, esta foi uma iniciativa proposta numa das reuniões do grupo disciplinar de Educação Física pelo professor de EF, Rui Cunha, apreciado positivamente pelo grupo disciplinar de EF e posteriormente aceite pelo Conselho Executivo da escola. Assim, foram várias as turmas que efetuaram uma visita às serras da RAM, mais precisamente ao Ribeiro Frio, tendo sido proporcionado um dia de aulas diferente aos alunos, no sentido em que puderam ter um contacto mais direto com a natureza. Tive uma participação ativa no projeto e acompanhei a minha turma, bem como a turma do meu colega do núcleo de estágio, juntamente com o nosso orientador cooperante e os docentes dos vários grupos disciplinares. Realizou-se uma caminhada até aos Balcões (Ribeiro Frio), uma visita ao Posto aquícola, com acompanhamento de um técnico do IFCN, o percurso da Laurissilva e a exploração de atividades na natureza, com a realização de atividades alusivas ao Slide e ao Rappel. Durante os percursos, os professores dos vários grupos disciplinares fizeram intervenções pertinentes, de forma a promover a articulação interdisciplinar e o conhecimento do potencial educativo dos mesmos.

A caracterização da turma, que está inserida nas Atividades de Integração no Meio, realizou-se no decorrer do 1.º período, sendo este um processo fundamental que permitiu recolher informações relevantes sobre os alunos e, conseqüentemente, definir objetivos, adequar o planeamento e adotar estratégias pedagógicas. Para a recolha de informação, foram utilizados um conjunto de instrumentos de avaliação, nomeadamente questionários, testes cognitivos e baterias de teste, através do projeto EFERAM-CIT.

Também se realizou a Atividade de Extensão Curricular para a turma, cujo objetivo foi dinamizar uma atividade desportiva diferente das ditas “tradicionais”, com vista a enriquecer as experiências educativas dos alunos, indo ao encontro das suas motivações e interesses. Nesta atividade, mais concretamente o Paintball, foi notório que os alunos fortaleceram a relação de proximidade entre si, desenvolveram competências sociais e a autonomia, a cooperação, a organização e a responsabilidade cívica, tendo sido uma experiência muito positiva e gratificante para todos os participantes.

A Atividade de Natureza Científico-Pedagógica Individual intitulada “O Basebol e as suas Potencialidades: uma abordagem alternativa no contexto escolar” foi proposta depois de ter auscultado os professores de Educação Física da escola e analisado algumas

das suas necessidades. Assim sendo, procurou-se debruçar numa temática que não era, de todo, abordada na escola, mais precisamente o Basebol. Como tal, foram explanadas as regras e as suas particularidades, o objetivo do jogo, a constituição das equipas e respetiva distribuição destas no terreno de jogo. Após uma abordagem mais teórica, foi organizada uma componente prática no pavilhão da escola. Desta forma, foi operacionalizada uma sequência metodológica de exercícios, visando um maior enriquecimento curricular e novas experiências educativas. Procurou-se, inclusive, dotar os docentes de estratégias pedagógicas para o seu processo de Ensino-Aprendizagem.

Por fim, realizou-se a Ação Científico-Pedagógica Coletiva intitulada “A Educação Física para além do óbvio” em que vários docentes, alunos estagiários e agentes educativos apresentaram diferentes temáticas alusivas à disciplina de EF, pelo que o tema desenvolvido pelo meu núcleo de estágio foi: “Alunos dispensados da aula de Educação Física: que alternativas?”. Nesta, procurou-se analisar e debater possíveis estratégias e alternativas a serem adotadas pelos docentes de Educação Física aquando da sua intervenção com os alunos dispensados da componente prática das suas aulas.

3. Caracterização da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

Sendo o estabelecimento de ensino um espaço privilegiado de transmissão de conhecimentos e um lugar de partilha de experiências e vivências, os professores assumem um papel determinante na formação e desenvolvimento integral de todos os alunos. Contudo, é necessário os docentes conhecerem o contexto no qual se encontram inseridos para melhor compreenderem toda a realidade escolar e, conseqüentemente, proporcionarem aos seus alunos uma intervenção pedagógica mais ajustada, coerente e contextualizada. Neste sentido, o professor deve ser consciente nas suas decisões, planear a sua ação educativa em função do grupo, mas também do contexto com o qual se depara, não esquecendo que o seu plano pedagógico deve ser flexível, de modo a permitir a sua adaptação sempre que necessário.

Para caracterizar a EBSASS temos como objetivos: (1) realizar uma breve resenha histórica do estabelecimento de ensino; (2) averiguar a identidade da Organização Escolar, nomeadamente ao nível da sua Visão, Missão e Valores / Princípios e (3) identificar as infraestruturas existentes, bem como os recursos humanos e materiais disponíveis. Para a elaboração deste capítulo teve-se como base a informação disponível no *site* oficial da escola, através da leitura de três documentos sobre a Comunidade Educativa: (1) o Plano Anual da Escola, (2) o Regulamento Interno e (3) o Projeto

Educativo da Escola (PEE), adquirindo assim um maior conhecimento acerca do estabelecimento de ensino e das características e particularidades da escola. Como referem Silva, Batista e Graça (2017), é essencial que os professores estagiários se familiarizem com a escola, nomeadamente os espaços e materiais específicos da disciplina de EF, os documentos estruturantes da escola e da disciplina, como por exemplo o PEE, os programas de EF, o projeto curricular de EF e os normativos do estágio. O objetivo é que os professores estagiários comecem a adaptar-se aos lugares e às suas disposições, preceitos e peculiaridades, de forma a enquadrarem as tarefas que têm que realizar na escola e a perspetivarem a sua ação educativa.

3.1. Breve Resenha Histórica

A Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, também designada por Escola da Levada, surgiu na década de 70, sendo uma escola direcionada para o 3.º ciclo. Após o 25 de abril de 1974 verificou-se uma obrigatoriedade do ensino de 9 anos, com o propósito de responder às necessidades da população e proporcionar uma educação que se qualifica como um direito constitucional de todos. Na época, a Região Autónoma da Madeira (RAM), através da sua Secretaria da Educação, circunscreveu um programa cujo objetivo passava pela construção de novas escolas pré-fabricadas, na qual abrangeu a EBSAAS. No entanto, pelo facto dos pavilhões pré-fabricados terem evidenciado, desde cedo, as suas carências e necessidades, determinou-se a construção de uma Escola Secundária de raiz, que ainda se mantém nos dias de hoje. A sua construção acabou por patentear uma escola que foi considerada como uma das melhores do país, pelas suas ótimas condições, designadamente, para a prática desportiva, oficinas e laboratórios.

No ano letivo de 1978/79, após a portaria n.º 757/78 de 22 de dezembro de 1978, a Escola da Levada, que se situa no concelho do Funchal, na freguesia de Santa Luzia, mais concretamente na Rua do Comboio n.º 61, abriu as portas a alunos do 7º ano, mais precisamente a 797 alunos distribuídos por 30 turmas. Este elevado número de alunos revelou de forma clara as necessidades das freguesias circundantes.

Quanto à lecionação dos três anos do 3.º ciclo, esta só foi garantida pela escola passados 4 anos após a sua abertura, justamente no ano letivo de 1981/1982 com a entrada em funcionamento do 9.º ano de escolaridade.

A inauguração da Escola sucedeu-se no ano letivo de 1984/85, pelo Presidente do Governo Regional da Madeira, Dr. Alberto João Jardim, e foi batizada com o nome do conceituado pedagogo madeirense, Dr. Ângelo Augusto da Silva. Neste mesmo ano letivo

a escola abriu o Ensino Secundário, no qual constavam 87 alunos matriculados no 10.º ano e, na sua totalidade, a escola atingiu os 2024 alunos, distribuídos pelo 3.º ciclo e Secundário (10.º ano). Mais tarde, em 1986/87, a escola proporcionou o ensino noturno, tendo este sido frequentado por 58 alunos e, em 1989/1990, iniciou-se a lecionação do 12.º ano.

Com o propósito de preparar os seus alunos para o mercado de trabalho e para um futuro cada vez mais competitivo, a EBSAAS tem procurado adaptar-se às novas realidades e exigências contempladas no Sistema Educativo. Atualmente, a escola apresenta uma oferta formativa diversificada, que vai desde o 2.º e 3.º ciclo (5.º ao 9.º ano) até ao ensino secundário (12º ano), apresentando inclusive uma oferta formativa ao nível dos Cursos Profissionais e dos Cursos de Educação e Formação (CEF). No que concerne ao ensino regular, a nível do secundário, a escola oferece os cursos de Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas e Línguas e Humanidades. Quanto aos Cursos Profissionais, a escola apresenta os cursos de Técnico Auxiliar de Saúde e Técnico de Desporto. Por fim, ao nível dos cursos de Educação e Formação (CEF) a escola proporciona os cursos de Costureiro (a)/ Modista T4 e Técnico(a) Comercial T6.

3.2. Visão, Missão e Objetivos

Um dos grandes desafios que se coloca à instituição escolar é, desde sempre, melhorar a sua qualidade de ensino, fazendo com que todos os alunos possuam a capacidade de aprender aquilo que é considerado relevante, formando os pré-requisitos para outras aprendizagens e adquirindo conhecimentos e competências que lhes garantam o gosto pelo saber e pelo intervir. Deste modo, de acordo com o PEE da EBSAAS (2019-2023), a identidade da Organização Escolar contempla fundamentalmente: (1) Visão, (2) Missão e (3) Valores/ Princípios.

No que concerne à Visão, esta instituição pretende “*ser uma escola de referência, de e para todos*” (...) evidenciando a qualidade de ensino, “*alicerçado em valores como a competência, responsabilidade, disciplina e humanismo*”, tendo em consideração a “*qualificação individual e a cidadania democrática*”(p. 9), numa cultura de excelência (...).

A Missão desta instituição consiste em orientar os alunos para o sucesso, para os novos desafios e “*para uma contínua valorização das relações humanas*”. Além disso, pretende proporcionar aos seus alunos a aquisição das “*principais competências previstas*

no Perfil dos Alunos, ao longo da escolaridade obrigatória” (p. 9), com o propósito de desenvolver cidadãos conscientes, ativos e responsáveis na sociedade.

Os Valores / Princípios nos quais a comunidade educativa pretende alicerçar todo o seu trabalho são os seguintes: (1) *Responsabilidade* - promover o respeito por si próprio e pelos demais, assim como pelo seu trabalho e dos outros, com base numa ação autónoma e consciente; (2) *Exigência* - aspirar ao mérito, rigor, disciplina, competência e profissionalismo; (3) *Solidariedade* - Ser empático e solidário com os outros e (4) *Humanismo* – respeitar a diversidade humana e cultural e atuar de acordo com os princípios dos direitos humanos.

3.3. Infraestruturas, Recursos Humanos e Materiais

Relativamente às infraestruturas, segundo o PEE da EBSAAS (2019 – 2023), a escola apresenta as seguintes instalações: (1) Salas de aula, (2) Laboratórios, (3) Oficinas, (4) Gabinetes de Trabalho, (5) Gabinete de Audiovisuais, (6) Gabinete de Psicologia e Educação Especial, (7) Salas de atendimento, (8) Salas de Educação Visual/Educação Tecnológica, (9) Salas de Educação Musical, (10) Unidade do Ensino Estruturado (UEE), (11) Reprografia, (12) Biblioteca, (13) Bar dos alunos e dos professores, (14) Cantina, (15) Salas de sessões, (16) Serviços administrativos, (17) Espaços desportivos e (18) Exteriores ajardinados.

A escola apresenta, inclusive, um conjunto de instalações desportivas destinadas à lecionação das aulas de EF, mas também às atividades do Desporto Escolar, nomeadamente: (1) quatro polidesportivos exteriores (n.º 3, 4, 5 e 6); (2) um pavilhão gimnodesportivo; (3) um ginásio; (4) duas salas de aula, que se destinam às aulas teóricas de EF; (5) uma sala de apoio ao Departamento de Educação Física; (6) o espaço escolar; (7) uma piscina e um tanque de aprendizagem que, neste momento, se apresenta degradado e sem condições para ser utilizado devido à falta de manutenção.

Para que a escola apresente um normal funcionamento e opere de forma correta e harmoniosa, é imprescindível a colaboração de uma grande diversidade de recursos humanos, tais como, alunos, pessoal docente e pessoal não docente. De acordo com as informações que foram recolhidas junto do Conselho Executivo, a escola é composta por 1249 alunos, distribuídos por 60 turmas, 205 professores e 60 funcionários não docentes que desempenham funções de chefe de departamento, técnicos superiores, técnico de informática, assistentes técnicos e operacionais e encarregado operacional. Quanto à disciplina de EF, a escola possui um total de 21 docentes e 6 docentes estagiários,

provenientes de dois estabelecimentos de ensino superior (4 professores estagiários da Universidade da Madeira (UMa) e 2 da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto).

Ao nível dos recursos materiais existentes para as aulas de EF, estes encontram-se distribuídos por duas arrecadações, em zonas opostas do pavilhão. A arrecadação a norte do pavilhão contém o material alusivo à grande maioria das matérias de ensino, especialmente bolas de Andebol, Futebol, Basquetebol, Voleibol, Corfebol, Ginástica, redes, cestos, sinalizadores, coletes, cones, marcadores, cronómetros, barreiras de atletismo, volantes, raquetes de badminton, ténis de mesa, ténis de campo, cordas, bastões, sticks de hóquei, patins, entre muitos outros. Quanto à arrecadação a sul do pavilhão, dispõe de material alusivo à matéria de ensino de Ginástica, nomeadamente, minitrampolins, colchões, cama elástica, entre outros.

4. Prática Letiva

4.1. Gestão do processo Ensino-Aprendizagem

No âmbito do EP, a Prática Letiva é considerada uma das etapas principais do processo formativo, pois é através dela que surge todo o (1) planeamento, (2) operacionalização, (3) controlo e (4) avaliação do processo de Ensino-Aprendizagem. Durante todo este processo de formação, incumbiu-me a responsabilidade de lecionar uma turma de 3.º ciclo, mais concretamente de 9.º ano de escolaridade, tendo sido devidamente acompanhado e supervisionado pelos professores orientadores científico e cooperante.

Para que os professores possam colocar devidamente em prática a sua ação educativa, é preponderante que nela depositem empenho e responsabilidade, procurando na sua intervenção pedagógica fazer com que os alunos se sintam motivados para aprender e adquirir o gosto pela prática da atividade física. Como aludem Maciel, Cruz e Neres (2022), os docentes devem utilizar estratégias didático-pedagógicas que despertem a atenção dos alunos, fazendo com que estes adquiram o gosto pela prática da atividade física e manifestem interesse pelos conteúdos lecionados nas aulas de EF. Contudo, ao longo da carreira docente, os professores deparam-se com inúmeros desafios, quer seja de natureza comportamental, atitudinal, emocional ou pedagógica. Além de procurarem motivar os seus alunos e transmitirem conhecimentos teórico-práticos alusivos às diferentes matérias de ensino, os docentes devem ser gestores de aula e detentores de um conjunto de habilidades e competências, que permitam o desenvolvimento de práticas pedagógicas que se adequem aos ritmos de aprendizagem de cada aluno. De acordo com

Andrade, Pestana, Lopes, Lopes e Andrade (2013), os alunos apresentam diferentes ritmos e dinâmicas de aprendizagem, bem como necessidades particulares, que devem ser consideradas e respeitadas de uma forma individualizada. Já Gouveia et al. (2021) referem que os docentes devem criar oportunidades de aprendizagem que propiciem elevados níveis de atividade física e que, simultaneamente, evidenciem um elevado potencial para que todos os alunos, sem exceção, possam aprender e consolidar as habilidades motoras e desportivas.

No que concerne às Aprendizagens Essenciais, depreende-se que o professor deve selecionar e utilizar as estratégias pedagógicas e metodológicas que mais se adequam aos seus alunos, de forma a corresponder às suas necessidades e permitir que as suas aprendizagens sejam efetivas e comportem os objetivos gerais do programa, que se pretende que estes atinjam no final deste ciclo de ensino. Deste modo, os docentes devem auxiliar os alunos, colocando-os no centro do processo de Ensino-Aprendizagem, com o objetivo de formar Homens capazes e competentes para atuarem num mundo global que se encontra permanentemente em mudança (Lopes, Rodrigues, Correia, Alves, Fernando & Gouveia, 2018).

Tal como consta no documento orientador de referência “O Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória”, homologado pelo Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho (PASEO, 2017), é no contexto escolar, enquanto meio propício à aprendizagem e ao desenvolvimento de competências, que os alunos adquirem as inúmeras literacias que necessitam de mobilizar, de forma a responder positivamente aos desafios complexos e às exigências e imprevisibilidades decorrentes da evolução do conhecimento e do meio tecnológico. Como tal, os docentes devem utilizar os meios e recursos mais eficazes para que todos os alunos possam efetivamente aprender, mediante práticas pedagógicas e didáticas adequadas e de forma que estes possam apropriar-se dos conhecimentos, capacidades e atitudes previstas no Perfil dos Alunos ao longo da sua escolaridade obrigatória.

Relativamente à minha intervenção didático-pedagógica, esta exigiu uma reflexão crítica constante, não só acerca do meu desempenho enquanto docente, mas também das várias etapas e atividades que foram proporcionadas aos alunos ao longo do ano letivo. Tendo em consideração que este foi o primeiro ano em que me foram delegadas as funções de professor de EF, pude constatar que a prática pedagógica foi a componente do estágio que me despendeu mais tempo e investimento, tendo esta sido resultante de um

trabalho diário e incessante que me proporcionou momentos de aprendizagem muito positivos.

4.2. Planeamento Anual

O planeamento encontra-se, indubitavelmente, presente em vários âmbitos das relações quotidianas instituídas pelo ser humano (Queiroz, Solera & Souza, 2021). No âmbito escolar, o processo de planeamento permite aos docentes orientar o processo de ensino, de modo a proporcionar aos seus alunos a potencialização de aprendizagens significativas (Matos, 2010). Este possui um carácter fundamental, pois antevê e estabelece o processo, de forma a atingir os objetivos e finalidades propostas. Corroborando Andrade, Cruz, Patrício, Correia, e Marques (2020), o planeamento concede uma intenção pedagógica organizada de acordo com os objetivos a alcançar e as estratégias a utilizar, quer a curto, médio ou a longo prazo, evitando que a intervenção se evidencie uma casualidade.

No que concerne ao Planeamento Anual, considera-se que este é um documento orientador que prioriza os objetivos e as estratégias a seguir durante o ano letivo. É um instrumento didático-pedagógico que permite ao professor orientar toda a sua intervenção pedagógica, no entanto, este deve apresentar alguma flexibilidade, pois, em caso de necessidade, pode requerer alterações. Essa é a perspetiva de Reis et al. (2020), que refere que o planeamento necessita de ser flexível, pois pode sofrer modificações consoante as necessidades evidenciadas pelos alunos no decorrer do ano letivo. Além disso, permite auxiliar o professor na sua autoavaliação acerca das suas práticas de ensino. Os mesmos autores referem, ainda, que quando os professores procuram planear as suas ações devem ter em consideração o ambiente escolar e a particularidade de cada indivíduo da turma, proporcionando uma maior qualidade ao processo de Ensino-Aprendizagem.

Paralelamente, os docentes que apresentam melhores atributos e decisões ao nível do planeamento tendem a formular objetivos mais claros e específicos (Januário, 2017). O mesmo autor refere ainda que estes representam o processo de ensino de um modo mais eficaz, pois tomam melhores decisões e adquirem um maior número de rotinas ao nível do planeamento.

Todo este processo iniciou-se nas duas semanas antecedentes ao começo do ano letivo, através de um primeiro contacto com os nossos orientadores científico e cooperante, onde nos foi concedida a oportunidade de compreender toda a dinâmica e funcionamento da escola e de nos serem transmitidas algumas informações relevantes, de

modo a nos familiarizarmos com todos os procedimentos a adotar e linhas orientadoras a seguir aquando do nosso planeamento. Ainda antes de iniciarmos as aulas propriamente ditas, fomos convocados para uma outra reunião, direcionada apenas para o Grupo Disciplinar de EF da escola. Inicialmente, nós, professores estagiários, fomos apresentados ao restante grupo e, no decorrer da reunião, foram discutidos e analisados um conjunto de assuntos importantes, nomeadamente o balanço do ano letivo transato, a preparação do ano letivo 2022/2023, o Planeamento Anual das Atividades do Grupo de EF e o Desporto Escolar. Todos os procedimentos e análises efetuadas na reunião foram importantes para o Grupo Disciplinar de EF, inclusive para os estagiários, que ficaram a compreender melhor as dinâmicas implementadas. Foi-nos também cedido um conjunto de documentos fundamentais para o desempenho das nossas funções enquanto docentes de EF, nomeadamente (1) o Programa de EF, (2) os Conteúdos Programáticos referentes ao 9.º ano de escolaridade, (3) o Plano Anual de Atividades (4) os Modelos de Planificação, (3) os Sistemas de Avaliação, (4) o documento relativo às Aprendizagens Essenciais pertencentes ao nível de ensino e ano de escolaridade em questão, bem como (5) o Regulamento Interno das Instalações Desportivas. Além disso, no final da respetiva reunião, foi-nos atribuída a turma que iríamos lecionar, disponibilizado o horário e transmitidas as informações pertinentes relativas às particularidades da turma.

Com o propósito de planificarmos todas as atividades letivas, foi inclusivamente necessário termos em consideração uma multiplicidade de fatores, nomeadamente (1) a calendarização escolar, (2) o horário da turma, (3) o mapa de rotatividade das instalações desportivas e (4) os recursos que a escola dispunha, nomeadamente recursos humanos, espaciais, materiais e temporais, procurando assim rentabilizá-los de uma forma eficiente. Posto isto, procedeu-se à construção do Planeamento Anual, tendo sido necessário definir as matérias de ensino a serem lecionadas ao longo do ano, estruturar os conteúdos a abordar e adequar as estratégias metodológicas a utilizar, tendo em vista a obtenção dos objetivos propostos e a avaliação do desempenho e progresso dos alunos. Como afirmam Darido e Rangel (2000), o Planeamento Anual é considerado uma etapa que necessita ser compreendida como suporte para o trabalho docente, no entanto, este não deve ser repetido anualmente, nem ser estanque. Para tal, é essencial os docentes terem em consideração inúmeros fatores, nomeadamente o contexto em que se encontram inseridos, os recursos que têm à disposição, as estratégias pedagógicas a utilizar, bem como os objetivos e conteúdos a serem alcançados no decorrer do ano letivo, com o propósito de ir ao encontro das necessidades e particularidades dos alunos.

Assim sendo, o ano letivo teve início a 12 de setembro de 2022 e o seu término a 7 de junho de 2023, estando subdividido em três períodos. É de salientar que o Planeamento Anual teve como propósito a definição de uma linha orientadora, tendo por base (1) as particularidades dos alunos da turma, (2) as condições oferecidas aos mesmos para a lecionação da disciplina de EF e (3) a leitura e análise de vários documentos particularmente importantes para o funcionamento da escola, nomeadamente o Projeto Educativo, o Plano Anual de Atividades e o Regulamento Interno da escola.

No que concerne às matérias de ensino, como podemos observar na tabela 1 foram seis as matérias designadas para o 3.º ciclo, mais concretamente, para o 9º ano de escolaridade, sendo 5 de nível introdutório – (1) Atletismo; (2) JDC 1- Futebol ou Basquetebol; (3) Ginástica; (4) ARE (Dança); (5) Desportos de Raquete e 1 de nível elementar – (1) JDC 2 – Voleibol.

Tabela 1 - Conteúdos Programáticos para o 9.º ano de escolaridade - 2022/2023

3.º Ciclo		
9.º	Atletismo JDC – Futebol ou Basquetebol JDC - Voleibol Ginástica ARE (Dança) Desportos Raquetas (Badminton / T. Mesa)	6 Matérias 5 Nível Introdução 1 Nível Elementar

ÁREA da Aptidão Física: FITESCOLA

ÁREA dos CONHECIMENTOS

Em cada um dos períodos foram abordados vários conteúdos programáticos e diferentes matérias de ensino. Os professores teriam de lecionar algumas matérias de ensino de acordo com o espaço determinado, ou seja, os professores poderiam aproveitar as características de algumas instalações desportivas para a abordagem de determinadas matérias, o que foi considerado ao nível do Grupo de Professores de EF. Apesar de não ser uma obrigatoriedade, o pavilhão destinou-se, predominantemente, à lecionação da Ginástica, Desportos de Raquete, Voleibol, Atividades Rítmico-Expressivas (Dança) e Atletismo e os campos exteriores à lecionação dos Jogos Desportivos Coletivos de Invasão e demais matérias de ensino alternativas. Foi assegurada também a hipótese de os docentes efetuarem, pontualmente, alguma troca de espaços entre si, caso houvesse necessidade e concordância. No caso da existência de algum espaço livre, e os docentes

pretendessem a sua utilização e respetiva rentabilização, também teriam liberdade para fazê-lo.

Assim, ao longo do 1.º período ficou estabelecido abordar-se as matérias de ensino de Badminton e Ténis de mesa, Voleibol, Jogos Desportivos Coletivos de Invasão e Aptidão Física. Além disso, como consta no Plano Anual de Escola, ao nível das Atividades Desportivas, foi realizado o Corta-Mato Escolar. Relativamente ao 2.º período, perspetivou-se a lecionação das matérias de ensino de Ginástica, Atletismo, Orientação e Basquetebol e foram ainda exploradas as matérias de ensino de Desportos de Combate, Basebol e Frisbee, ainda que em número reduzido de aulas, duas e uma aula respetivamente. Foi também apresentada, no Planeamento Anual, a data para a dinamização de uma atividade com a turma, intitulada “Levada na serra”, onde os alunos teriam a oportunidade de efetuar uma visita às serras da RAM, tendo a possibilidade de explorar vários percursos e atividades na natureza. No decorrer desta atividade, os professores dos vários grupos disciplinares intervieram oportunamente, promovendo a articulação interdisciplinar e o conhecimento do potencial educativo dos alunos. No 3.º período, incidiu-se, predominantemente, nas matérias de ensino de Futebol, Andebol e ARE-Dança. Foram também exploradas as matérias de ensino de Tag Rugby e Jogos Tradicionais, em duas e uma aula, respetivamente.

O Planeamento Anual contemplou, inclusive, um conjunto de atividades abrangidas no EP, nomeadamente as datas alusivas à realização da AEC, AICE, ACPI e a ACPC, bem como as datas previstas para as avaliações iniciais e finais, inseridas no projeto EFERAM-CIT, que ocorreram ao longo do ano letivo 2022/2023.

Face a alguns constrangimentos evidenciados na escola, sobretudo ao nível das instalações desportivas e, em particular, da interdição do pavilhão durante algumas semanas, o planeamento inicialmente traçado foi alvo de alterações, no entanto estas foram prontamente solucionadas por mim. Procurei ser proativo no desempenho das minhas funções e solicitar, sempre que necessário, a colaboração e cooperação dos professores do grupo disciplinar de EF para a cedência/ partilha do seu espaço de aula, não havendo interdições no que diz respeito à evolução e progresso dos alunos. Como refere Bortoluzzi (2018), os professores devem ser proativos e procurar incessantemente soluções para os problemas com que se deparam no seu dia a dia por meio das suas ações. Assim, os docentes são incitados a agir, a adaptar e a procurar resolver as diferentes problemáticas encontradas, a fim de atender às necessidades, interesses e progressos evidenciados pelos alunos.

4.2.1. Calendário Escolar Anual

O calendário escolar para o ano letivo de 2022/2023, para os estabelecimentos de Educação e Ensino da rede pública da Região Autónoma da Madeira, foi aprovado pela Secretaria Regional de Educação, Ciência e Tecnologia, através do Despacho n.º 283/2022, de 29 de julho, do seguinte modo:

Tabela 2 - Calendário Escolar Anual 22/23

Períodos Letivos	Início	Termo
<i>1.º Período</i>	Entre 6 e 9 de setembro de 2022	16 de dezembro de 2022
<i>2.º Período</i>	3 de janeiro de 2023	31 de março de 2023
<i>3.º Período</i>	18 de abril de 2023	7 de junho de 2023

4.2.2. Horário da Turma

No que concerne ao horário da turma do 9.º ano de escolaridade, é de salientar que os alunos dispunham de três dias de aulas de EF por semana, em dias consecutivos. As três aulas semanais tinham uma duração de 50 minutos e decorreram às segundas-feiras, das 11h50 às 12h40, às terças-feiras, das 10h45 às 11h35, e às quartas-feiras, das 08h50 às 09h40.

4.3. Unidade Didática

As Unidades Didáticas (UD) são partes constituintes do plano anual e caracterizam-se como essenciais dos programas das disciplinas. Estas são unidades integradoras do processo pedagógico e apresentam aos professores e aos alunos, de forma clara e precisa, as diferentes etapas de ensino e aprendizagem (Bento, 2003).

As UD, além de providenciar conhecimento para os alunos e possibilitar o enriquecimento das suas aprendizagens, mediante uma compreensão lógica dos conteúdos, pretendem auxiliar os professores na organização das temáticas a abordar nas suas aulas de EF. Ademais, os docentes podem diversificar a lecionação das matérias de ensino, de forma que os seus alunos adquiram diferentes experiências educativas, conduzindo-os a uma maior reflexão acerca do conhecimento teórico-prático destas, incitando uma melhor compreensão das atividades e um aumento do interesse dos alunos pelos conteúdos e atividades ministradas (Farias, Barroso, Costa, González & Impolcetto, 2023).

Como refere Carmona (2012), as UD devem contemplar metodologias que fomentem a motivação e o interesse dos alunos, apresentar objetivos bem definidos, recursos adequados e abordagens congruentes e apropriadas, visando um conjunto de tarefas que levem os alunos a interrogar-se e procurar respostas para auxiliá-los na construção de conhecimentos.

Segundo Pais (2010), a elaboração das UD permite aos professores planificarem e organizarem a sua prática docente, mediante a constituição de uma multiplicidade de tarefas de ensino e aprendizagem que deve contemplar uma sequência lógica dos seus conteúdos e ser integrada num determinado espaço temporal, tendo em vista a aquisição dos objetivos didáticos circunscritos. O mesmo autor refere que a sua implementação deve responder às questões respeitantes ao desenvolvimento curricular. Assim, é necessário o docente saber (1) quais os objetivos e conteúdos programáticos a ensinar; (2) qual a sequência de atividades e conteúdos a lecionar; (3) como ensinar os pressupostos fundamentais de cada matéria de ensino, bem como organizar e rentabilizar os meios e recursos didáticos disponíveis no contexto escolar; e (4) quais os critérios e instrumentos a utilizar para proceder à avaliação dos seus alunos.

Desta forma, para a elaboração das UD, foi necessário ter por base as AE para o 3.º ciclo do Ensino Básico, mais concretamente, para o 9.º ano de escolaridade. Além disso, foi necessário ter em consideração as particularidades do estabelecimento de ensino, as características da turma a que se destina e, sobretudo, de cada aluno, em particular.

Foi assim essencial equacionarmos diferentes possibilidades e diversificar o conjunto de tarefas demarcadas, de forma a alcançarmos os objetivos didáticos a que nos propusemos, e conseqüentemente consolidar as aprendizagens dos alunos. Este modo de planificação surgiu no sentido de fomentar o sucesso do processo de Ensino-Aprendizagem, basear a nossa intervenção em objetivos concretos e transmitir aos alunos, de forma estruturada, os conteúdos das várias matérias de ensino.

Este documento orientador serviu de apoio à intervenção do professor e encontra-se adaptado à realidade das necessidades e interesses dos alunos. Através deste planeamento, foram definidos os objetivos reguladores da nossa atividade, porém, este documento apresentou uma certa flexibilidade, uma vez que poderia ser ajustado sempre que necessário. Na perspetiva de Carmona (2012), as UD devem ser flexíveis e abertas, no sentido de permitir uma personalização metodológica, com a adequação das atividades

propostas, tendo em conta os diferentes níveis de aprendizagem apresentados pelos alunos.

Por fim, optou-se por proceder à adoção de estratégias de ensino, onde foram dinamizadas uma diversidade de estratégias didático-pedagógicas, comuns e específicas, para cada matéria de ensino.

4.4. Estratégias pedagógicas utilizadas

O processo de Ensino-Aprendizagem requer do professor uma reflexão crítica constante na busca por estratégias pedagógicas adequadas ao desenvolvimento de todos os alunos. Deste modo, para os professores lecionarem os conteúdos das diferentes matérias de ensino, é necessário que estes apresentem um conhecimento teórico e prático das mesmas, mas também que estejam preparados para utilizar diversas estratégias de ensino, de modo a tornar as aulas mais atrativas e, simultaneamente, possibilitar aos alunos a aquisição de uma maior capacidade crítica e reflexiva e uma maior autonomia na realização das tarefas (Barroso & Darido, 2010).

Para desempenhar as suas funções educativas, os professores devem apresentar conhecimento pedagógico, mas também conhecer as características, motivações e interesses dos seus alunos, os conteúdos das matérias de ensino e demais contextos que cingem a aprendizagem. Assim, a partir dos objetivos previamente estabelecidos, das particularidades dos alunos e características do contexto de ensino e aprendizagem, os docentes devem utilizar diversas estratégias de ensino, visando uma adaptação e transformação dos alunos e encaminhando-os para a reconstrução e consolidação dos seus conhecimentos (Marcon, Graça & Nascimento, 2011).

No que concerne à dinâmica das aulas, foi necessário preparar previamente todo o material didático, manter a estrutura de organização entre aulas, ser breve nos momentos de organização e de instrução, ser célere nas transições entre os exercícios e treinar as regras e as rotinas de funcionamento. No início de cada aula, os alunos estariam dispostos em xadrez ou em semicírculo, de forma que todos se apresentassem de frente para o professor e escutassem atentamente as informações a serem transmitidas. Quanto às explicações, estas foram transmitidas de forma clara e sucinta. Nesta fase de instrução, efetuou-se uma revisão dos conteúdos abordados nas aulas antecedentes, explicou-se os objetivos e a dinâmica de funcionamento das aulas, lembrou-se as regras e comportamentos exigidos e concedeu-se a oportunidade aos alunos para esclarecimento de possíveis dúvidas. Seguidamente, realizava-se um aquecimento, que teria como objetivo preparar os alunos para a prática do exercício

físico, no entanto, este teria de ser enquadrado com a exigência dos exercícios. Nos momentos de transição entre tarefas, pediu-se os alunos para colaborarem na montagem e recolha do material, aumentando assim o tempo útil e a fluidez da aula. Com isto, os alunos envolveram-se ativamente nas tarefas, adquiriram o sentido de responsabilidade e transmitiram bons valores e atitudes. Após os exercícios realizados durante as aulas, os últimos cinco minutos destinavam-se à fase do retorno à calma. Nesta fase da aula os alunos realizavam os alongamentos e efetuava-se um balanço geral da aula, juntamente com os alunos. Neste momento, possibilitava-se a realização de questões e o esclarecimento de dúvidas que os alunos poderiam apresentar. Na parte final da aula, solicitava-se a colaboração de dois ou mais alunos para a arrumação do material na respetiva arrecadação.

Em suma, pretendeu-se promover um clima e ambiente de aula positivo e motivador, privilegiar *feedbacks* positivos e encorajadores do desempenho dos alunos, assim como promover o máximo empenhamento motor dos mesmos. Foram implementadas diversas estratégias de ensino, de acordo com os diferentes níveis de aprendizagem, encorajou-se e elogiou-se o esforço despendido pelos alunos nas várias atividades, elevou-se os níveis de envolvimento dos alunos, estabeleceu-se regras e apresentou-se, de forma clara, as expetativas em relação aos alunos, fazendo com que estes adquirissem um gradual progresso ao nível das suas aprendizagens (Marcon, Graça & Nascimento, 2011; Quina, 2009).

4.4.1. Desportos de Raquete

A UD de Desportos de Raquete caracteriza-se por ser Politémica e abrange um conjunto de matérias de ensino, nomeadamente o Badminton, o Ténis de Mesa e o Ténis de Campo. Segundo a taxonomia de Almada, Fernando, Lopes, Vicente e Vitória (2008), estas matérias pertencem ao grupo de Desportos de Confrontação Direta, na medida em que, num espaço demarcado, privilegiam o diálogo com o oponente por meio de um objeto (bola/volante) interposto, orientado através de uma raquete.

Ao nível das AE, as matérias de ensino de Badminton, Ténis de Mesa e Ténis de Campo estão inseridas no grupo dos desportos de raquete. Estas são modalidades de oposição e participação intercalada e as suas ações decorrem num espaço que é separado por uma rede. Segundo Aburachid e Greco (2009) estas matérias de ensino apresentam em comum um ou dois oponentes para realizar o retorno da bola/ volante de um lado do campo para outro, qualificando o jogo como uma estrutura unificada de habilidades cognitivas a serem executadas. Ademais, possuem características educativas importantes

para o desenvolvimento dos alunos e proporcionam uma melhoria dos domínios motor, cognitivo e socio afetivo (Costa, Malheiro, Simões & Couto, 2013). Neste âmbito, os desportos de raquete apresentam um importante papel social e pedagógico no contexto escolar. A sua lecionação nas aulas de EF possibilita que os alunos desenvolvam um conjunto de competências essenciais, visando uma maior motivação para a prática desportiva e, em particular, para a prática dos desportos de raquete. Além disso, promovem habilidades motoras básicas e reforçam o desenvolvimento das capacidades motoras, nomeadamente a força, a resistência aeróbia, a velocidade, a flexibilidade e a coordenação.

No que diz respeito às aulas, estas foram preparadas e orientadas visando um conjunto de objetivos e competências essenciais a serem adquiridas e consolidadas pelos alunos. Foram realizados exercícios de forma a proporcionar aos alunos uma melhoria ao nível do manuseamento da raquete e da manipulação do objeto de jogo (bola/volante), da execução das ações e gestos técnicos, da posição base, das capacidades condicionais e coordenativas e de forma a incitar nos alunos o desenvolvimento da autonomia, da capacidade de resolução de problemas, da leitura e tomada de decisão, do trabalho cooperativo, da aquisição de um nível de jogo mais fluído e consequente compreensão tático-técnica do mesmo. Barroso e Darido (2010) destacam a importância de os docentes estruturarem e apresentarem os procedimentos metodológicos mais adequados nas suas aulas, com o propósito de existir uma assimilação dos gestos e ações técnicas e táticas, o aprimoramento da tomada de decisão, uma melhor compreensão do jogo e uma participação efetiva dos alunos nas tarefas.

Quanto à demonstração dos exercícios, uma das estratégias utilizadas foi a solicitação de vários alunos proficientes para esse fim, sendo estes devidamente supervisionados pelo professor. Esta estratégia foi considerada eficaz, pois os restantes alunos evidenciaram-se atentos, facilitando o seu processo de compreensão e assimilação do pretendido. Corroborando Martins, Costa e Onofre (2020), a demonstração pode ser efetuada por alunos que executem, com correção, o modelo da tarefa preconizada, concedendo assim a oportunidade dos seus companheiros observarem a execução da tarefa e reiterar a prestação que observam. No que concerne à formação de grupos, a sua constituição possibilitou a interação de alunos com diferentes níveis de aptidão (Andrade, Pestana, Lopes, Lopes & Andrade, 2013). É ainda de salientar que os grupos não permaneceram fixos durante as aulas, o que permitiu aos alunos a aquisição de diferentes experiências e vivências entre si.

Inicialmente, foram utilizados exercícios de caráter mais analítico para a execução dos aspetos técnicos, de uma forma isolada, como por exemplo (1) a sustentação da bola/volante no ar através de toques com a raquete; (2) o transporte do objeto de jogo de uma extremidade a outra, sem que este tocasse no solo; (3) o trabalho cooperativo, de forma a contabilizar o maior número de toques efetuados entre si; (4) a realização do serviço curto/ comprido para o interior de um arco (Badminton), entre outros. Para tal, recorreu-se a situações diversificadas, lúdicas e competitivas. Anjos (2013) refere que os jogos lúdicos e competitivos visam auxiliar os alunos no processo de formação do conhecimento, bem como na melhoria da sua aprendizagem, assegurando o desenvolvimento das capacidades físico-motoras e socio afetivas, bem como a promoção de momentos prazerosos, de companheirismo e confiança entre os mesmos.

Ao longo das aulas, adotámos, predominantemente, o modelo de ensino *Teaching Games for Understanding (TGfU)*. Utilizou-se o jogo de singulares/ pares como meio fundamental para a aprendizagem e aperfeiçoamento dos gestos e ações técnicas dos alunos, mas também da capacidade de estes responderem adequadamente aos diferentes problemas inerentes às várias situações de jogo, evidenciando assim melhorias a nível tático. Na perspetiva de Clemente (2014), quando os docentes utilizam exercícios que se assemelhem ao contexto de jogo formal, os alunos são desafiados a solucionar problemas do jogo, o que lhes permite estimular a consciência tática e, conseqüentemente, compreender os aspetos táticos do mesmo. A utilização destes exercícios proporcionou, inclusive, um maior tempo de empenhamento motor e incitou nos alunos uma maior motivação, responsabilidade, autonomia e espírito competitivo.

Em suma, todas as situações/exercícios implementados nas aulas proporcionaram aos alunos a aquisição de novos conhecimentos, nomeadamente ao nível das regras inerentes à modalidade e dos aspetos tático-técnicos, permitindo uma evolução mais célere e eficaz da qualidade do jogo e do aperfeiçoamento íntegro dos alunos.

4.4.2. Voleibol

A matéria de ensino de Voleibol pertence ao grupo dos Jogos Desportivos Coletivos (JDC). Segundo Almada, Fernando, Lopes, Vicente e Vitória (2008), o Voleibol enquadra-se no modelo taxonómico dos desportos coletivos, onde se deve privilegiar a divisão do trabalho pelos vários constituintes de um grupo, requerendo, assim, uma distribuição de funções específicas e uma dinâmica e coordenação entre todos os envolvidos. Apesar desta modalidade possuir características que são transversais aos JDC, distingue-se dos demais pelo facto de ser uma matéria de ensino de não invasão.

O Voleibol, enquanto JDC, estabelece relações de cooperação entre os elementos da equipa e com os seus adversários, existindo no jogo uma organização, coordenação e racionalização das ações tático-técnicas individuais e coletivas entre os elementos das equipas, desde a tática coletiva até à tática individual (Mesquita, 1997). A sua prática na escola permite (1) o desenvolvimento das capacidades e das habilidades motoras, (2) o desenvolvimento da aptidão física, (3) o fortalecimento das relações grupais, (4) a solicitação dos processos cognitivos, (5) o desenvolvimento das valências físicas, nomeadamente a força, a resistência, a velocidade, o equilíbrio, a coordenação e a flexibilidade e (6) estimula o aspeto sócio afetivo, a alegria e a motivação dos alunos (Souza, Assumpção, Zabaglia & Garcia, 2011; Larreia & Loureiro, 2013).

Para a leção desta matéria de ensino, optou-se por utilizar, nas primeiras aulas, o Modelo de Instrução Direta (MID), em que, na perspetiva de Metzler (2011), as ações estão centradas no docente, sendo este o responsável por assumir a grande maioria das decisões diante todo o processo de Ensino-Aprendizagem, nomeadamente ao nível do desenvolvimento dos conteúdos, do envolvimento e do empenho dos alunos para uma participação efetiva nas tarefas. Neste sentido, pretendeu-se assumir o controlo e organização de todos os momentos da aula e obter uma maior rentabilização das tarefas e do tempo de empenhamento motor, de modo a evitar muitas interrupções e comportamentos fora da tarefa.

Posteriormente, adotámos o modelo de ensino *TGfU*, baseando a nossa intervenção, sobretudo, em situações de jogos reduzidos, corroborando a ideia de Costa, Greco, Mesquita, Graça e Garganta (2010) que afirmam que o ensino da modalidade deve ser realizado em formas de jogos reduzidos, tendo por base os pressupostos táticos do jogo, de forma a valorizar a componente cognitiva e a tomada de decisão dos alunos, bem como a sua compreensão do jogo. Assim, o docente concede a oportunidade de os alunos

resolverem os vários problemas táticos decorrentes do jogo, além de potencializar e motivar a participação dos alunos.

A abordagem pedagógica passou, inclusive, pelo desenvolvimento das ações técnicas através do processo analítico, onde foram utilizados exercícios critério para a abordagem das principais componentes críticas dos vários gestos técnicos, e das ações tático-técnicas e princípios de jogo, partindo sempre de exercícios mais simplificados de jogo para exercícios de maior complexidade. Ao longo de todo este processo procurou-se também utilizar uma abordagem lúdica e competitiva, com o objetivo de tornar as aulas motivantes e levar os alunos a querer superar os seus limites e fomentar o gosto pela modalidade. Como nos revelam Oliveira, Marques e Cunha (2013), os alunos apresentam-se mais motivados quando os professores utilizam exercícios de caráter competitivo, sejam eles a partir de situações de jogo formal, jogo reduzido, torneios ou até mesmo situações analíticas. Deste modo, a abordagem competitiva apresenta-se como uma estratégia profícua para manter o aluno interessado e empenhado nas aulas (Mesquita & Graça, 2009).

Tendo em conta os diferentes níveis de aprendizagem existentes na turma, foram introduzidas várias condicionantes nos exercícios, como por exemplo: (1) manipular o espaço de jogo; (2) condicionar o número de toques por equipa; (3) deixar/ não deixar a bola tocar uma vez no solo e (4) agarrar a bola para posteriormente passar a um colega da sua equipa ou rematar, o que certifica a ideia de Quina (2009), que afirma que a manipulação dos níveis de complexidade das tarefas devem ser constantemente ajustadas às capacidades momentâneas dos alunos.

Foi necessário respeitar as várias etapas de aprendizagem dos alunos, de forma a consolidar determinados conteúdos, ações e comportamentos antes de elevar os níveis de complexidade das tarefas. Foram também utilizados exercícios alusivos ao Smashball que, segundo Castillo, García, Mayo, González e Catalán (2021), constitui uma adaptação do voleibol e visa facilitar a sua continuidade no jogo de acordo com a lógica interna dos desportos de cooperação-oposição. A sua aplicabilidade nas aulas foi um aspeto importante, pois permitiu-nos resolver algumas problemáticas evidenciadas pelos alunos, principalmente ao nível da receção ao serviço, do passe para o colega, do remate e da pouca fluidez do jogo. Assim, o desenvolvimento e consolidação destes aspetos proporcionou, à posteriori, uma melhor dinâmica e fluidez do jogo, tornando-se um polo facilitador aquando da transição para a situação de jogo reduzido, o que corrobora a ideia do autor supracitado, que afirma que a utilização do Smashball, bem como as suas

estratégias didático-pedagógicas, é útil para que os alunos possam evidenciar melhorias nas suas ações de jogo, bem como no apoio à autonomia, motivação e competição.

Ademais, optámos fundamentalmente pela realização de jogos reduzidos e condicionados, desde situações de jogo de 1x1 a 4x4, tendo em vista uma melhor compreensão do jogo e das suas regras, capacidade de leitura da trajetória da bola, articulação com os elementos da sua equipa e promoção de uma melhoria das capacidades tático-técnicas, quer individuais e coletivas, contribuindo, assim, para uma maior motivação e entusiasmo e para o sucesso de aprendizagem dos alunos.

4.4.3. Jogos Desportivos Coletivos de Invasão

Os JDCI apresentam uma grande expressividade no currículo da EF no âmbito escolar. Dado o seu potencial educativo e formativo, constituem uma parte importante da atividade desportiva dos alunos (Tavares, 2013).

Esta foi uma unidade de ensino abordada por etapas, mais concretamente ao longo de todo o ano letivo, e que permitiu ir ao encontro daquilo que define as AE, no que concerne ao 9.º ano de escolaridade, para as matérias de ensino de Basquetebol, Futebol e Andebol. Como refere Mesquita (1992), a sua prática constitui um meio formativo por excelência, na medida em que, quando devidamente orientada, possibilita aos alunos o desenvolvimento de competências em vários planos, de entre os quais se destacam o tático-estratégico, o cognitivo, o técnico e o sócio afetivo.

Ao nível do planeamento e conseqüente operacionalização das aulas, realizaram-se exercícios ajustados ao nível apresentado pelos alunos, com o intuito de confrontá-los com problemas que desafiassem a sua capacidade de compreensão e atuação. Como referem Lovatto e Galatti (2007), desde o primeiro contacto com os JDCI que os docentes devem realizar exercícios que se adequem ao nível e desenvolvimento dos alunos, bem como às exigências intrínsecas a cada uma destas modalidades desportivas, de forma que os mesmos possam compreender os aspetos tático-técnicos e, de acordo com Garganta (1995), ter a capacidade de atuar eficazmente face à imprevisibilidade e multiplicidade de problemas e situações decorrentes dos exercícios.

Além disso, os exercícios utilizados foram facilmente adaptados às três matérias de ensino, pois os problemas táticos e características das diferentes situações de aprendizagem eram similares, o que incitou a uma maior facilitação de todo o processo de aprendizagem dos alunos. Na mesma linha de pensamento, Gouveia et al., (2019) salientam a importância de os docentes implementarem nas suas aulas uma abordagem

tática ao ensino dos JDCI. A sua abordagem irá possibilitar aos docentes efetuarem o planeamento das suas unidades de ensino, com o intuito de auxiliar o aluno na assimilação dos problemas táticos, que são considerados transversais à diversidade de jogos de invasão, embora nos vários JDCI sejam solicitadas ações técnicas diversificadas (Gouveia et al., 2018).

No decorrer desta UD, foi dada ênfase a situações que incitassem (1) a relação e manipulação do objeto de jogo (bola), (2) o desenvolvimento dos gestos e ações tático-técnicas específicas de cada matéria de ensino, (3) as ações de cooperação entre os companheiros e (4) a ocupação racional do espaço de jogo, através de situações reduzidas e/ou condicionadas. Foi utilizado, inclusive, o método global/ complexo, onde os alunos desenvolveram os gestos técnicos através de situações pré-desportivas, evoluindo gradualmente até às situações de jogo formal. Foram equacionadas diferentes situações condicionadas de jogo, como por exemplo: (1) variação do espaço de jogo; (2) situações de inferioridade/ superioridade numérica; (3) recuperação da posse de bola, apenas no seu espaço defensivo e (4) passar a bola por todos os elementos da equipa antes de atingir um determinado objetivo, por exemplo o golo/ cesto, visando nos alunos uma melhor compreensão e consequente intervenção no jogo, com o propósito destes alcançarem os objetivos preconizados. Assim, as formas de jogo reduzido e condicionado foram enfatizadas no sentido de os alunos interpretarem os princípios táticos e utilizarem os gestos e as ações tático-técnicas mais ajustadas, em contexto de jogo, corroborando a ideia de Mesquita (2000) que salienta a importância dos alunos aprenderem os fundamentos do jogo mediante a apreensão do seu todo.

Com menor incidência, foram realizadas situações de carácter mais analítico, onde se enfatizou os aspetos técnicos, de uma forma segmentada, como por exemplo a realização de situações de passe, receção, condução de bola e remate. No entanto, estas situações foram utilizadas através de formas jogadas, lúdicas e competitivas, incitando nos alunos uma maior motivação e, consequente, o desenvolvimento das suas aptidões. Como aludem Bunker e Thorpe (1982), a utilização do método analítico apresenta pouco transfer para o contexto real do jogo e, como tal, a maior predominância ocorreu, fundamentalmente, a partir de situações de jogo, de modo a assegurar o ensino das habilidades de uma forma contextualizada. Isto corrobora a ideia de Prudente, Lopes, Fernando, Gouveia, Rodrigues e Sousa (2019), que referem que os alunos devem “*aprender a jogar jogando*” (p.56), de forma que as interações estejam sempre presentes e que os alunos possam desenvolver a sua capacidade de decisão, as estratégias do ponto

de vista individual e coletivo, com o desígnio de superar as dificuldades impostas pelo seu opositor nos diferentes momentos do jogo.

Assim, os alunos foram confrontados com diferentes problemas táticos do jogo, visando uma melhor compreensão e consciencialização, com o objetivo de estes procurarem encontrar as melhores soluções táticas face aos diferentes problemas com que se depararam. Como refere Garganta (2002), os alunos devem saber “o que fazer” e “como fazer” e, deste modo, selecionar e utilizar as respostas motoras que mais se adequam a cada situação. Para tal, é necessário apresentar uma adequada capacidade de decisão, decorrente de uma ajustada leitura do jogo, de forma a materializar a ação através de ações motoras específicas. Durante as aulas, optámos por utilizar o modelo de Ensino *TGfU*. Considero que a utilização deste modelo de ensino foi bastante pertinente, pois contribuiu para o desenvolvimento dos conhecimentos e competências dos alunos ao nível do jogo, através da compreensão tática, dos processos cognitivos e da perceção e tomada de decisão. Costa, Greco, Mesquita, Graça e Garganta (2010) indicam que a utilização deste modelo de ensino nas aulas de EF concede aos alunos a oportunidade de estes contruírem ativamente as suas próprias aprendizagens a partir de problemas táticos em contexto de jogo. Neste sentido, os alunos são incitados a procurar resolver os problemas, mediante um nível de compreensão e de ação criteriosa e intencional no que respeita à tática do jogo (Graça, 2007).

Ao nível da organização das aulas, procurou-se rentabilizar as instalações desportivas que nos foram concedidas ao longo do ano letivo para a lecionação das três matérias de ensino, mais concretamente os campos polidesportivos exteriores. Outro aspeto a salientar foi a realização de Kahoots para avaliar os conhecimentos adquiridos pelos alunos ao longo das aulas. Como referem Lopes, Rodrigues, Gouveia e Vicente (2017), as novas tecnologias podem e devem ser equacionadas como uma ferramenta de promoção, transformação e mudança de uma rotura, inculcando uma maior concisão no diagnóstico, precisão e controlo, tendo em conta ao tipo de Homem que se pretende formar, provido de criatividade, autonomia, capacidade crítica e de adaptação. Com a utilização desta ferramenta didática as aulas acabam por se tornar mais motivantes, despertando um ambiente competitivo e estimulante entre os alunos (Junior, 2017; Miranda, Moreira & Franco, 2020). Além disso, efetuou-se o planeamento e fixação de vários quadros competitivos para a realização de torneios intra turma, recorrendo a situações de jogo reduzido, condicionado e/ ou formal. Junior (2009) refere que a competição deve estar presente nas aulas de EF, visando auxiliar os alunos no seu

processo educativo. Esta deve ser impulsionada pelos professores através de uma abordagem didático-pedagógica adequada e consciente, considerando todos os alunos, de forma a proporcionar-lhes a oportunidade de adquirirem diferentes experiências que são fundamentais no seu processo de desenvolvimento. Para Hirama e Montagner (2013), as competições realizadas no âmbito escolar, apresentam um papel relevante no processo de Ensino-Aprendizagem, contudo devem ser estimuladas mediante uma proposta pedagógica norteada por condutas e princípios educativos. Segundo Lopes (2022), a educação “*não pode negligenciar e muito menos menosprezar o valor pedagógico da competição*” (p.36).

Ademais, a realização de vários torneios foi um aspeto muito positivo, pois os alunos apresentaram-se motivados, demonstraram um grande espírito de entreajuda e colaboração entre si, o tempo de empenhamento motor foi elevado e os comportamentos desvio foram escassos.

Em traços gerais, as aulas foram bem organizadas e ajustadas aos diferentes níveis apresentados pelos alunos. Estes envolveram-se ativamente nas tarefas propostas, não só como praticantes, mas também em outras funções, como por exemplo ao nível da arbitragem. No que concerne às tarefas de arbitragem, estas são função essencial nas mais variadas modalidades desportivas e proporcionam aos alunos uma experiência dotada de responsabilidade. Os alunos devem ser conhecedores das principais regras do jogo para corresponderem às expectativas e evitar erros que possam levar a divergências com os alunos das equipas. Adé, Ganière e Louvet (2018) referem que a visibilidade, particularmente elevada, do árbitro pode estimular o surgimento de interações cooperativas espontâneas entre os alunos, levando-os a mostrar atitudes solidárias e empáticas em relação ao aluno que desempenha a função de árbitro e, assim, ajudando a manter a sua posição de colega.

Outro aspeto importante foi o facto de todos os exercícios realizados nas aulas apresentarem uma intencionalidade e a competição estar sempre presente, contribuindo para que os índices motivacionais dos alunos aumentassem. Além disso, os alunos desenvolveram uma melhor compreensão tática do jogo e as suas capacidades e ações tático-técnicas, visando uma aprendizagem efetiva ao longo do processo de Ensino-Aprendizagem.

4.4.4. Atletismo

O Atletismo é uma matéria de ensino que está incluída nos planos curriculares da EF, ao longo dos vários ciclos de ensino. Esta é uma modalidade que permite proporcionar aos alunos um conjunto de vivências que fomentam o desenvolvimento das capacidades e habilidades motoras que são transversais a outras modalidades como correr, saltar e lançar (Gonçalves & Lopes 2017).

De acordo com a Taxonomia de Almada, Fernando, Lopes, Vicente e Vitória (2008), o atletismo insere-se, maioritariamente, no Modelo dos Desportos Individuais onde o rendimento do indivíduo depende exclusivamente do próprio e as regras determinam um contexto específico. Deste modo, o aluno é levado a compreender que qualquer ação terá influência na ação motora e, por conseguinte, deve apresentar uma maior perceção das suas próprias capacidades, do conhecimento do “eu” e dos fatores alusivos ao rendimento.

Dado o seu elevado potencial educativo, cabe aos professores de EF lecionarem esta modalidade na escola, através de uma forma atrativa, lúdica e competitiva, procurando incutir nos alunos o gosto pelo desporto e, neste caso particular, pelo Atletismo. De acordo com Rolim e Colaço (2002), citados por Silva, Simões, Silva, Nóbrega e Lopes (2016), as propostas de aprendizagem do Atletismo devem centrar-se na realização de formas jogadas e a sua abordagem deve abarcar conteúdos lúdicos e competitivos, de modo que os alunos se sintam motivados ao longo do processo de Ensino-Aprendizagem.

Porém, ainda se verifica inúmeras resistências por parte de muitos professores de EF em lecionar esta matéria de ensino na escola. Estes alegam que a sua não lecionação deve-se ao facto de não possuírem formação específica, do pouco interesse demonstrado pelos alunos e da escassez de materiais e de espaços apropriados na escola (Matthiesen, Silva & Silva, 2008; Silva, Simões, Silva, Nóbrega & Lopes, 2016). Ademais, considera-se existir um elevado desfasamento entre o que está contemplado nos programas curriculares e nas AE e o nível de conhecimentos e de competências motoras que seria expectável os alunos adquirirem e consolidarem, no que concerne à matéria de ensino de Atletismo (Gonçalves & Lopes 2017).

Com a elaboração desta UD, foram proporcionadas atividades educativas e situações de aprendizagem relacionadas com as diferentes disciplinas, nomeadamente corridas, saltos e lançamentos. A sua lecionação permite aos alunos desenvolverem diversas habilidades motoras, as capacidades físicas, a cooperação durante as atividades,

o respeito pelas regras de organização, a atuação de forma segura e, além disso, fomentar a valorização da prática desportiva. De acordo com Vasconcelos, Zanotto, Alves e Paulo (2019), a abordagem do Atletismo possibilita aos alunos a aquisição de experiências que os preparem para os desafios do quotidiano, a extensão das experiências motoras, as vivências das práticas desportivas e as manifestações da cultura corporal associada ao movimento.

A sua abordagem em termos didático-pedagógicos, passou pelo desenvolvimento das ações técnicas e da realização de progressões que se aproximam das corridas formais, embora condicionadas pelos espaços físicos existentes. Pretendeu-se, inclusivamente, conceder aos alunos um conhecimento e aperfeiçoamento das principais disciplinas que dela fazem parte, de modo que estes pudessem desenvolver as suas capacidades do ponto de vista físico, motor, técnico, cognitivo e sócio afetivo. Segundo Matthiesen e Calvo (2004), o professor deve utilizar orientações didático-pedagógicas, de forma que os alunos possam estar motivados, conheçam e compreendam as diferentes modalidades do Atletismo e aprendam as suas regras e técnicas indispensáveis à sua correta execução.

Ao longo das aulas, ao nível da demonstração dos exercícios, utilizámos por diversas vezes o método parcial-analítico. Neste sentido, as demonstrações efetuadas incidiram em exercícios de carácter mais analítico, dividindo-o em partes, de forma que os alunos pudessem observar, compreender e, de seguida, desenvolver adequadamente o gesto técnico associado, de forma a rentabilizar o seu desempenho. Esta situação é comprovada pela ideia de Quina (2009), que refere que o método parcial-analítico corresponde ao ensino de uma determinada tarefa ou gesto técnico-tático de forma segmentada. Porém, numa fase subsequente, depois de os alunos aprenderem e assimilarem as diferentes partes da tarefa, estas são ligadas entre si até a aquisição global da mesma.

Ao nível das estratégias pedagógicas, optámos por trabalhar, predominantemente, por estações, dividindo os alunos em vários grupos. Para a leção da matéria de ensino de atletismo, numa fase inicial, optámos por aplicar o MID. A partir deste, foram estabelecidas regras, normas e rotinas, com o propósito de obter a rendibilização máxima do tempo de empenhamento motor dos alunos. Além disso, foram decididas as situações de aprendizagem e progressões, nas quais os alunos recebiam informações respeitantes aos critérios de êxito que teriam de cumprir, corroborando a ideia de Pereira, Mesquita, Araújo e Rolim (2013) que nos afirmam que o MID é um modelo de ensino centrado no

professor e que concede ao aluno um papel passivo nas aulas, pois estes apenas se limitam a reproduzir o que o docente lhes transmite.

Foi utilizado, inclusive, o estilo de ensino por descoberta guiada, onde os alunos teriam de encontrar respostas aos problemas impostos. Para isso, foram implementadas sequências lógicas nos exercícios, permitindo que os alunos descobrissem autonomamente as diferentes formas de resolver os problemas. Neste sentido, os alunos devem escolher e testar as várias soluções para os problemas que lhes são colocados, sendo que o professor deve acompanhar o processo de descoberta dos mesmos, estimulá-los e conduzi-los para a solução que mais se ajusta à situação (Martins, Gomes & Costa, 2017). Esta abordagem teve um contributo importante ao nível da criatividade e autonomia dos alunos, incitando uma maior motivação na realização das tarefas e contribuindo positivamente para o seu processo de desenvolvimento.

Em várias aulas, utilizaram-se alguns pressupostos contemplados no Modelo de Educação Desportiva (MED), nomeadamente a atribuição de diferentes papéis aos alunos, como o registar e analisar resultados obtidos, verificar a exequibilidade do material a ser utilizado, definir sistemas de pontuação, avaliar o desempenho dos participantes, desempenhar funções de juiz e cronometrista e participar na realização do formato das regras e competições a desenvolver na turma. Através da sua aplicabilidade nas aulas foi proporcionada aos alunos uma experiência desportiva enriquecedora e autêntica, tornando os alunos mais competentes, cultos e desportistas entusiastas (Siedentop et al., 2014 citado por Gouveia et al. 2020). Estes aspetos contribuíram positivamente para a valorização da autonomia e responsabilidade dos alunos e também para a aquisição e desenvolvimento de uma multiplicidade de competências essenciais, enfatizando o papel ativo e cooperante do aluno no processo de aprendizagem.

4.4.5. Ginástica

A Ginástica apresenta um elevado potencial educativo, possibilitando aos alunos o desenvolvimento da sua flexibilidade, resistência muscular, coordenação motora e ainda pode apresentar um carácter lúdico (Vieira, 2013). Esta é uma das modalidades mais completas para o desenvolvimento das habilidades motoras dos alunos, pois traz inúmeras oportunidades de movimento, nas quais se destacam os movimentos corporais (Resende, 2016).

Com a elaboração desta UD, abordámos, fundamentalmente, alguns conteúdos da ginástica de solo, de aparelhos e, em menor predominância, a ginástica acrobática, visando o progresso ao nível das capacidades e conseqüentes aprendizagens dos alunos.

Para uma maior rentabilização do tempo útil das aulas e para se abordar os vários conteúdos programáticos, utilizou-se os intervalos para proceder a toda a preparação e montagem prévia do material necessário, tendo para isso a colaboração de vários elementos da turma. Como referem Seabra, Silva e Resende (2016), o estabelecimento de rotinas como utilizar métodos para agrupar os alunos e “economizar” tempo, apresentam resultados benéficos na medida em que possibilita ao professor a rentabilização das aulas, o controlo da disciplina e a potencialização do tempo útil de aula.

Para a lecionação das aulas, optou-se por utilizar, principalmente, o trabalho por estações. Assim, cada grupo de alunos integrava uma estação e, durante um tempo estipulado pelo professor, executava um determinado exercício ou sequência de exercícios. Além disso, no momento da realização das tarefas, procurou-se evitar os tempos de espera elevados, tendo recorrido inclusive à utilização de subestações, indo ao encontro da perspectiva de Quina (2009), que refere que cada estação criada pode agregar dois conjuntos de tarefas, nomeadamente uma tarefa principal e uma ou várias tarefas complementares, diminuindo assim o tempo de espera dos alunos para a realização das mesmas.

No que concerne aos modelos de ensino utilizados, inicialmente optou-se por utilizar o MID, sendo proporcionada aos alunos a máxima supervisão na prática e dos vários momentos da aula, promovendo elevadas taxas de envolvimento e de participação nas várias tarefas. Segundo Mesquita e Graça (2006), a utilização deste modelo de ensino nas aulas de EF prioriza as estratégias instrucionais, bem como a monitorização e o controlo efetivo, por parte do professor, das atividades que implementa nas aulas. Antunes, (2019) indica que este é o modelo mais tradicional e o mais utilizado, segundo o qual o professor assume o total controlo da aula, através da prescrição de todas as tarefas que os alunos executam nas aulas.

Numa fase seguinte, utilizou-se o Modelo Desenvolvimental (MD), tendo como propósito dar maior ênfase à realização de vários exercícios gímnicos através da utilização de sequências e progressões pedagógicas, visando alcançar, posteriormente, os elementos gímnicos na sua globalidade. Como alude Mesquita (2006), este modelo de ensino baseia-se numa progressão das tarefas através de um grau de complexidade crescente, porém não é imperativo cumprir uma hierarquia intransigente, mas sim adequar

as exigências das tarefas motoras ao nível e à capacidade de resposta apresentada pelos alunos, visando uma maior eficácia pedagógica e consequente progressão na sua aprendizagem.

Além disso, foram formados grupos fixos de trabalho, sendo que em cada um dos grupos, houve a preocupação de constituir grupos heterogêneos, com o objetivo dos alunos mais proficientes auxiliarem os alunos com menor proficiência a concretizarem com êxito as tarefas propostas. Andrade, Pestana, Lopes, Lopes & Andrade (2013) referem que, ao manipular determinados fatores de cada situação de aprendizagem, o docente possibilita que os alunos com maior proficiência e os menos proficientes evoluam conjuntamente, o que permite potenciar uma relação entre ambos, através de uma interação entre companheiros, mas também como opositores, fazendo com que cada aluno possa contribuir para levar o outro a atuar dentro dos seus limites.

Ao longo das aulas foram, inclusive, indicados vários alunos proficientes da turma para demonstrarem os exercícios que os alunos deveriam realizar nas respetivas estações e como deveriam ser efetuadas as ajudas aos seus colegas, responsabilizando-os em todos os momentos da aula. O professor deve garantir a qualidade e pertinência da informação que transmite aos seus alunos, bem como a correta execução das respetivas demonstrações dos exercícios, de forma breve, simples e concisa. Não obstante, pode indicar um ou vários alunos da turma para serem “agentes de ensino” e demonstrar as habilidades à turma, embora estes sejam devidamente supervisionados pelo professor (Araújo, 2017).

Outro aspeto fundamental foi o facto de se ter disponibilizado material de apoio acerca dos principais critérios de êxito das situações de aprendizagem. Este foi um meio facilitador, que visou auxiliar os alunos quando apresentavam dúvidas sobre “como fazer”. Darido, Impolcetto, Barroso e Rodrigues (2010) afirmam que o material de apoio didático se encontra intimamente relacionado com o processo de Ensino-Aprendizagem, cuja elaboração visa auxiliar as necessidades do docente, mais concretamente ao nível da planificação, intervenção e avaliação, mas também contribuir para as aprendizagens dos alunos. Neste sentido, assegurou-se a permanência de um/ dois colegas com competência para auxiliar os seus companheiros ao nível das ajudas e correções, de forma a garantir as condições de segurança. Neste âmbito, a investigação tem vindo a evidenciar que os alunos que possuem maiores conhecimentos e proficiência ao nível do seu desempenho motor, podem apresentar capacidades para auxiliar e viabilizar a aprendizagem dos seus companheiros de turma (Ward & Lee, 2005).

É ainda de referir que, em cada uma das aulas, cada grupo ficou responsável pela arrumação do material didático na arrecadação. Considero que esta estratégia foi bastante pertinente, pois o tempo útil de aula foi otimizado, concedeu-se mais autonomia e responsabilidade aos alunos e foram evitadas aglomerações em torno da arrecadação. Piéron (1992), citado por Quina (2009), destaca a importância de os docentes estabelecerem rotinas organizativas, de forma que os alunos possam se familiarizar com os espaços e os materiais a serem utilizados na aula. Além disso, os docentes devem apresentar regras para o transporte, colocação e arrumação do material, uma vez que a boa organização evidenciada nas aulas irá facilitar as condições de ensino e aprendizagem, sendo uma condição fundamental do sucesso pedagógico.

4.4.6. Atividades Rítmicas e Expressivas

As Atividades Rítmicas e Expressivas (ARE) - Dança são uma matéria de ensino que está contemplada nos planos curriculares da EF, ao longo dos vários ciclos de ensino. Esta apresenta um potencial educativo com inúmeros benefícios, nomeadamente a nível físico e psicológico, mas também a nível emocional, intelectual e social. A lecionação desta matéria permite trabalhar diversas áreas de competência definidas no (PASEO, 2017), tais como a consciência, o domínio corporal, a saúde, o bem-estar, o relacionamento interpessoal, o desenvolvimento pessoal, a autonomia e a sensibilidade estética e artística.

A UD de ARE - Dança foi a última a fazer parte dos momentos de lecionação enquanto professor estagiário de EF. Foi concedida a oportunidade de os alunos explorarem, quer individualmente, quer em pequenos grupos, vários movimentos locomotores e não locomotores e desenvolverem as suas capacidades motoras e criativas, as destrezas rítmicas, as relações interpessoais e socio afetivas e a necessidade de comunicação e expressão (Batalha, 2004).

É de salientar que, antes de lecionar estas aulas, foi necessário efetuar um trabalho prévio, de forma a estar preparado no momento da sua lecionação. Como tal, houve a preocupação em consultar algum material didático que nos foi disponibilizado ao longo das aulas do 1.º ano de Mestrado e aprofundar os meus conhecimentos, para posteriormente os poder transmitir aos alunos de uma forma clara e coerente. Todo este trabalho antecedente contribuiu para melhorar não só a minha intervenção pedagógica, como também os meus índices de confiança ao longo das aulas. Tal como apontam Januário, Anacleto e Henrique (2015), o facto de o professor efetuar uma preparação

prévia das suas aulas, permite ajudá-lo a ter uma intervenção pedagógica mais ajustada e eficaz, bem como prevenir e evitar possíveis erros, equívocos ou outro tipo de situações pouco exequíveis no processo de Ensino-Aprendizagem.

Foram equacionadas estratégias didático-pedagógicas e metodologias a serem utilizadas para que os alunos se apresentassem motivados e predispostos para aprender, melhorar as suas aptidões e, conseqüentemente contribuir para a formação do aluno autónomo, com espírito crítico e criativo. Numa fase inicial, optou-se por adotar o estilo por comando, de forma a apresentar um maior controlo da turma e fazer com que os alunos cumprissem com todas as ações transmitidas. Como refere Quina (2009) este é provavelmente o estilo de ensino que os professores de EF mais utilizam nas suas aulas, principalmente aqueles que pretendem priorizar um controlo efetivo dos seus alunos, bem como dos objetivos delineados em termos do desenvolvimento das suas capacidades físico-motoras. No que concerne aos exercícios, estes devem ser apresentados aos alunos através de uma demonstração e conseqüente explicação. Posteriormente, os alunos iniciam e terminam os exercícios à ordem estipulada pelo docente. Ao longo da realização das tarefas, a utilização deste estilo de ensino contempla, ainda, o facto de os alunos apenas responderem aos estímulos produzidos pelo professor, sendo por vezes assinalada uma determinada cadência que deve ser cumprida por estes. Não obstante, o professor deve observar a execução dos alunos e corrigir os seus erros, quer no ponto de vista individual quer coletivo. Sendo este um período que se repete ciclicamente em todos os exercícios, constatou-se um maior tempo de empenhamento motor e menos comportamentos fora da tarefa durante as atividades, reforçando a ideia de (Quina, 2009; Martins, Gomes & Costa, 2017) que afirmam que as estruturas organizativas, quando devidamente implementadas, permitem assegurar mais tempo útil de prática e, por conseguinte, elevar o tempo de empenhamento motor dos alunos.

De seguida, optou-se por adotar o estilo de ensino por descoberta, com o propósito de estimular a criatividade e a autonomia dos alunos, de modo que estes possam se expressar e adaptar às diferentes situações e descobrir, de forma autónoma e responsável, as formas de resolver os mais variados problemas. Além disso, torna-se essencial o docente utilizar *feedbacks* orientadores regulares que permitam o sucesso e a motivação do aluno ao longo das aulas. Como salienta Botelho (2016), através das ARE - Dança, pretende-se que os alunos possuam a consciência e o domínio do seu corpo, desenvolvam e aperfeiçoem as suas possibilidades de movimentação, explorem novos espaços, superem os seus limites, tendo assim, a oportunidade de enfrentar novos desafios.

O facto de facultar algum material didático, com alguma antecedência, como por exemplo material audiovisual de apoio à aula, também foi um aspeto importante, pois, além de ter reduzido o tempo de explicação e instrução nas aulas, os alunos apresentaram-se mais predispostos e consciencializados para trabalhar alguns dos conteúdos programáticos, pois tiveram a oportunidade de consultá-los antecipadamente através da plataforma *classroom*, visando assim uma maior rentabilização do processo de Ensino-Aprendizagem. Segundo Vieira e Restivo (2014), as novas tecnologias contribuíram para uma transformação no sistema educativo. Esta alteração de paradigma originou um novo processo de Ensino-Aprendizagem onde os alunos devem estar no centro do processo de ensino e, como tal, as estratégias pedagógicas a serem utilizadas devem ser equacionadas, de forma a torná-los cada vez mais próximos do tipo de Homem que pretendemos formar.

No que se refere às danças tradicionais portuguesas e às danças sociais abordadas nas aulas, os alunos já apresentavam algum conhecimento proveniente dos anos anteriores, o facilitou todo o processo de Ensino-Aprendizagem. Silva, Velozo e Rodrigues (2008) reforçam a ideia de que o professor pode partir do conhecimento prévio dos alunos para construir a sua ação pedagógica.

O facto de termos optado por desafiar os alunos para a criação e apresentação de algumas coreografias em grupo, fez com que estes tenham adquirido e consolidado algumas competências importantes e apresentado mais autonomia e criatividade, contribuindo para que os objetivos fossem alcançados de forma positiva e entusiasta. A dinamização deste tipo de atividade vai ao encontro da visão de Vieira (2007), que refere que os alunos necessitam de diferentes experiências e sensações que permitam desenvolver a sua criatividade, através da liberdade de movimento, bem como a criação de relações consigo e com os seus colegas, de forma consciente, assim como o desenvolvimento no domínio corporal.

4.4.7. Aptidão Física

A escola é a instituição de ensino onde é possível influenciar os alunos a adotarem hábitos e estilos de vida ativos e saudáveis. Segundo Matos (2004), a disciplina de EF torna-se fundamental no processo de desenvolvimento dos alunos. Esta apresenta um papel privilegiado e imprescindível na promoção, criação e aquisição de hábitos e estilos de vida saudáveis, estabelecendo-se como meta de qualquer sistema educativo.

Como salienta Ferreira (2020), a aptidão física está intimamente relacionada com múltiplos benefícios para a saúde. A prática do exercício físico, quando realizada de

forma regular e bem orientada, pode contribuir positivamente para uma vida ativa, mas também para a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos alunos. Assim, os indivíduos que apresentam bons indicadores de aptidão física tendem a aumentar o seu desempenho físico e, conseqüentemente, a preservar e a melhorar a sua saúde ao longo de todo o ciclo de vida.

De acordo com os programas curriculares e as AE, uma das finalidades da EF passa por melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de cada um dos alunos, mas também proporcionar a aprendizagem de conhecimentos e de competências práticas que permitam aos alunos, de forma autónoma, a preservação e elevação dessas capacidades (Silva, Vieira, Costa & Batista, 2022).

Quanto às avaliações que foram efetuadas com a turma, mais concretamente ao nível da composição corporal e da aptidão física, estas tiveram como base a aplicação da bateria de testes FITescola, integrada no projeto EFERAM-CIT. Através da sua aplicação, foi necessário recolher informações precisas acerca dos alunos, de modo a aferir o nível das suas capacidades, visando uma melhor adequação da intervenção pedagógica ao longo das aulas subsequentes, o que vai ao encontro do que é aludido por Darido, Galvão, Ferreira e Fiorin (1999) que afirmam que o docente deve apresentar um conhecimento detalhado dos elementos que compõem a turma, de forma a contextualizar e ajustar a sua intervenção pedagógica e, posteriormente, intervir de forma eficaz ao longo de todo o processo de Ensino-Aprendizagem.

No decorrer do ano letivo, tendo em consideração os resultados obtidos na primeira avaliação, optámos por adotar diversas estratégias pedagógicas com o propósito de ir ao encontro das necessidades dos alunos e de mantê-los motivados e com predisposição para melhorar as componentes da Aptidão Física como a aptidão neuromuscular, a composição corporal e a aptidão aeróbia. Segundo Hanauer (2016) os professores podem abordar a aptidão física recorrendo a atividades lúdicas e recreativas que estimulem a motivação dos alunos e que os mantenha integrados nas tarefas de forma alegre e prazerosa.

Foram realizados um conjunto de exercícios de AF estruturados, devidamente supervisionados e adaptados às capacidades e necessidades de cada individualidade da turma, mais concretamente na parte inicial de algumas aulas. Assim, nos primeiros 10 a 15 minutos das respetivas aulas, estes exercícios seriam efetuados como aquecimento, com os alunos dispostos a pares/ grupos e/ ou individualmente. Foram, inclusive,

utilizadas novas tecnologias e ferramentas didático-pedagógicas, como por exemplo, a aplicação “*Tabata Timer*”, para a realização de exercícios de aptidão física, em que se pretendeu que os alunos desenvolvessem as capacidades motoras condicionais e coordenativas, nomeadamente a resistência, a força, a velocidade, a flexibilidade e a destreza geral. A sua operacionalização fez com que os alunos apresentassem uma maior motivação e foco nas tarefas, pois teriam de atingir determinados objetivos em um tempo estipulado. Além disso, cada um dos alunos teria de efetuar os exercícios ao seu ritmo e respeitar o tempo de recuperação entre cada um deles. Como salienta Rodrigues (2000) citado por Ribeiro (2023), é essencial que o professor realize exercícios que promovam o desenvolvimento das capacidades físicas, no entanto, é necessário garantir que a intensidade do esforço desenvolvido pelos alunos seja congruente com as suas reais capacidades, visando uma adequação dos estímulos externos.

Outra das estratégias utilizadas nas aulas foi a realização de estações / circuitos, agregando a aptidão física ao trabalho específico de uma determinada modalidade, incitando nos alunos uma maior motivação e competitividade entre si. Assim, a Aptidão Física, quando articulada ao desempenho em uma determinada modalidade desportiva, possibilita manter os alunos mais envolvidos na prática, aumentando assim as oportunidades de melhorar as suas componentes físico-motoras, cognitivas e sociais (Marçal, 2021).

No âmbito do projeto EFERAM-CIT, tendo em conta que foram avaliadas várias componentes da Aptidão Física, em dois momentos distintos, mais precisamente no início e no final do ano letivo, pretendeu-se aferir se foram evidenciadas melhorias.

Com base nos resultados obtidos na avaliação inicial, ao nível da Aptidão Física, observou-se que grande parte dos alunos da turma se encontra abaixo da zona saudável, em várias componentes, nomeadamente no vaivém, senta e alcança, extensão de braços, impulsão horizontal, agilidade e velocidade. Já nos testes de abdominais, de impulsão vertical e flexão de ombros (direita e esquerda), a maioria dos alunos apresenta valores positivos, apresentando-se na “zona saudável”. É ainda de salientar que vários alunos apresentam um “perfil atlético” no senta e alcança, nos abdominais, na extensão de braços, na impulsão vertical e na velocidade.

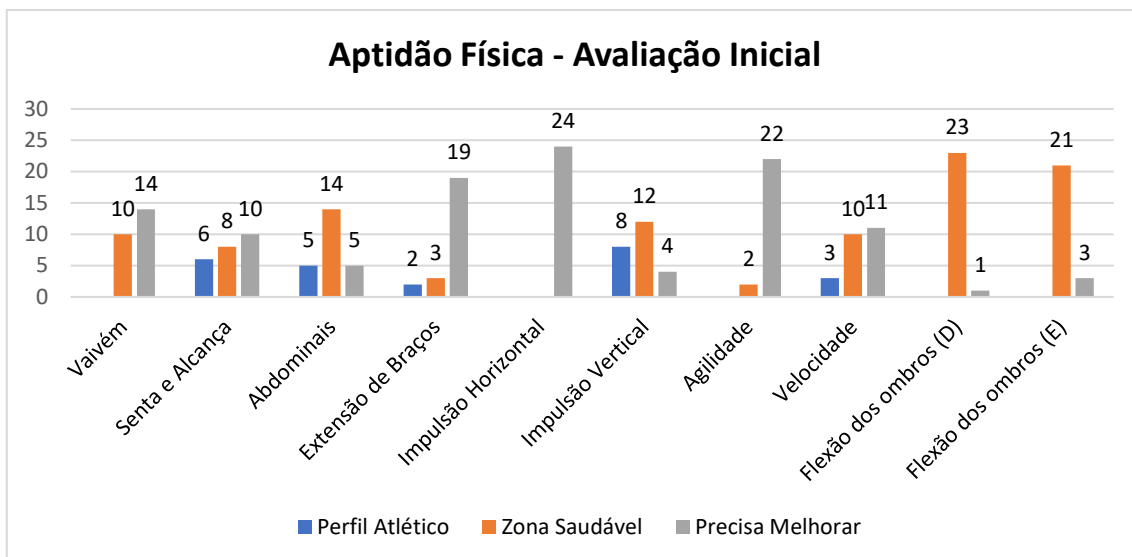


Gráfico 1 - Avaliação Inicial da Aptidão Física

De acordo com os resultados obtidos na avaliação final, foi possível constatar que os alunos apresentaram melhorias nos testes: Vaivém, senta e alcança, abdominais, extensão de braços, impulsão vertical, agilidade e flexão de ombros (esquerda). Contudo, ainda se verifica, em alguns parâmetros, que vários alunos apresentam valores abaixo da zona pretendida que necessitam ser melhorados. Outro aspecto a evidenciar foi o aumento de alunos que se verificou ao nível do “perfil atlético”, mais concretamente, no vaivém, senta e alcança, abdominais e impulsão vertical. Como podemos observar no gráfico 2, no momento da avaliação final, 1 e 2 alunos, respetivamente, encontravam-se lesionados e, como tal, não foi possível obter dados nos vários parâmetros de avaliação.

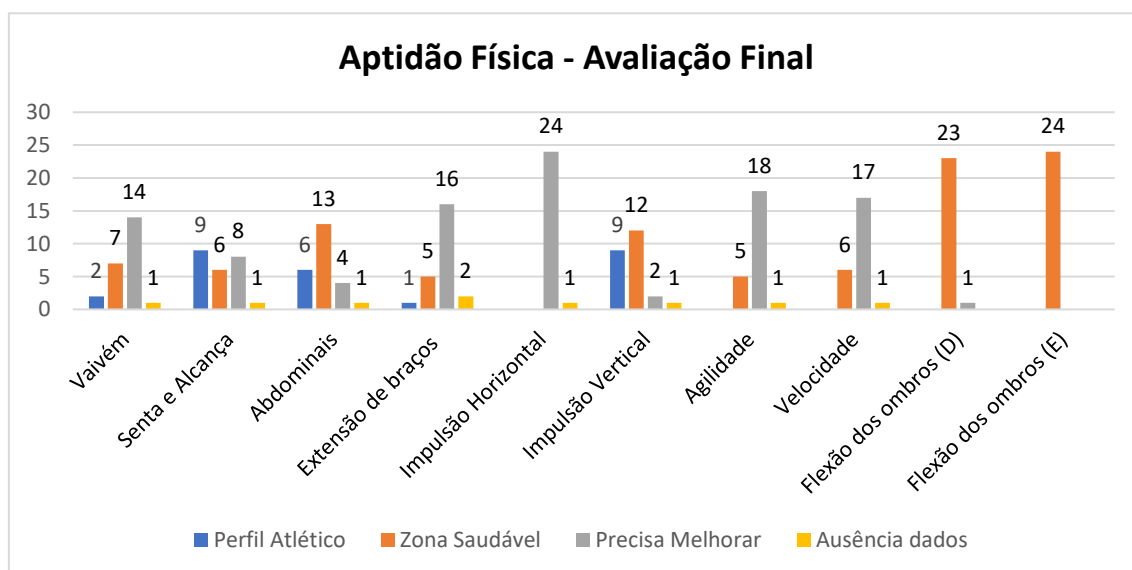


Gráfico 2 - Avaliação Final da Aptidão Física

Embora se tenha constatado melhorias em diversas componentes da aptidão física, o nosso propósito seria a colocação de todos os elementos da turma em “zona saudável”, no entanto, não foi possível atingir tal intento. Contudo, ao longo das aulas os alunos foram dedicados e empenhados nas tarefas e, acima de tudo, cooperaram entre si, ajudando-se reciprocamente para que os objetivos propostos para cada uma das aulas lecionadas fossem alcançados com êxito.

4.5. Plano de aula

O plano de aula é considerado um instrumento didático-pedagógico necessário à prática docente. Este é um documento essencial que permite aos docentes organizar um conjunto de atividades e auxiliá-los na antecipação das suas ações, de forma a procurar obter os resultados pretendidos. Segundo Santos e Pereira (2021), todo o planeamento deve apresentar uma intencionalidade pedagógica, de forma a rentabilizar o processo de construção do indivíduo. Como tal, é importante que os docentes compreendam essa atividade como uma prática pedagógica ajustada, coerente e reflexiva.

Na perspetiva de Schewtschik (2017), a elaboração do plano de aula permite que as atividades sejam desenvolvidas de forma intencional e que os docentes direcionem as suas ações numa perspetiva transformadora, na procura por atingir objetivos delineados e proporcionar aprendizagens significativas aos seus alunos. Já Oliveira, Rocha e Oliveira (2018) referem que os professores devem conhecer as principais etapas referentes ao planeamento, pois a partir destas poderão traçar com maior clareza os seus objetivos, definir e adequar as estratégias didático-pedagógicas e metodologias a utilizar na realização das atividades e delinear o modo de como os conteúdos serão ministrados ao longo das aulas.

Como refere Libâneo (2013), os professores estão constantemente a organizar e reorganizar o seu trabalho docente, de forma a corresponder às necessidades e potencialidades dos alunos. Neste sentido, o seu plano de aula deve ser flexível, pois pode ser submetido a adaptações, uma vez que a realidade deparada nas aulas está permanentemente em mudança. Segundo Maciel e Tullio (2020), os docentes devem ser capazes de diagnosticar e aferir a eficiência do seu planeamento e ter a capacidade de compreender o que necessita ser alterado para que os alunos possam elevar os seus níveis de aprendizagem ao longo de todo o processo de ensino. Os mesmos autores afirmam que para se constituir um plano de aula é necessário os docentes considerarem inúmeros aspetos, tais como: (1) a clareza e objetividade; (2) a atualização do plano; (3) o

conhecimento dos recursos e meios disponíveis no contexto escolar; (4) a articulação entre a componente teórica e prática; (5) a utilização de metodologias que possam auxiliar o processo de Ensino-Aprendizagem; (6) a previsão da durabilidade das tarefas; (7) a flexibilidade no plano de aula e (8) a preparação de aulas de acordo com a realidade dos alunos.

Inicialmente, optou-se por utilizar um protótipo de plano de aula o qual tinha vindo a utilizar regularmente desde o primeiro ano do mestrado. Contudo, em consonância com o orientador cooperante, considerámos que este documento poderia sofrer algumas adaptações, de forma a tornar-se mais prático e operacional, abarcando somente as informações necessárias para que a simbiose entre o documento e a sua aplicabilidade nas aulas fosse otimizada. Assim, o plano de aula foi organizado mediante três categorias, sendo elas: (1) o cabeçalho - onde nele consta o número do plano de aula; as unidades didáticas a serem lecionadas; o ano e turma de leção; a data, hora e duração da aula; bem como a instalação a que se destina; os recursos materiais e os objetivos propostos para a aula; (2) a Parte 1 (aquecimento), a Parte 2 e a Parte 3 (retorno à calma) - onde em cada uma das situações foram apresentados os conteúdos / objetivos; a descrição do exercício / estratégias pedagógicas; a esquematização gráfica e a duração das atividades; e (3) a avaliação formativa; o sumário; as observações e a reflexão crítica das aulas – onde se realizou a avaliação formativa dos alunos (tendo em consideração os vários critérios de avaliação), o sumário dos conteúdos a abordar nas aulas, a anotação de observações pertinentes acerca da PL e a reflexão da aula, evidenciando os aspetos positivos, bem como os aspetos que teriam de ser melhorados ao nível da minha intervenção didático-pedagógica. Como referem Maciel e Tullio (2020), sempre que os docentes aplicarem o plano de aula devem posteriormente avaliar os aspetos positivos e menos positivos do seu planeamento, de forma a averiguar a adequação do conteúdo, a apropriação dos métodos e a compreensão dos alunos no que concerne a tudo o que é explanado durante a aula.

4.6. Concetualização do Processo de Avaliação na Educação Física

A avaliação assume-se como uma das partes integradoras do processo educativo, necessária em qualquer proposta de educação (Simões, Fernandes & Lopes, 2014). Os mesmos autores salientam que a avaliação não deve ser entendida como uma simples atribuição de nota aos alunos de forma a “rotulá-los”. Este deve ser um meio no qual os

docentes orientam a sua prática educativa tendo em consideração as reais necessidades dos seus discentes.

O processo de avaliação constitui-se como um dos instrumentos didático-pedagógicos mais preponderantes, com vista a auxiliar o docente e os alunos na obtenção de resultados e na identificação de erros/ falhas durante o processo de Ensino-Aprendizagem, visando as suas correções. É o resultado do trabalho docente e dos seus alunos na procura do conhecimento e, conseqüentemente, da aprendizagem (Silva & Peric, 2009).

Segundo Santos, Petrica, Serrano, Batista e Honório (2020) a avaliação é um processo contínuo e complexo, onde as diferentes etapas avaliativas devem ser implementadas, de forma criteriosa, para ser exequível a aquisição de indicadores que evidenciem uma aprendizagem efetiva. Perante a sua preponderância, torna-se imprescindível avaliar o processo de ensino, a aprendizagem dos alunos e inclusivamente a prática docente. Na perspetiva de Santos e Maximiano (2013), a avaliação caracteriza-se como uma ação sistemática de observação, registo e acompanhamento dos processos formativos, quer de alunos e professores, viabilizando assim um tempo e espaço para que estes possam atuar e manifestar uma participação ativa.

Simões, Fernandes e Lopes (2014) referem que a avaliação deve ser considerada inovadora, com o propósito de conduzir os alunos à apropriação de informações e de as utilizar nos mais variados contextos, de forma adequada, permitindo-lhes tomarem decisões com autonomia, responsabilidade e criatividade.

Na perspetiva de Darido (2012), o processo de avaliação deve estar direcionado para a aquisição de conhecimentos, atitudes, competências e habilidades dos alunos. Para se proceder a uma avaliação é necessário identificar, desenvolver e valorizar a expressão individual, constatando potencialidades, mas também dificuldades de aprendizagem, bem como as suas causas. Neste sentido, quando estas se encontram devidamente assimiladas proporcionam uma aprendizagem mais significativa (Bratfische, 2003). De acordo com Mesquita (2005), o papel da avaliação caracteriza-se pela reflexão e controlo de todo o processo, com o propósito de obter melhorias ao nível da sua intervenção. Neste sentido, a avaliação é um processo contínuo que pretende, fundamentalmente, ser reguladora de todo o processo de Ensino-Aprendizagem e contribuir para o desenvolvimento integral dos alunos.

Embora o processo avaliativo possa ser realizado interna e externamente, a nossa abordagem irá centrar-se apenas na avaliação interna, sendo esta contemplada por três

momentos, nomeadamente a Avaliação Diagnóstica (AvD), a Avaliação Formativa (AvF) e a Avaliação Sumativa (AvS) (Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril).

Como podemos verificar na tabela 3, os critérios de avaliação designados para o 3.º ciclo de ensino (7.º, 8.º e 9.º), e também utilizados pelo grupo de EF da EBSAAS, encontram-se divididos em três domínios, nomeadamente: (1) o domínio psicomotor, (2) o domínio cognitivo e (3) o domínio atitudinal.

Tabela 3- Critérios de avaliação da disciplina de Educação Física

7º, 8º e 9º Anos	Disciplina: EDUCAÇÃO FÍSICA	
Domínios/ Temas/ Módulos	Conhecimentos, capacidades e atitudes Áreas de competência do Perfil do aluno (ACPA)	Instrumentos de avaliação e ponderação
Competência Cognitiva	<p>Área dos Conhecimentos – Saber saber (ACPA - A, B, C, D, E, F, G, H, I)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aquisição e aplicação de conhecimentos. - Compreensão, interpretação e expressão oral e escrita. 	<ul style="list-style-type: none"> - Teste Escrito e/ou Trabalho de Grupo, e/ou Intervenções / Questões Aula e/ou Relatórios de Aula e/ou Fichas de Observação e Registo e/ou Funções de Arbitragem e/ou Atividades de Organização / Apoio da aula de EF (15%)
Competência Psicomotora	<p>Área das Atividades Físicas – Saber fazer (ACPA - A, B, C, D, E, F, G, H, I, J)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho Aula - Empenhamento Motor / Habilidades Motoras Técnico / Táticas e Desportivas. <p>Área da Aptidão Física – Saber fazer (ACPA – D, E, F, G, I, J)</p> <p>Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Grelha de Observação e Registo da prática motora geral e específica e/ou Grelha de Observação e Registo da avaliação técnico/tática das AFD abordadas (50%) - Bateria de Testes do programa <i>FitEscola</i> e/ou Grelha de Observação e Registo do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas (10%)
Competência Atitudinal	<ul style="list-style-type: none"> - Saber ser / saber estar (ACPA: C; D E; F; G; j) - Responsabilidade - Empenho/participação/autonomia - Respeito/cooperação 	<ul style="list-style-type: none"> Grelhas de observação (25%)

Podemos constatar que, em termos percentuais, o domínio psicomotor se destaca dos demais, perfazendo um total de 60%. Estes encontram-se subdivididos em 50% para a grelha de observação e registo da prática motora geral e específica e/ ou grelha de observação e registo da avaliação técnico-tática das Atividades Físicas Desportivas abordadas. Os restantes 10% destinam-se à Bateria de Testes do programa FITescola e/ ou grelha de observação e registo do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas.

Quanto às competências atitudinais, compreende um total de 25% para as grelhas de observação, mais concretamente ao nível da responsabilidade, empenho, participação,

autonomia, respeito e cooperação dos alunos nas aulas. Por fim, o domínio cognitivo perfaz um total de 15% e destina-se à realização de: (1) um teste escrito e/ ou (2) um trabalho de grupo e/ ou (3) intervenções/ questões de aula e/ ou (4) relatórios de aula e/ ou (5) fichas de observação e registo e/ ou (6) funções de arbitragem e/ ou (7) atividades de organização e/ ou (8) apoio da aula de EF.

4.6.1. Avaliação Diagnóstica

A Avaliação Diagnóstica é uma ação importante no planeamento do processo de Ensino-Aprendizagem, cujo objetivo é conceder indicações precisas do nível em que os alunos se encontram. Este é um processo de caráter decisivo, pois possibilita orientar e organizar todo o trabalho na turma, assumir compromissos coletivos, adequar o nível de objetivos e proceder, caso necessário, a reajustes na composição curricular (Ferreira, 2005). Segundo Carvalho (2017), este processo de avaliação inicial permite diagnosticar as dificuldades e limitações dos alunos face às aprendizagens previstas, perspetivar o seu desenvolvimento e compreender quais as aprendizagens que poderão surgir, com a ajuda do professor e dos colegas. A Avaliação Diagnóstica proporciona assim uma melhor integração dos alunos no meio escolar, suporta a definição de estratégias de ensino e auxilia a orientação escolar e vocacional (Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril).

Sendo este o primeiro momento de avaliação, o docente deve averiguar e registar o nível de aprendizagem que os alunos se encontram em cada matéria de ensino e, a partir daí, efetuar um planeamento coerente e ajustado às particularidades da turma e, conseqüentemente, a cada individualidade.

As avaliações diagnósticas foram realizadas na primeira aula de cada UD. Contudo, um dos principais motivos para não se realizar a AvD de todas as matérias de ensino, no início do ano letivo, deveu-se ao facto de estar previamente determinada uma rotação de instalações a cada período, razão pela qual achámos pertinente otimizar as características de certas instalações desportivas para a abordagem de algumas matérias.

Para a AvD foram estabelecidos vários instrumentos de avaliação para aferirmos o domínio das atividades físicas e os conteúdos de aprendizagem contemplados nas AE do ciclo de ensino a que se destina. Em todas as situações foram utilizados parâmetros de avaliação mediante uma escala de *Likert* de 1 a 5 (1- Muito insuficiente; 2- Insuficiente; 3- Suficiente; 4- Bom; 5- Muito Bom). Importa referir que os vários instrumentos de observação utilizados no momento da AvD das diferentes matérias de ensino foram desenvolvidos por nós, enquanto professores estagiários de um dos núcleos de estágio de

EF da EBSAAS (22/23). Já o instrumento utilizado para a avaliação da Aptidão Física foi a Bateria de testes do FITescola, onde se procedeu à avaliação da composição corporal (peso, altura, IMC, perímetro da cintura e percentagem de massa gorda), da aptidão neuromuscular (impulsão horizontal, flexibilidade dos membros inferiores, flexibilidade dos ombros, agilidade, abdominais, flexões de braços, velocidade, impulsão vertical) e da aptidão aeróbia (vaivém).

Nos Desportos de Raquete, Voleibol e JDCI optámos por realizar a AvD em dois momentos, mais concretamente nas duas primeiras aulas. Para a AvD na matéria de ensino de Voleibol utilizámos situações de jogo reduzido 1x1, 2x2 e 4x4, sendo possível, através destes, avaliarmos o nível de manuseamento da bola, a ocupação racional do espaço de jogo, a adoção da posição base, a orientação dos apoios, os deslocamentos e a execução dos gestos técnicos (toque de dedos, manchete, serviço por baixo). Nos Desportos de Raquete utilizámos situações de 1x1 e 2x2, tendo aferido o nível do manuseamento e pega da raquete, a relação e o domínio do volante/bola, a adoção de uma posição base e a aplicação correta dos gestos técnicos fundamentais. Nos JDCI, mais concretamente no Basquetebol, utilizámos situações de 3x3 e no Futebol e Andebol situações de GR+4x4+GR. Foi possível avaliarmos os alunos ao nível da manipulação do objeto de jogo (bola), ocupação racional do espaço, compreensão táctica do jogo, receção controlada da bola com enquadramento ofensivo, ações de cooperação e correta aplicação dos gestos técnicos fundamentais, nomeadamente o passe, receção, condução/drible e remate.

No Atletismo, realizámos um trabalho por estações onde foram abordadas as várias disciplinas do Atletismo, nomeadamente as corridas, os lançamentos e os saltos. Na ginástica, optámos por efetuar estações, apresentando um conjunto de elementos gímnicos com progressões e/ ou regressões pedagógicas, mais concretamente na ginástica de solo e de aparelhos. Na matéria de ensino de orientação, os alunos foram avaliados ao nível da interpretação e leitura do mapa, identificação de pontos de referência, criação de estratégias e escolha de trajetos mais eficientes, avaliando a gestão do tempo e do esforço.

É de salientar que depois da recolha e análise dos dados obtidos dos alunos e da identificação dos diferentes níveis de proficiência, procurámos ajustar e adaptar as aulas subsequentes, de modo que os alunos pudessem efetivar as suas aprendizagens, conduzindo-os ao seu desenvolvimento.

No que concerne à Aptidão Física, a avaliação inicial ocorreu no primeiro mês de aulas do ano letivo, mais precisamente no dia 26 de setembro de 2022. No que se refere

à avaliação final da Aptidão Física, esta realizou-se no primeiro dia de aulas do 3.º período, ou seja, no dia 18 de abril de 2023, tendo sido cumpridos todos os procedimentos que haviam sido desenvolvidos no primeiro momento de avaliação. Com esta avaliação pretendeu-se aferir as melhorias evidenciadas pelos alunos no que concerne aos parâmetros da aptidão neuromuscular, composição corporal, aptidão aeróbia e do teste Star Excursion Balance Test (SEBT).

4.6.2. Avaliação Formativa

A AvF tem como desígnio viabilizar informações no que concerne ao desenvolvimento de um processo de Ensino-Aprendizagem (Simões, Fernandes & Lopes 2014). De acordo com Carvalho (2017), o sistema de recolha de informação, que ocorre ao longo do ano letivo, permite ao docente conduzir e orientar a sua prática pedagógica e controlar a aprendizagem. É assim necessário, durante todas as aulas, realizar uma constante AvF, de modo a ajustar a realidade ao desenvolvimento de cada aluno. Esta avaliação deve ser contínua e sistemática, de forma a permitir ao professor efetuar um diagnóstico e obter informação sobre o desenvolvimento das aprendizagens, visando o ajustamento de processos e estratégias (DGE, 2022). Como refere Gonçalves (2012), a AvF possibilita a promoção de uma aprendizagem mais autónoma do aluno e auxilia o professor na estruturação de uma avaliação mais eficiente. Fialho e Fernandes (2011) referem que esta avaliação deve ser efetuada de uma forma contínua e metódica, cujo principal propósito é a recolha de informações, de modo a reorganizar e estruturar as aulas. A recolha de informações deve ser efetuada através de um instrumento de observação prático e fiável, devendo este apresentar um referencial que abarque os critérios que se pretende avaliar (Leitão, 2014). Assim sendo, é necessário existir uma adequação entre os instrumentos utilizados pelo professor com o nível de desenvolvimento apresentado pelos alunos, de forma que estes possam se apropriar dos conteúdos de aprendizagem e apresentar uma maior autonomia e capacidade para aperfeiçoar as suas competências (Fernandes, Brito, Rodrigues & Alves, 2014).

Para permitir uma melhor avaliação e controlo dos alunos ao longo de todas as aulas foi utilizada uma tabela avaliativa, através de uma observação sistemática e do registo informal, no qual foi possível avaliar componentes como a motivação, a responsabilidade, o empenho, a participação, a autonomia, o respeito e a cooperação, mas também as habilidades motoras e todo o trabalho dinamizado nas aulas. Ao nível do domínio dos conhecimentos, foram proporcionados momentos de reflexão conjunta, em

que os alunos seriam questionados acerca dos conteúdos abordados nas várias matérias de ensino, mas também esclarecidas todas as dúvidas apresentadas por estes. Os alunos que estavam dispensados da componente prática das aulas de EF, ficaram incumbidos de realizar inúmeras tarefas alusivas às diferentes matérias de ensino, como por exemplo realizar questões de aula, fichas de observação e registo, funções de arbitragem, trabalhos de grupo e atividades de organização e/ ou auxílio ao professor. Como referem Bego e Anjos (2020), os docentes devem influenciar, de forma positiva, os seus alunos na construção de uma educação formativa e socialmente ativa, de forma a promover cidadãos com espírito crítico, participativos, autónomos e responsáveis. Assim sendo, os professores devem proporcionar várias tarefas aos seus alunos, fazendo-os sentir envolvidos e estimulados a participar e colaborar ativamente nas aulas e de forma que os conteúdos lecionados sejam bem assimilados, de modo apazível, e que os alunos se mantenham vinculados à disciplina (Bratfische 2008; Teixeira, 2018).

4.6.3. Avaliação Sumativa

A AvS procura averiguar se os objetivos foram cumpridos de acordo com os dados recolhidos pelas avaliações anteriores, efetuadas ao longo de todo o processo. Esta avaliação visa determinar o grau de domínio de certos objetivos previamente estabelecidos. Além disso, é considerada uma avaliação pontual, tendo em conta que, habitualmente, ocorre no final de uma unidade de ensino. Como referem Simões, Fernandes e Lopes (2014), a AvS procede a um balanço das aprendizagens e competências obtidas pelos alunos no final de cada matéria programada, sendo este um momento em que se certifica se os objetivos inicialmente traçados foram alcançados com sucesso pelos discentes. Assim, a partir desta avaliação, o docente consegue avaliar todo o processo de desenvolvimento de cada aluno, principalmente nos domínios atitudinal, cognitivo e psicomotor. De acordo com o Decreto-lei, n.º55/2018, art.º 24, a AvS tem como objetivo expressar um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo em consideração a classificação e a atribuição de uma certificação.

Quanto aos instrumentos utilizados para proceder à AvS, foi concebida, por nós estagiários, uma tabela avaliativa que já havia sido utilizada na AvD, no sentido de permitir aferir, com maior precisão, as capacidades desenvolvidas pelos alunos, não só na área das capacidades físicas, técnicas e táticas, mas também ao nível das capacidades e atitudes previstas no PASEO (2017), nomeadamente o desenvolvimento pessoal, o

relacionamento interpessoal, a autonomia, o espírito crítico e criativo e a capacidade de raciocínio e de resolução de problemas.

Esta avaliação apresenta alguma subjetividade Vickers (1990), no entanto, é uma tarefa que requer experiência por parte do observador, mas também coerência no momento de avaliar o desempenho global dos alunos nas diferentes matérias de ensino lecionadas ao longo do ano letivo, de forma a procurar ser o mais justo possível aquando da atribuição de uma determinada classificação.

No domínio cognitivo, em detrimento da realização de um teste escrito, optámos por avaliar os conhecimentos apreendidos pelos alunos ao longo de todo o ano letivo, nas diversas matérias de ensino. Assim, foram solicitados (1) trabalhos de grupo (pares); (2) relatórios de aula; (3) colocadas questões referentes às matérias de ensino e respetivos conteúdos abordados nas aulas; (4) desempenhadas funções de arbitragem; (5) atividades organizativas e (6) atividades de apoio à aula.

No que concerne ao domínio atitudinal, também se pretendeu avaliar o nível de responsabilidade, empenho, participação, autonomia, respeito e cooperação dos alunos ao longo de todo o ano letivo, nos quais foram constatadas melhorias. Em relação ao domínio psicomotor, foram avaliadas as componentes motoras e as ações técnico-táticas pertencentes às várias matérias de ensino, assim como as duas avaliações (inicial e final) destinada à Bateria de Testes do programa FITescola.

É de referir que este foi um dos procedimentos mais complexos a desenvolver no desempenho das funções educativas, uma vez que a pouca experiência apresentada neste âmbito poderia desencadear algum sentimento de injustiça por parte de algum aluno. Porém, tentou-se apresentar a maior transparência e rigor possível, no sentido de corresponder positivamente aos desafios propostos e à tarefa complexa como é a de avaliar.

4.7. Observação e Assistência às aulas

A observação de aulas é uma das atividades que se encontram demarcadas na nossa PL, sendo um dos parâmetros de avaliação referentes às linhas programáticas do EP. Como consta no Decreto-Lei nº15/2007 de 19 de janeiro, no artigo 45, um dos critérios que se encontram definidos para a avaliação do desempenho docente durante o ano escolar contempla a observação de aulas. Esta deve apresentar-se como um constituinte a privilegiar desde o início da prática docente. Como nos alude Sarmiento (2004), observar é muito mais do que simplesmente olhar e, como tal, o docente deve

alcançar diferentes interpretações através da visualização. Ademais, o facto de cada professor atribuir um sentido significativo ao que observa, faz com que nos deparemos com uma certa subjetividade que é intrínseca a cada observador.

A observação constitui uma das estratégias frequentemente utilizadas pelos docentes com o desígnio de os auxiliar na construção das suas práticas educativas e na modificação de posturas e comportamentos, visando o seu desenvolvimento profissional (Martins, 2011). Esta deve servir os princípios da educação e, quando devidamente elaborada, concede oportunidades aos professores para identificarem, em contexto de aula, os aspetos que pretendem observar e intervir, mais concretamente ao nível dos conteúdos programáticos, das atividades, das questões organizativas, do clima e ambiente de aula, mas também das estratégias didático-pedagógicas a serem concebidas, de forma a promover o desenvolvimento dos alunos (Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012).

Reis (2011) refere que a observação representa um papel essencial na melhoria da qualidade do processo de Ensino-Aprendizagem. Assim sendo, esta constitui-se como um fator determinante que visa promover uma reflexão crítica acerca da prática pedagógica, o desenvolvimento profissional dos docentes e uma conseqüente melhoria no que concerne à intervenção educativa. Apesar dos diferentes níveis de conhecimento e experiência que os docentes possam apresentar, as observações às aulas, bem como as respetivas reflexões críticas acerca das informações reunidas, destinam-se à elevação dos seus conhecimentos, bem como das suas competências, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e profissional. O mesmo autor refere ainda que os docentes devem encarar a assistência às aulas como uma oportunidade para se envolverem e refletirem sobre o seu desempenho, na procura de estratégias que lhes viabilizem melhorar a sua prática pedagógica e, conseqüentemente, proporcionar maiores probabilidades de êxito dos seus alunos.

No decorrer do ano letivo foram realizadas várias observações em aulas de EF, sendo estas subdivididas em três períodos. Deste modo, foram efetuadas 7 observações no 1.º e 2.º período e 6 no 3.º período, o que perfaz um total de 20 assistências às aulas. É ainda de salientar que estas foram efetuadas às aulas de professores estagiários e de professores com uma vasta experiência na área da EF, todos eles pertencentes à EBSAAS. Como podemos verificar na tabela 4, foram assim observadas 13 aulas distribuídas por 7 professores de EF e 7 aulas distribuídas por 4 professores estagiários. É de referir que a observação das aulas abrangeu o 2.º e 3.º ciclos de ensino (6.º, 7.º, 8.º e 9.ºs anos), bem como o ensino secundário (12.º ano).

Tabela 4 - Observação e assistência às aulas dos professores de EF da EBSAAS

Professor	Aulas observadas	Anos de escolaridade
A	1	6.º
B	2	9.º
C	3	8.º e 9.º
D	1	12.º
E	2	12.º
F	2	7.º
G	2	7.º e 8.º
Estagiário A	2	12.º
Estagiário B	1	9.º
Estagiário C	2	9.º
Estagiário D	2	8.º

Durante todo este procedimento, foram analisadas, criticamente, todas as aulas observadas, tendo utilizado um instrumento/ ficha de observação que havia sido dinamizado em anos antecedentes por vários colegas estagiários, tendo por base as funções de ensino, nomeadamente a apresentação do conteúdo, a organização, o *feedback*, a afetividade e a observação silenciosa (Carreiro da Costa, 1995) (Anexo 2). Através deste instrumento de apoio, o nosso núcleo de estágio procurou recolher um conjunto de informações essenciais, com o propósito de desenvolver competências ao nível da observação e análise, compreender e refletir acerca das metodologias e estratégias aplicadas no processo de Ensino-Aprendizagem, mas também elevar o nosso conhecimento e a nossa capacidade de refletir criticamente, visando o aperfeiçoamento do nosso processo de ensino pedagógico.

No que concerne à apresentação do conteúdo, pretendeu-se, fundamentalmente, observar os professores e as propostas de atividades que pretendiam que os seus alunos colocassem em prática em cada momento da aula. Além disso, observou-se a explicação/ demonstração das habilidades técnicas de realização e os critérios de êxito a serem respeitados no momento da sua concretização. Na perspetiva de Rosado e Mesquita (2011) os docentes devem apresentar aos seus alunos informações de uma forma clara baseando-se nos seguintes pressupostos: (1) apoiar e orientar os seus alunos para os objetivos pretendidos em cada uma das atividades propostas; (2) personalizar a apresentação; (3) recapitular os conteúdos que ainda não se encontram bem assimilados;

(4) apresentar e demonstrar as tarefas de forma correta e dinâmica e (5) apresentar uma sequência lógica das informações emitidas aos alunos.

No que diz respeito à organização, observou-se todas as intervenções dos professores, visando a regulação da participação dos alunos nas atividades da aula, bem como toda a gestão relativa à regulação do material didático. Pretendeu-se, ainda, observar se os professores apresentavam um elevado tempo disponível para a prática e se a participação e condições de segurança dos alunos seriam efetivamente consideradas. Neste âmbito, os professores devem realçar os objetivos de cada tarefa, apresentar as regras de segurança, nomeadamente ao nível da utilização dos materiais didáticos, bem como enfatizar a importância de uma participação ativa nas aulas, tendo em consideração alguns aspetos como a pontualidade, a assiduidade, a organização, a concentração e o empenho (Quina, 2009). O professor deve, inclusivamente, utilizar situações cativantes e ajustadas aos recursos que tem à sua disposição, controlar as atitudes e comportamentos dos alunos, assim como todas as situações de aprendizagem (Alves, Rodrigues, Gouveia, Correia, Antunes & Lopes, 2022).

Em termos do *feedback*, pretendeu-se observar a capacidade que os professores apresentavam na reação à prestação motora dos alunos. Tendo em conta que o *feedback* compõe um comportamento de ensino dependente da resposta motora de um ou mais alunos, observou-se quais os *feedbacks* mais concedidos pelos professores, nomeadamente os aprovativos, os desaprovativos ou os específicos, onde o professor indica os meios que possibilitam a melhoria da prestação dos alunos. No que diz respeito ao *Feedback*, este é uma das variáveis mais relevantes que os professores têm à sua disposição no processo de interação pedagógica (Rosado & Mesquita, 2011). Quando devidamente concedido aos alunos, a prestação motora destes tende a evidenciar melhorias (Siedentop & Tannehill, 2000). Assim, os professores devem procurar adequar os diferentes tipos de *feedbacks*, bem como o momento certo para fazê-lo, com a intenção de orientar os alunos e informá-los acerca do seu desempenho, de forma a nortear e estimular as suas ações subsequentes. Este é um momento que deve ser entendido como um processo de evolução e conseqüente transformação dos alunos. Através da observação, constatou-se que os *feedbacks* aprovativos foram os mais utilizados pelos docentes, o que incitou uma maior autoestima e motivação dos alunos na realização das tarefas. Embora com menor destaque, foram utilizados os *feedbacks* interrogativos, onde os professores procuraram interrogar os seus alunos, levando-os a questionar e a refletir acerca das suas decisões tomadas e, por vezes, os *feedbacks* desaprovativos, no sentido

de corrigir certas atitudes menos apropriadas dos alunos, principalmente ao nível dos comportamentos fora da tarefa.

No que se refere à afetividade, procurou-se observar se as intervenções dos professores na decorrência da relação de ensino estabeleciam um clima positivo de aula e se estes encorajavam e reconheciam os méritos dos alunos ou, contrariamente, concediam reações negativas como criticar, ameaçar ou ironizar o empenho, o esforço e o trabalho desenvolvido pelos alunos. Na generalidade, foi possível constatar um clima e ambiente positivo de aula, sendo este um aspeto de extrema relevância, pois possibilita (1) a elevação dos índices de autonomia dos alunos; (2) a individualização das situações de aprendizagem; (3) a definição de objetivos realistas e alcançáveis; (4) a utilização de práticas avaliativas profícuas; (5) a utilização de *feedbacks* maioritariamente positivos; (6) o aumento do tempo potencial de aprendizagem, e (7) reconhecer, adequadamente, os alunos (Gouveia et al., 2017).

Por fim, analisou-se a observação silenciosa, que contempla os períodos nos quais os professores observam a turma de forma silenciosa. Neste sentido, procurou-se identificar o modo como os professores observam todos os alunos e averiguar se estes intervêm de forma oportuna e adequada. Os momentos de observação silenciosa foram utilizados de forma que os professores pudessem observar e encorajar os seus alunos a tomarem decisões por si próprios e procurarem as melhores soluções para os mais variados problemas com que se deparavam ao longo da realização das atividades propostas.

Tendo em conta as observações que foram efetuadas aos vários professores de EF, constatou-se que cada um deles possui particularidades e identidade própria. No desempenho das suas funções, observou-se que alguns docentes são mais dinâmicos e proativos no decurso das suas aulas e que outros se apresentam mais serenos e recatados. No entanto, todos eles apresentam um elevado grau de comprometimento com a sua prática docente. O docente de EF deve construir a sua própria identidade profissional, a partir das escolhas que efetua, bem como do aprofundamento e reconstrução do conhecimento, visando melhorias na sua prática pedagógica. Este é um processo que envolve esforço, investimento pessoal e um comprometimento com a profissão docente (Resende, Carvalho, Silva, Albuquerque, Lima & Castro, 2014).

Na minha perspetiva, o docente deve não só cumprir o programa, mas também ter em consideração outros aspetos, nomeadamente os interesses, necessidades e vivências dos seus alunos. Deste modo poderá proporcionar-lhes o desenvolvimento de

competências ao nível da autonomia e da responsabilidade, de forma a conduzir o aluno à identificação de problemas, procura por soluções mais ajustadas, análise de hipóteses, tomada de decisões, criação de estratégias e ao desenvolvimento da sua criatividade. Assim, como referem Prandina e Santos (2016), o professor de EF não deve somente cumprir o programa e os conteúdos alusivos às diferentes matérias de ensino, mas acima de tudo analisar o quanto os alunos estão a desenvolver as suas competências e quais as dificuldades que evidenciam e procurar auxiliá-los na aquisição de conhecimentos, sejam eles conhecimentos profícuos à formação escolar, sejam eles fundamentais à formação de um bom cidadão.

Em suma, as tarefas de observação que me foram solicitadas no decorrer do ano letivo apresentaram um contributo importante para o meu processo de aprendizagem, uma vez que me possibilitaram desenvolver competências enquanto observador e crítico ao nível da abordagem e intervenção pedagógica. Todo este processo de observação incitou-me a desenvolver um espírito crítico e construtivo acerca de todos os acontecimentos resultantes das aulas, tendo este aspeto contribuído positivamente para melhorar a eficácia de intervenção nas minhas aulas, tendo em vista os objetivos previamente definidos.

4.8. Aprendizagens e dificuldades no processo Ensino-Aprendizagem

Desde a primeira reunião efetuada na EBSAAS, com os orientadores científico, cooperante e demais colegas estagiários, nos dias antecedentes ao início das aulas, fomos levados a refletir sobre: (1) quem somos? (2) onde queremos chegar? (3) quais as dificuldades que o EP nos poderia causar? (4) e que tipo de professor pretendíamos ser para os nossos alunos. Este foi o ponto de partida para darmos prossecução às funções que nos foram incumbidas, com o propósito de responder positivamente às mais variadas situações inerentes ao cargo pedagógico.

No que concerne à prática pedagógica nas escolas da atualidade, exige-se que os docentes estejam preparados e sejam capazes de trabalhar com os seus alunos, mas também dar resposta às diferentes problemáticas existentes no contexto escolar e na sociedade (Mileo & Kogut, 2009). Além de uma preparação prévia para o desempenho das suas funções educativas, os professores devem estar motivados, pois a motivação é uma condição essencial que irá influenciar as suas ações pedagógicas e evidenciar o seu compromisso enquanto profissional da Educação (Batista, Cardoso & Nicoletti, 2019).

No decorrer do ano letivo foi-nos concedida a oportunidade de efetuar uma intervenção pedagógica coerente e ajustada e uma reflexão profunda constante acerca do

nosso desempenho, na qual foi possível identificar aspetos positivos, bem como as maiores dificuldades sentidas ao longo de todo o processo referente ao EP.

Em todo o processo educacional pretendeu-se ensinar os nossos alunos, auxiliando-os na construção de valores e no desenvolvimento das suas capacidades físicas, motoras, cognitivas, afetivas e sociais. Como tal, foi necessário estar constantemente atualizado e conduzir as nossas práticas pedagógicas de forma que os alunos se sentissem motivados para aprender e adquirir o gosto pela prática da atividade física (Nista-Piccolo & Vechi, 2006). Foi, assim, fundamental adequar e ajustar as práticas pedagógicas de acordo com as capacidades de cada indivíduo, o que corrobora a ideia de Block (2007), que refere que os professores devem adaptar o nível de dificuldade e complexidade das suas práticas educativas, tendo em consideração os diferentes níveis de proficiência dos alunos. Já Laranjeira (2022) refere que os docentes devem identificar e colmatar as dificuldades de aprendizagem dos alunos e utilizar estratégias didático-pedagógicas, de forma que a abordagem das matérias de ensino e seus conteúdos sejam adquiridos e bem consolidados pelos seus alunos. Ademais, os professores devem ser os facilitadores e mediadores do processo de Ensino-Aprendizagem e os alunos os agentes responsáveis por (re) construir o seu próprio conhecimento (Nobre, 2021). Como referem Antunes, Rodrigues, Alves, Correia, Gouveia e Lopes (2022), a transformação do aluno ocorre “*quando este for estimulado para a aprendizagem por descoberta, aprendendo a aprender*” (p. 204). Neste âmbito, os mesmos autores salientam que os professores devem fazer com que os seus alunos acreditem que são os principais responsáveis pela sua história e, como tal, terão de ser eles mesmos a criá-la.

Embora tenha cumprido os conteúdos programáticos das diferentes matérias de ensino abordadas, foi inclusivamente necessário ter em consideração os interesses, necessidades e vivências dos alunos, proporcionando o desenvolvimento de competências, nomeadamente a autonomia e a responsabilidade, conduzindo os alunos a identificar problemas, procurar soluções mais ajustadas, equacionar hipóteses, tomar decisões e serem criativos. Corroborando Alves, Rodrigues, Gouveia, Correia, Antunes e Lopes (2022) devemos dotar os nossos alunos de ferramentas que lhes permitam corresponder aos desafios, criar oportunidades e, sobretudo, ser elementos (pro) ativos na sociedade onde se encontram inseridos.

Uma das tarefas que se considerou mais complexa ao longo de todo este processo foi a questão do planeamento, sendo que a sua operacionalização se encontra habitualmente associada a muitas incertezas, dúvidas e dificuldades (Teixeira & Onofre,

2009). Dada a sua complexidade e imprevisibilidade, o planeamento foi influenciado por diversos fatores que necessitaram ser considerados aquando da tomada de decisões, em prol das aprendizagens dos alunos. Estes fatores encontraram-se permanentemente em interação entre o docente, os alunos e o contexto (Januário, 2017).

Em relação à lecionação, dada a pouca experiência, nas primeiras aulas foi notório que algumas componentes didático-pedagógicas careciam de melhorias nomeadamente (1) o posicionamento dos alunos pelo espaço de aula, ou seja, afastados das mochilas; (2) o tempo de transição e organização dos alunos, que deveria ser mais breve; (3) a colocação do material em zonas estratégicas, para otimizar o tempo útil de aula; (4) a explicação e demonstração dos exercícios, antes de facultar o material aos alunos, para que estes não apresentassem mais um foco de distração; e (5) conceder maior atenção ao trabalho desenvolvido pelos alunos dispensados da componente prática da aula. Estes constituíram alguns dos exemplos que foram sendo aprimorados com sucesso ao longo da PL.

Com o decorrer das aulas, considero ter apresentado uma intervenção didático-pedagógica bastante positiva e enriquecedora, o que culminou no desenvolvimento gradual das minhas capacidades enquanto docente de EF e contribuiu para uma aprendizagem efetiva dos alunos. Embora num contexto distinto, a experiência adquirida nos últimos anos enquanto treinador foi um fator impulsionador para apresentar ao longo das aulas de EF uma boa dinâmica, um controlo das atividades desenvolvidas, uma boa capacidade de adaptação dos exercícios conforme os imprevistos, um elevado tempo de empenhamento motor, um conhecimento das matérias de ensino e uma boa relação com a turma.

Durante o processo de instrução foi importante saber transmitir aos alunos a informação considerada essencial, relacionada com os objetivos e os conteúdos de ensino, de maneira a conseguir captar a atenção dos mesmos e rentabilizar o tempo útil de aula. Uma das estratégias pedagógicas utilizadas foi recorrer ao uso de palavras-chave, sendo que, para tal, foi necessário planear muito bem essa mesma explicação, com palavras curtas, concisas e de fácil interpretação. Martins, Gomes e Costa (2017) salientam a importância de os professores transmitirem os conhecimentos teóricos aos seus alunos de uma forma breve, através de curtos períodos de instrução, até mesmo durante a realização dos exercícios, de modo que a componente prática seja rentabilizada, o tempo de empenhamento motor elevado e o tempo potencial de aprendizagem dos alunos seja efetivo.

Ao longo das aulas procurei transparecer a vivacidade e dinamismo que me é característico e considero ter evidenciado melhorias, a curto-médio prazo, principalmente na qualidade da instrução e no conteúdo do *feedback*. Ao longo das aulas foi importante utilizar o *feedback*, sendo uma variável que pode influenciar positivamente o processo de Ensino-Aprendizagem dos alunos. No entanto, para que este possa ser considerado eficaz o professor deve considerar alguns aspetos como: (1) ter conhecimento do conteúdo a lecionar; (2) ser capaz de efetuar um diagnóstico para identificar as diferentes razões entre a prestação motora dos alunos e a prestação pretendida; (3) apresentar um conhecimento efetivo das características dos seus alunos; e (4) ter a capacidade de prescrever o *feedback* apropriado (Piéron, 1999). Após os *feedbacks* concedidos aos alunos, houve uma maior preocupação em observar se estes seriam bem compreendidos e, conseqüentemente, teriam efeitos práticos. Além disso, procurou-se adequar os objetivos para cada aula, tendo em consideração os diferentes níveis de proficiência e dar também ênfase à organização e ao elevado tempo de empenhamento motor, de forma a manter os alunos em atividade, empenhados e focados nas tarefas.

Outro aspeto relevante a mencionar foi o facto de vários professores de EF solicitarem a minha colaboração, bem como do meu colega do núcleo de estágio, com o objetivo de dinamizar uma aula com as suas turmas, abordando e aprofundando as temáticas explanadas na nossa ACPI. Neste âmbito, apresentamo-nos sempre disponíveis para colaborar com os professores de EF da escola, procurando ir ao encontro das suas necessidades. Foi, assim, essencial articularmos o conhecimento científico, pedagógico e didático e, perante os vários desafios com que nos deparamos, apresentarmos respostas cada vez mais eficazes, de forma a contribuir para a formação dos alunos, enquanto cidadãos ativos, responsáveis, autónomos e criativos.

Comparativamente ao início da minha PL, após o término do EP considero estar muito mais bem preparado e com experiência suficiente para encarar os próximos desafios da minha, ainda curta, carreira enquanto docente. Apesar de todas as dificuldades que nos foram surgindo ao longo do estágio, foi necessário trabalhar arduamente, ter persistência e ser resiliente para que no final pudesse atingir os objetivos delineados. É de salientar também que se procurou aproveitar ao máximo para enriquecer aprendizagens, tendo para isso a contribuição de vários professores, que nos orientaram, apoiaram e fizeram refletir constantemente, para que pudéssemos demonstrar evolução e aperfeiçoamento das nossas capacidades e competências relativas ao cargo de docência.

Em suma, todo o trabalho que foi desenvolvido ao longo deste ano letivo, bem como a incessante reflexão realizada acerca das minhas práticas didático-pedagógicas, assume-se como essencial para que no futuro possa tornar as minhas intervenções mais eficazes e, conseqüentemente, garantir uma maior rentabilização do processo de Ensino-Aprendizagem.

5. Gestão do processo de Ensino-Aprendizagem no 2.º ciclo

Ao longo do meu EP, a lecionação das aulas não se restringiu à turma de 9.º ano de escolaridade, pelo que foi necessário cumprir as várias linhas programáticas das atividades que estavam contempladas no processo de estágio no decorrer deste ano letivo. Neste âmbito, todos os professores estagiários tiveram a tarefa de lecionar seis aulas de 50 minutos a uma turma do 2.º ciclo, mais concretamente do 5.º ano de escolaridade da EBSAAS. O facto da minha intervenção ter sido efetuada a uma turma pertencente à escola onde realizei toda a componente letiva, foi um veículo facilitador de todo o processo, visto que já apresentava um conhecimento mais aprofundado, não só da dinâmica de funcionamento da escola, mas também do pessoal docente e não docente. Nesta linha de pensamento, Coutinho, Soares, Folmer e Puntel (2012) confirmam que o conhecimento que os docentes de EF apresentam sobre o contexto no qual se encontram inseridos pode repercutir-se na melhoria da sua prática profissional nas diferentes áreas de intervenção.

Esta experiência revelou-se muito positiva e enriquecedora, tendo contribuído afirmativamente para o desenvolvimento da minha formação pessoal e profissional. Durante todo o processo de Ensino-Aprendizagem no 2.º ciclo, contactou-se com uma realidade completamente distinta daquela que se conhecia até ao momento, tendo sido necessário adequar a abordagem e intervenção, pois foram evidentes as diferenças existentes entre o 5.º e o 9.º ano de escolaridade, quer ao nível da organização da aula, da espontânea “agitação” dos alunos, da intervenção e *feedback* concedido, bem como dos conteúdos programáticos a lecionar. Como tal, foi essencial adotar uma comunicação mais simplificada, tendo em consideração a faixa etária dos alunos e adequar as metodologias e estratégias pedagógicas. Neste sentido, Callai, Becker e Sawitzki (2019) corroboram que a prática pedagógica implementada pelos docentes no seu quotidiano, não depende somente dos conhecimentos que possuem, mas também das avaliações diárias que efetuam acerca da sua prática docente, das adequações e estratégias

pedagógicas e metodológicas, equacionando o nível e as diferentes idades, do desempenho dos alunos e da reflexão constante que caracteriza todo o trabalho educativo.

Num primeiro momento, realizou-se uma reunião entre quatro professores estagiários e o professor de Educação Física, responsável pela respetiva turma. Este, gentilmente, facultou-nos algumas informações pertinentes acerca dos alunos da turma e informou-nos acerca dos dias e do horário de lecionação, bem como dos espaços de aula. Além disso, foi necessário ter-se em conta os conteúdos programáticos a serem abordados no ano de escolaridade em questão. Este foi o ponto de partida para se começar a definir objetivos e adequar o planeamento das nossas aulas, dando assim sequência às aulas anteriores e mantendo essa linha orientadora. Neste contexto, Bento (1998) refere que os professores estagiários devem seguir o programa de ensino delineado com o objetivo de orientar o processo de Ensino-Aprendizagem através do estabelecimento de metas, tendo por base as orientações do grupo disciplinar de EF, o Programa Nacional da Educação Física e respetivas Aprendizagens Essenciais do ano e ciclo de ensino a que se destina.

Porém, antes de se iniciar a PL com a turma do 5.º ano de escolaridade, fomos informados da necessidade de efetuarmos duas observações às aulas do professor de EF, pelo que as minhas assistências às aulas foram realizadas nos dias 30 de janeiro e 6 de fevereiro de 2023. Considera-se que estas se revelaram um momento privilegiado para refletir acerca das estratégias pedagógicas e das diferentes metodologias a serem empregues, em função dos objetivos, dos conteúdos e das particularidades dos alunos. Foi, assim, necessário compreender as diferenças existentes entre os alunos e reconhecer que os mesmos apresentavam diferentes ritmos de aprendizagem que teriam de ser respeitados e trabalhados.

É natural que os alunos aprendam e desenvolvam as suas capacidades e habilidades de forma singular e, como tal, o professor é desafiado a definir objetivos e estratégias específicas, criando propostas de ensino adequadas a cada aluno, de forma a tornar o processo de Ensino-Aprendizagem mais eficaz. Deste modo, não se deve apenas definir o modo de apresentação dos conteúdos, mas sim definir claramente uma estratégia que inclua a nossa forma de atuação, nomeadamente as atividades a desenvolver, os recursos necessários e a forma de conduzir a atividade para que a aprendizagem dos alunos se efetive (Andrade, Pestana, Lopes, Lopes & Andrade, 2013).

No que concerne à carga horária, as aulas de EF foram divididas em três aulas semanais de 50 minutos, nomeadamente às segundas-feiras das 10h45 às 11h35 (Pavilhão Sul), às terças-feiras das 10h45 às 11h35 (Pavilhão Norte) e às quintas-feiras das 12h40

às 13h30 (Pavilhão Centro). Contudo, os espaços de aula sofreram alterações, embora de forma esporádica, tendo sido utilizados os polidesportivos exteriores para a lecionação das mesmas, bem como para a abordagem de matérias de ensino diversificadas. Esta ideia vai ao encontro do pensamento de Damazio e Silva (2008), que aludem que a utilização de espaços alternativos pode incitar à criatividade, inovação e construção de práticas educativas diversificadas por parte dos docentes.

É ainda de salientar que durante todas as aulas se contou com a supervisão do professor responsável da turma. Quanto à lecionação das aulas, estas decorreram entre os dias 13 de fevereiro e 20 de abril de 2023 e, tendo em consideração o cronograma anual, lecionaram-se os conteúdos referentes aos Jogos Pré-Desportivos, à Ginástica, ao Atletismo, ao Basebol e ao Frisbee (Tabela 5).

Tabela 5 - Cronograma das aulas lecionadas ao 2.º ciclo

Ano de escolaridade	Dia	Local	Matéria de Ensino	Estratégias Pedagógicas
5º Ano	30-01-23	Pavilhão S	Aula de Observação	- Abranger todos os alunos no campo de visão.
	06-02-23	Pavilhão S	Aula de Observação	- Adoção de uma linguagem simples e de fácil compreensão e apropriação dos conteúdos.
	13-02-23	Pavilhão S	Atletismo e Ginástica	- Instrução mais prolongada, optar por sentar os alunos no chão, de modo a evitar comportamentos desvio.
	16-02-23	Pavilhão C	Jogos Pré-Desportivos	
	06-03-23	Pavilhão S	Ginástica	- Celeridade nos momentos de instrução, demonstração das tarefas e transição entre exercícios.
	15-03-23	Pavilhão C	Jogos Pré-Desportivos	
	23-03-23	Polidesportivo Exterior nº 3	Basebol e Frisbee	- Clareza e intencionalidade nos exercícios com aplicação de poucas regras.
	20-04-23	Pavilhão S	Ginástica	- Elevado tempo de empenhamento motor.

A lecionação das aulas à turma do 2.º ciclo foi um dos momentos de elevada relevância no meu processo de Ensino-Aprendizagem. Ao longo de todo o processo de intervenção, deparei-me com diferenças consideráveis comparativamente à turma de 9.º ano. Foi necessário efetuar uma reflexão constante acerca do meu desempenho e das estratégias didático-pedagógicas e metodologias mais adequadas a utilizar no seu

decurso. Como referem Cidade e Freitas (2002), os professores devem considerar as diferentes capacidades e potencialidades dos alunos, bem como o nível e idade dos mesmos e adequar a sua intervenção didático-pedagógica, indo ao encontro das suas necessidades, tendo por base os conteúdos e objetivos da Educação Física. Considerando que obtive, de forma antecipada, todas as informações que pretendia para poder intervir adequadamente, considero que correspondi positivamente às expectativas inicialmente traçadas. Contudo, foi necessário apresentar-me de uma forma diferenciada daquela que, até ao momento, estava adaptado, tendo em consideração a faixa etária dos alunos, a dinâmica e o modo de funcionamento das aulas, a organização, o tempo despendido ao nível da organização e instrução e a adoção de uma linguagem mais simples e de fácil compreensão e apropriação aquando das componentes teórico-práticas.

Ao longo das seis aulas de lecionação, abordaram-se cinco matérias de ensino, designadamente o Atletismo, a Ginástica, os Jogos Pré-Desportivos, o Basebol e o Frisbee. É ainda de salientar que em duas das seis aulas se optou por realizar aulas politemáticas. Na primeira aula, após as duas observações efetuadas, realizou-se uma aula politemática, tendo como propósito lecionar alguns conteúdos referentes à ginástica, ao nível das destrezas elementares de solo e aparelho, e ao atletismo, na disciplina de saltos e lançamentos, tendo como principal foco trabalhar as exigências elementares técnicas e regulamentares da modalidade. Nesta aula, os conteúdos alusivos a estas duas matérias de ensino foram abordados em simultâneo, sendo que os alunos se encontravam organizados em pequenos grupos de igual número e seriam distribuídos pelas várias estações delimitadas. Neste âmbito, Martins, Gomes e Costa (2017) afirmam que os docentes devem planear as suas aulas tendo em consideração o número de alunos e os recursos disponíveis e, conseqüentemente evidenciar uma organização e gestão adequada das atividades, de forma a potencializar as oportunidades de prática. Na perspetiva de Piéron (1999), os professores devem criar estações suficientes, de forma a reduzir o tempo de “espera”, aumentando assim o tempo útil de prática e conseqüente aprendizagem por parte dos alunos.

Assim, dois grupos realizavam as tarefas referentes ao atletismo e outros tantos à ginástica, sendo que, ao meu sinal, teriam de trocar de estação, de forma breve e ordeira, mediante uma rotação pré-estabelecida.

Outro aspeto a salientar foi o facto de o professor titular da turma me solicitar para a realização do planeamento das aulas, de forma a dar maior ênfase aos conteúdos referentes à ginástica, com o intuito de preparar os alunos para a prova de aferição, que

se realizou no mês subsequente, tendo por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais concernentes ao 5.º ano de escolaridade. Como tal, o desafio foi dar continuidade à qualidade das aprendizagens dos alunos, de acordo com as Aprendizagens Essenciais e contribuir para a aquisição dos conhecimentos, das competências e atitudes presentes no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Assim sendo, foram três as aulas destinadas à abordagem dos conteúdos pertencentes à matéria de ensino de Ginástica.

Relativamente à lecionação dos Jogos Pré-desportivos, um dos principais objetivos definidos prendeu-se com a promoção de uma participação espontânea dos alunos em cada jogo lúdico-recreativo dinamizado e o desenvolvimento das suas capacidades condicionais (velocidade, resistência e força), coordenação motora, precisão, lateralidade e as ações de cooperação e integração na turma, atributos que se encontram contemplados nas Aprendizagens Essenciais. Procurou-se realizar algumas atividades que incitassem elevados níveis de motivação e, conseqüentemente, despertassem interesse e empenho dos alunos e estimulassem a vertente competitiva entre eles no momento da execução das tarefas. Neste sentido, Lopes, Vicente, Prudente e Fernando (2015) acreditam que o docente deve tirar partido dos diferentes tipos de atividade desportiva de que dispõe para desenvolver nos alunos um conjunto de comportamentos que os conduzam a uma transformação efetiva. Assim, os alunos irão manifestar um maior interesse, empenho, motivação, competitividade e satisfação na realização das tarefas e desenvolver todas as suas capacidades e potencialidades, preservando deste modo um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

Realizaram-se alguns exercícios, nomeadamente a bola ao capitão, as caçadinhas com bola e o jogo dos passes. É de referir que, em cada um destes exercícios, se optou sempre por formar 4 grupos e dividi-los em 2 espaços de jogo, tendo estes a possibilidade de serem mais vezes solicitados na tarefa, face ao número reduzido de elementos por equipa. Assim sendo, Farias (2018) refere que o formato reduzido do espaço de jogo e o número reduzido de elementos por equipa permite que os alunos possam tocar mais vezes na bola e, deste modo, ter uma participação mais efetiva no jogo, no sentido em que apresentam um maior número de situações ao nível da tomada de decisão, o que requer por parte destes uma maior exigência e concentração. Uma das estratégias utilizadas em cada um deles foi conceder a oportunidade de estes jogarem num sistema de todos entre si, alargando assim o leque de experiências entre os diferentes grupos. Nesta perspetiva, o professor deve conceder o direito de todos os alunos terem uma participação ativa e

adequada nas diferentes práticas educativas, independentemente das dificuldades e diferenças apresentadas por cada um deles (Betti, 1991).

Já o motivo que me levou a lecionar o Basebol e o Frisbee, através de uma aula politemática, deveu-se a uma pequena conversa com o professor titular da turma, que manifestou interesse em que estas fossem exploradas numa das nossas aulas. Assim, acedi à sua solicitação e procurei dinamizar os seus conteúdos, tendo em consideração o nível de complexidade das tarefas, de forma que estas fossem adaptadas aos diferentes níveis de proficiência dos alunos. Neste contexto, Januário (2017) acredita que o professor deve analisar o contexto específico de cada situação e utilizar as técnicas de ensino que mais se adequam a cada um dos alunos, de modo a lhes proporcionar uma aprendizagem efetiva.

O facto de ter sido a primeira experiência dos alunos ao nível do Basebol levou a que fosse despendido mais algum tempo ao nível da explicação e demonstração das tarefas, contudo os objetivos para esta aula foram integralmente alcançados e os alunos tiveram uma enriquecedora e diferente experiência educativa. Neste sentido, Martins, Gomes e Costa (2017) confirmam a ideia de que quando o docente leciona pela primeira vez uma matéria de ensino nas aulas de EF, a explicação e demonstração das tarefas tendem a ser mais prolongadas, no sentido de os alunos compreenderem de forma correta “o que fazer”, “como fazer” e quais os objetivos a alcançar, bem como quais as suas componentes críticas. Assim, nas aulas subsequentes, quando os docentes optam por repetir algumas das tarefas / exercícios de aula, uma vez que os alunos já possuem conhecimento das mesmas o tempo despendido na explicação / demonstração torna-se mais reduzido.

Em termos gerais, os aspetos que senti necessidade em apresentar maior acuidade foram ao nível da organização das aulas, das demonstrações das tarefas, transições entre exercícios e do empenhamento motor dos alunos. A organização das aulas, as boas rotinas que os alunos apresentavam e o elevado tempo de empenhamento motor, fruto do trabalho de excelência realizado pelo professor titular da turma, foram mantidas, tendo dado prosseguimento a esse trabalho. Quanto às demonstrações das tarefas e transições entre exercícios, estas foram efetuadas de uma forma muito célere, pois no caso de despender demasiado tempo, os alunos tenderiam a distrair-se, perder o foco, o que incitaria momentos de brincadeiras entre si.

No cômputo geral, depois da minha intervenção com a turma de 2.º ciclo, o sentimento é de dever cumprido, uma vez que todos os objetivos a que me propus alcançar

no decorrer das várias aulas foram alcançados. Foram-me proporcionados momentos muito positivos, enriquecedores, de grande reflexão e adotadas estratégias didático-pedagógicas que foram ao encontro das necessidades e potencialidades dos alunos. Considero que todo o trabalho que desenvolvi contribuiu para proporcionar aos alunos uma experiência diferenciada e uma melhoria das suas aptidões, mas também para aumentar o meu leque de experiências educativas e para o desenvolvimento das minhas capacidades e competências enquanto docente de EF.

6. Atividades de Integração no Meio

6.1. Enquadramento das Atividades de Integração no Meio

As Atividades de Integração no Meio visam o estabelecimento de relações entre os diferentes agentes da comunidade escolar, nomeadamente: (1) professores do grupo disciplinar de EF; (2) professores de outros grupos disciplinares; (3) alunos; (4) órgãos pertencentes ao conselho executivo; (5) encarregados de educação e (6) demais agentes educativos.

Neste âmbito, as atividades delineadas e posteriormente operacionalizadas foram: (1) a Caracterização da Turma, com o propósito de recolher informações pertinentes acerca dos alunos pertencentes à turma de intervenção e (2) a Atividade de Extensão Curricular (AEC), cujo objetivo foi a planificação e dinamização de uma atividade com a turma, na qual abrangia a participação dos diferentes agentes da comunidade educativa.

6.2. Caracterização da Turma

A caracterização da turma foi um processo fundamental para nós, enquanto professores estagiários, pois permitiu-nos recolher informações relevantes sobre os nossos alunos, ao nível da sua (1) componente psicomotora, (2) cognitiva e (3) sócio afetiva. Além disso, possibilitou-nos compreender e refletir sobre os contextos socioeconómico, familiar e cultural em que os alunos se encontravam inseridos. Todo este procedimento ocorreu numa fase inicial do processo de Ensino-Aprendizagem, possibilitando-nos definir objetivos, ajustar o planeamento das nossas aulas e adotar estratégias pedagógicas potenciadoras da aprendizagem dos alunos e promotoras de um ambiente e um clima de aula positivo. Assim, referenciando Batista et al. (2019), é essencial que os docentes efetuem uma caracterização detalhada das suas turmas de atuação, de modo que o planeamento das suas atividades e a organização das propostas metodológicas sejam adequadas e apresentem significado para os alunos, estimulando nos mesmos o gosto pelas diferentes áreas do conhecimento, bem como na apropriação dos

conteúdos a serem trabalhados nas aulas. Neste sentido, considera-se que o processo de Ensino-Aprendizagem exige que os docentes efetuem uma reflexão crítica constante na busca por estratégias adequadas ao desenvolvimento de todos os alunos.

6.2.1. Objetivos

Objetivos gerais

- i. Recolher informações pertinentes sobre os alunos, de modo a permitir realizar uma caracterização detalhada da turma;
- ii. Obter informações que nos permitam escolher as metodologias didático-pedagógicas que mais se adequam aos alunos, de forma a potenciar o seu processo de aprendizagem;
- iii. Identificar as potencialidades e fragilidades da turma nas mais variadas dimensões (relações interpessoais, componente física e cognitiva);
- iv. Avaliar as relações interpessoais e as dinâmicas existentes na turma;
- v. Apresentar ao Conselho de Turma as informações recolhidas, para que estes possam adequar a sua intervenção pedagógica às características e particularidades dos alunos.

Objetivos específicos

- i. Caracterizar a turma ao nível do número de alunos, género, idade e concelho de residência;
- ii. Analisar o contexto familiar e socioeconómico de cada aluno;
- iii. Analisar os hábitos de saúde e os estilos de vida dos alunos;
- iv. Conhecer os níveis motivacionais da turma para a prática de Educação Física e os seus hábitos de Prática Desportiva e Atividade Física fora do meio escolar;
- v. Avaliar a função cognitiva da turma.

6.2.2. Metodologia

Neste capítulo serão apresentados todos os procedimentos metodológicos que fazem parte integrante do estudo, cujo objetivo é caracterizar os participantes, os instrumentos de recolha de dados e efetuar uma análise e interpretação dos resultados obtidos.

6.2.2.1. Amostra

Este processo de caracterização foi realizado à turma do 9.º ano de escolaridade da Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva. Esta turma era constituída por 24 alunos, sendo 15 alunos do sexo masculino e 9 alunos do sexo feminino. A média de idades situava-se nos 13,8 anos, num grupo com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos.

6.2.2.2. Recolha de Dados

A metodologia utilizada está inserida no projeto EFERAM-CIT. Este projeto de investigação foi desenvolvido com o objetivo de promover um conjunto de estudos que possam ser profícuos para potenciar a Educação Física e o seu valor educativo, enquanto meio de transformação dos alunos. É formado por um conjunto de docentes especialistas que apresentam diferentes perfis, valências e experiências profissionais e é desenvolvido pelo Departamento de Educação Física e Desporto, da Faculdade de Ciências Sociais, da UMa.

Para se proceder à recolha de informação, foram utilizados um conjunto de instrumentos de avaliação, nomeadamente questionários, testes cognitivos e baterias de teste. A aplicação destes instrumentos, além de permitir recolher uma quantidade de informações consideráveis, permitiu-nos compreender, de maneira mais detalhada, as capacidades, as competências, os valores, as atitudes, assim como as dificuldades e as necessidades dos alunos, com vista a adequar a nossa intervenção ao longo das nossas aulas.

Considera-se que todas as informações recolhidas foram bastante pertinentes, inclusive foram alvo de partilha numa reunião efetuada com o conselho de turma. Deste modo, os professores obtiveram informações mais detalhadas dos alunos, possibilitando, assim, adequar a sua intervenção e ajustar as suas metodologias de ensino.

Para a caracterização da turma foi necessário reunir um conjunto de informações através da aplicação de vários instrumentos fundamentais à sua consecução. Todos os instrumentos utilizados, especialmente questionários, testes físicos e testes psicossociais e cognitivos, foram elaborados e aprovados pelos docentes supracitados. É também de salientar que estes instrumentos foram utilizados por todos os professores estagiários dos vários núcleos de estágio, uma vez que todos eles se encontravam habilitados para o efeito, pois adquiriram previamente uma formação específica neste âmbito.

A realização de todas as avaliações só foi exequível porque houve uma enorme cooperação entre todos os professores estagiários e os vários docentes da UMa para a consecução das respetivas tarefas. Inicialmente, o coordenador das avaliações elaborou um mapa de avaliações, assinalando a data, o horário da avaliação, o local, a turma, os parâmetros de avaliação, o chefe de campo, a equipa de avaliadores e as respetivas observações. Este teve em consideração a disponibilidade de todos os elementos, de forma a não coincidir com os dias e as horas em que os professores estagiários lecionavam.

Tendo em consideração que os alunos da turma foram integrados neste projeto pela primeira vez, foi fundamental proceder-se a uma explicação detalhada de toda a dinâmica que seria desenvolvida, bem como os seus procedimentos, com o propósito de acompanhar o progresso e a evolução dos alunos no decorrer do ano letivo. Estas apreciações decorreram ao longo do ano letivo através de avaliações iniciais, intermédias e finais, segundo uma determinada ordem e agrupamento de domínios, salvaguardando a viabilidade dos recursos humanos, materiais e temporais.

Num primeiro momento, procedeu-se à realização de um questionário online intitulado “Questionário aos Adolescentes sobre a Educação Física e Estilo de vida”, que é disposto por várias secções, nomeadamente: Secção 1: Dados Pessoais dos alunos; Secção 2: Dados Socioeconómicos; Secção 3: Atividade Física; Secção 4: Auto perceção; Secção 5: Perceção e conhecimento sobre a Atividade Física; Secção 6: Escola, Rendimento Académico e Educação Física; Secção 7: Motivação para a Atividade Física; Secção 8: Deslocação Casa – Escola; Secção 9: Atividades Sedentárias; Secção 10: Horas de Sono; e Secção 11: Vivências Desportivas. Além disso, foi também aplicado o Teste da Aptidão Física, mais concretamente o vaivém longo, com o objetivo de avaliar a capacidade funcional máxima e a resistência do sistema cardiorrespiratório dos alunos.

Seguidamente, procedeu-se à utilização do Questionário *The Cognitive Telephone Screening Instrument* (COGTEL). Este teste foi aplicado de forma individual, realizado presencialmente e teve como objetivo avaliar a função cognitiva dos alunos, nomeadamente: (1) Memória prospetiva; (2) Memória verbal a curto-prazo; (3) Memória de trabalho; (4) Fluência verbal; (5) Raciocínio indutivo e (6) Memória verbal a longo-prazo. Além deste questionário, foi também efetuado o Teste do Equilíbrio. Os alunos iniciaram o teste com o membro inferior dominante, posicionando o apoio plantar na marca inicial da interseção das 3 linhas, mantendo as mãos na cintura e realizando a

tríplice flexão (tornozelo, joelho e quadril), de modo a alcançar a maior distância possível. Depois, foi efetuado o mesmo procedimento utilizando o membro inferior contrário.

Posteriormente, realizaram-se os testes de Aptidão Física e Composição Corporal. Neste sentido, a turma foi dividida em dois grupos em função do gênero, sendo que um dos grupos foi encaminhado para as medições da Composição Corporal e outro grupo para os testes de Aptidão Física. À medida que os alunos finalizavam os respectivos testes deveriam permutar de grupo. De forma a agilizar todo o processo de avaliação nos testes de Aptidão Física, os alunos foram divididos pelas várias estações, em pequenos grupos, sendo que cada uma das estações estava sob a responsabilidade de um professor estagiário. É ainda de salientar, que no decorrer de todos estes testes, os alunos faziam-se acompanhar da sua folha de registo.

Sensivelmente um mês após o começo das aulas, procedeu-se à aplicação do questionário “Perceção sobre o Professor de Educação Física” e ao Teste Sociométrico. Neste questionário, os alunos da turma deveriam responder a algumas questões e dar a sua opinião relativamente ao seu professor de Educação Física, no entanto, de forma a evitar que estes se sentissem condicionados nas suas respostas, o teste foi executado pelo meu colega de estágio. Quanto à aplicação do Teste sociométrico, os alunos deveriam responder a 8 questões, sendo que em cada uma delas deveriam indicar o nome de 3 elementos da turma por ordem de preferência e por ordem de exclusão. A sua aplicação teve como objetivo identificar e compreender as relações interpessoais existentes no seio da turma.

Foi também aplicado o questionário de Competências Pessoais e Sociais, através do questionário “Para mim é fácil”. Este questionário teve por base a realização de algumas questões aos alunos relacionadas com o desenvolvimento das suas competências pessoais e sociais. Assim, perante as 43 afirmações, os alunos deveriam indicar o seu grau de concordância, utilizando a seguinte escala: “Discordo Completamente”, que corresponde ao valor mínimo de (1) e “Concordo completamente”, que corresponde ao valor máximo de (5). Após a aplicação do questionário, procedeu-se à recolha e verificação do correto e completo preenchimento dos mesmos.

6.2.3. Apresentação dos Resultados

6.2.3.1. Dados Biográficos

Género e Idade

A turma do 9.º era constituída por 24 alunos, sendo que 15 alunos pertenciam ao género masculino (63%) e 9 alunos ao género feminino (37%). Como se pode observar no gráfico 3, a turma era composta maioritariamente por alunos do género masculino, havendo mais 6 rapazes, comparativamente com o número de raparigas.

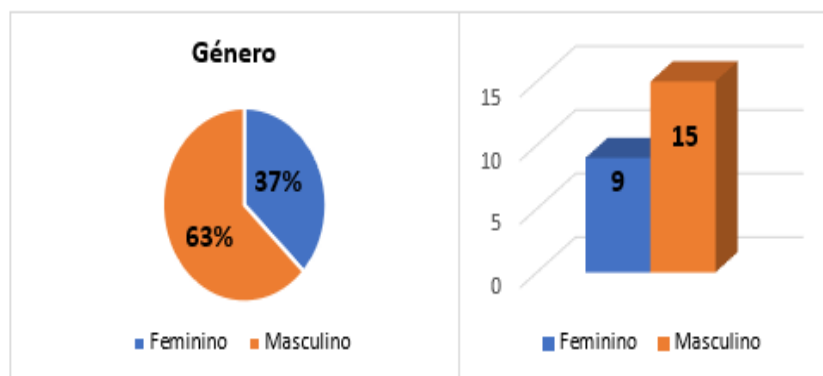


Gráfico 3 - Género dos alunos

Quanto à idade, os alunos apresentam-se com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos, sendo que a média da turma é de 13,8 anos de idade. Constatamos que 8 alunos têm 13 anos (34%), 14 alunos têm 14 anos (58%) e 2 alunos têm 15 anos (8%).

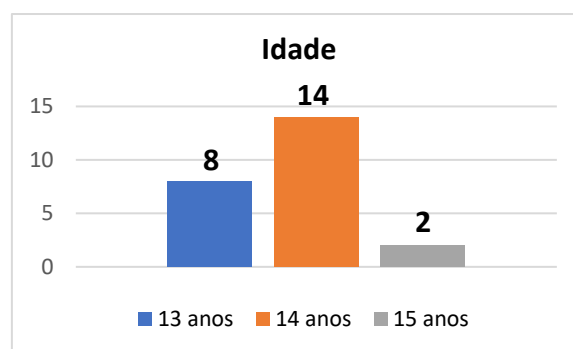


Gráfico 4 - Idade dos alunos

Concelho de Residência

Podemos verificar que a grande maioria dos alunos reside no concelho do Funchal, mais concretamente, 71% dos alunos. No entanto, também se pode observar que 25% dos alunos da turma residem no concelho de Santa Cruz e apenas 4% dos alunos residem no concelho de Câmara de Lobos.

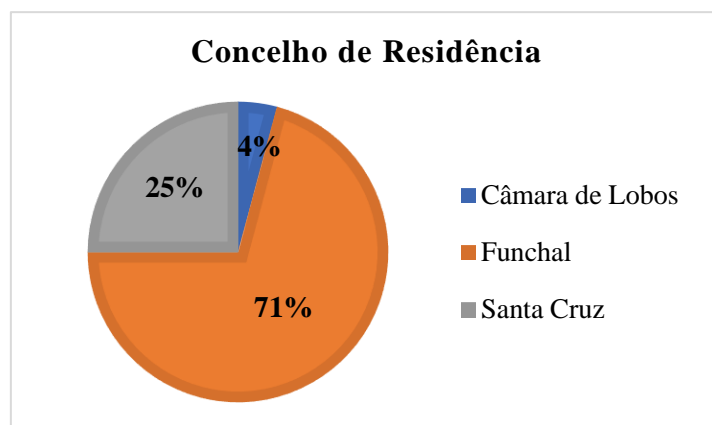


Gráfico 5 - Concelho de Residência

6.2.3.2. Dados Socioeconómicos

Para analisar a situação socioeconómica dos alunos, foram utilizadas variáveis como a situação profissional dos pais e/ ou dos Encarregados de Educação, as suas habilitações literárias, a existência ou não de escalão da ação social escolar e o número de pessoas que fazem parte do agregado familiar dos alunos.

Situação Socioeconómica dos Encarregados de Educação

A situação socioeconómica dos pais e/ ou dos Encarregados de Educação é um dos indicadores que nos permite analisar e compreender a realidade das famílias. Observa-se que a grande maioria dos pais dos alunos possuem emprego, no entanto, também se pode constatar que um pai e uma mãe, de diferentes famílias, se encontram na condição de desempregados.



Gráfico 6 - Situação Socioeconómica dos Encarregados de Educação

Habilitações Literárias dos Encarregados de Educação

De acordo com as habilitações literárias dos pais e/ ou dos Encarregados de Educação dos alunos, verifica-se que apenas uma pequena minoria, mais precisamente, 4% não apresenta estudos ou apresenta o 1.º ciclo incompleto. Quanto às habilitações das mães, observa-se que 50% têm o Ensino Superior e 21% o Ensino Secundário. Ao nível das habilitações dos pais dos alunos, podemos constatar que 34% têm o Ensino Secundário e 29% possuem o 3.º ciclo e Ensino superior, respetivamente.

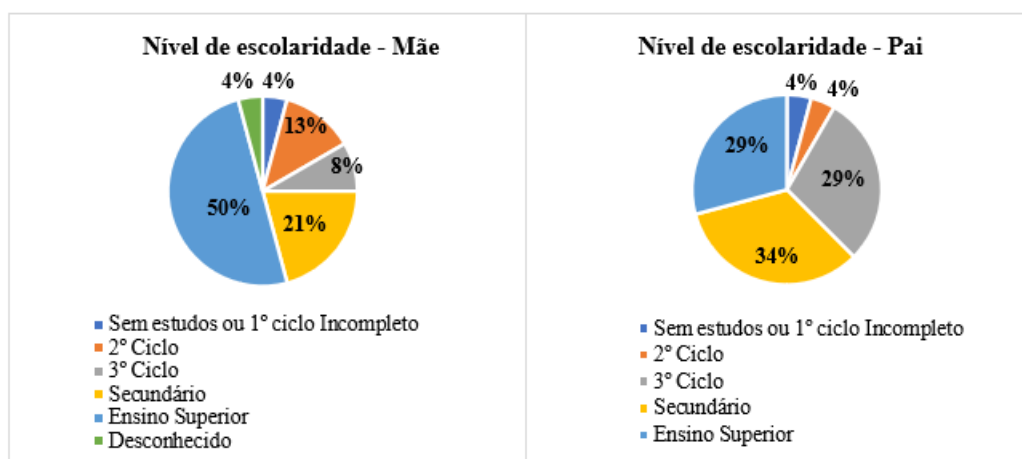


Gráfico 7 - Habilitações Literárias dos Encarregados de Educação

Apoio Social Escolar

Ao nível do Apoio Social Escolar, verifica-se que a maioria dos alunos da turma não beneficia deste apoio (63%), mais concretamente 15 alunos. Porém, 3 alunos beneficiam de ação social de escalão 1 (12%), 5 alunos beneficiam do escalão 2 (21%) e 1 aluno beneficia de ação social de escalão 3 (4%).

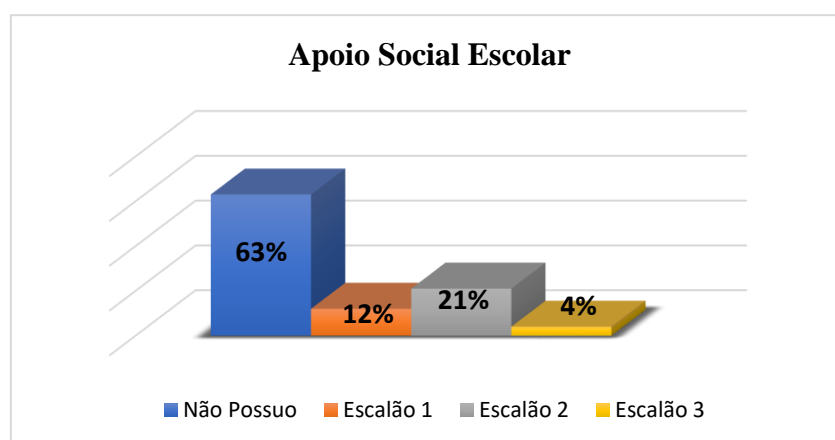


Gráfico 8 - Apoio Social Escolar na turma

Agregado Familiar

No que diz respeito ao agregado familiar, constata-se que 10 alunos da turma têm um agregado familiar de 3 pessoas (42%), 7 alunos vivem com mais 2 pessoas (29%) e 4 alunos vivem com mais 4 pessoas (17%). Verifica-se ainda que 1 dos alunos vive com apenas mais 1 pessoa (4%), outro com 5 pessoas (4%) e, por fim, 1 aluno que vive com 7 pessoas (4%).

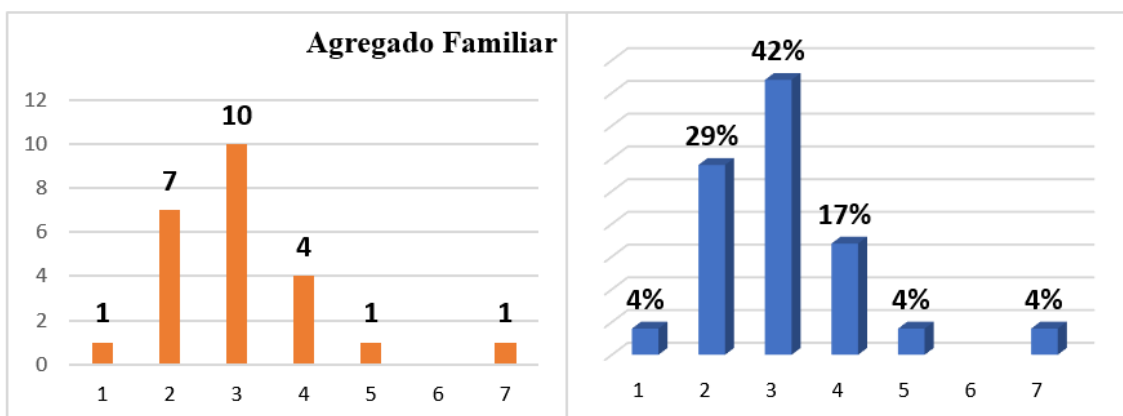


Gráfico 9 - Agregado Familiar

6.2.3.3. Perceção da Vida e da Saúde

Perceção do Estado de Saúde

Ao nível da perceção dos alunos quanto ao seu estado de saúde, conclui-se que grande parte da turma considera sentir-se de boa saúde, mais precisamente 42%. Compreende-se também que 33% dos alunos referem sentir-se de muito boa saúde, 21% menciona sentir-se com razoável saúde e apenas 4% a referir que não se sentem com muito boa saúde.

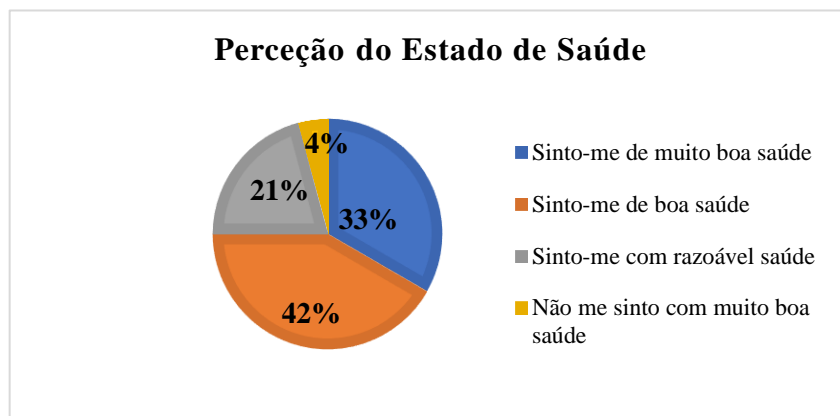


Gráfico 10 - Perceção do Estado de Saúde

Percepção do Desempenho Escolar

Os alunos foram questionados sobre a percepção do seu desempenho no âmbito escolar. Os resultados demonstram que quase metade dos alunos da turma, mais concretamente 11 alunos, consideram que o seu desempenho é “Médio” (46%). Já 9 alunos classificam o seu desempenho escolar como “Bom” (37%) e 4 alunos referem que o seu desempenho escolar é “Muito Bom” (17%). É ainda de salientar que nenhum dos alunos da turma classificou o seu desempenho escolar como “Mau”, o que demonstra que os alunos têm a percepção que desempenham as tarefas escolares de forma suficiente, para não se denominarem como maus alunos.

Naturalmente, a percepção que os alunos apresentam pode não corresponder à mais correta e, deste modo, cabe ao professor adotar estratégias para uma melhor análise e compreensão do real nível de desempenho escolar de cada individualidade.

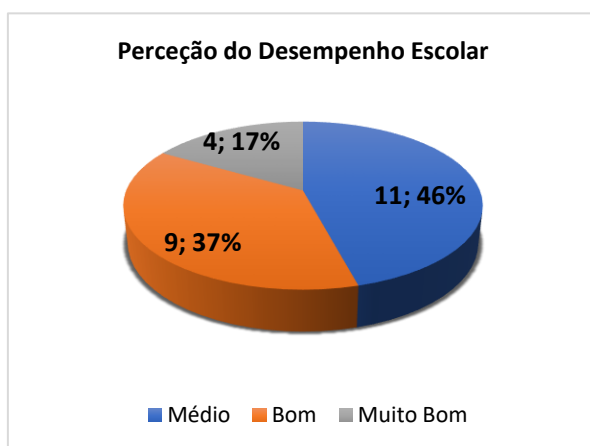


Gráfico 11 - Percepção dos alunos da turma sobre o seu Desempenho Escolar

Horas de Sono

Os hábitos de sono são considerados fundamentais na qualidade de vida dos alunos. Para que estes possam ter um desempenho escolar ótimo, um dos indicadores que pode influenciar o seu rendimento são as horas dedicadas ao sono.

Com base nos dados apresentados, constata-se que durante a semana, de segunda a sexta-feira, a maioria dos alunos apresenta bons hábitos de sono. É de referir que 18 alunos da turma dormem entre 8 e 10 horas diárias (75%). De acordo com a National Sleep Foundation's, estas são as horas de sono diárias recomendadas para adolescentes com idades compreendidas entre 14 e 17 anos (Hirshkowitz, et al., 2015). Também se observa que 5 alunos afirmam dormir menos de 8 horas diárias (21%) e apenas 1 dos alunos da turma indica que dorme mais do que 10 horas diárias (4%). Quanto aos dias de

Fim de semana, 15 alunos afirmam dormir 8 a 10 horas diárias (63%), 3 alunos referem que dormem menos de 8 horas (12%) e 6 alunos afirmam que dormem mais de 10h (25%).

Em suma, conclui-se que a grande maioria dos alunos apresenta bons hábitos de descanso, que durante a semana há mais alunos a dormirem menos de 8h e menos alunos a dormirem mais de 10 horas, comparativamente ao fim de semana.

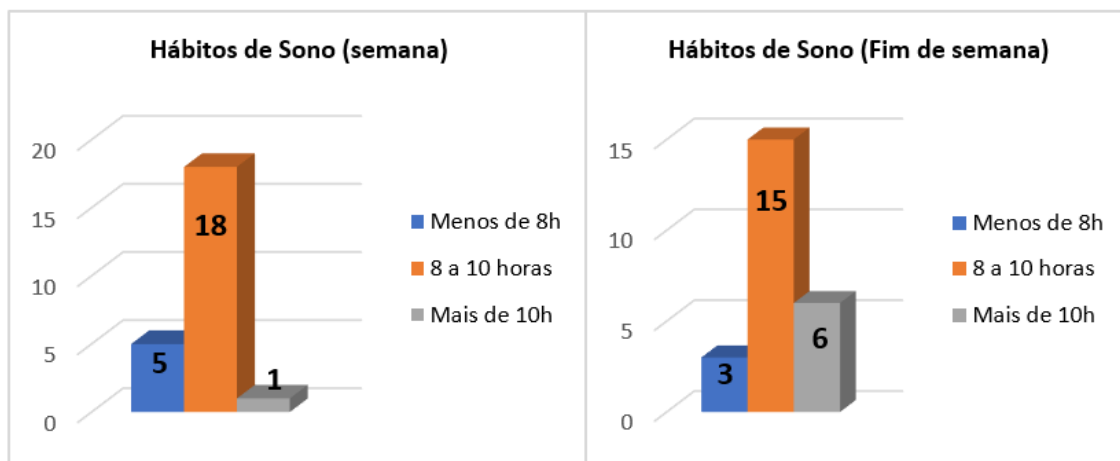


Gráfico 12 - Hábitos de sono dos alunos

Meio de deslocação no trajeto Casa - Escola

Quanto ao meio de deslocação que os alunos utilizam no trajeto de casa para a escola, confere-se que a grande maioria se desloca de carro (88%). Observa-se que são poucos os alunos (12%) que utilizam os transportes públicos para se deslocarem para a escola. Conclui-se também que nenhum dos alunos da turma se desloca de casa para a escola a pé.

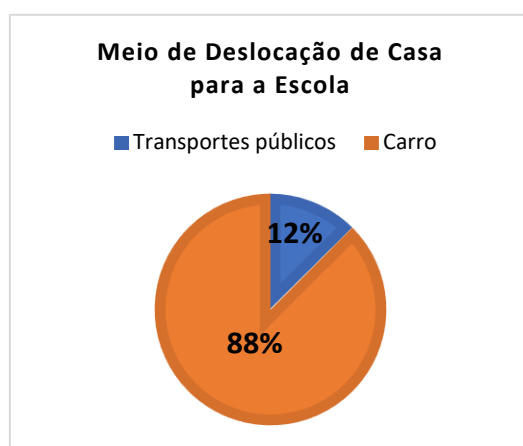


Gráfico 13 - Meio de deslocação utilizado no trajeto de casa para a escola

6.2.3.4. Dados relacionados com a Atividade Física, a Prática Desportiva e a Educação Física

Patologias de Saúde

Quanto a patologias de saúde, a turma apresenta 3 alunos asmáticos, 1 aluno com Perturbação das Aptidões Motoras, 2 alunos com Défice no Funcionamento Intelectual e 2 alunos com Perturbação de Aprendizagem Específica: Discalculia. Além disso, 1 dos alunos apresenta uma lesão do plexo braquial, situação que o limita na realização de alguns exercícios concretos, como por exemplo flexões de braço. No entanto, nenhum dos alunos mencionados anteriormente, assim como os restantes elementos da turma, apresentam problemas que os impeçam de desenvolver a prática desportiva e realizar as aulas de Educação Física, embora seja necessário, em casos concretos, adequar algumas das atividades. Toda esta informação foi-me cedida antes do início das aulas e, desta forma, tive a possibilidade de planear e ajustar as minhas intervenções de acordo com a realidade da turma.

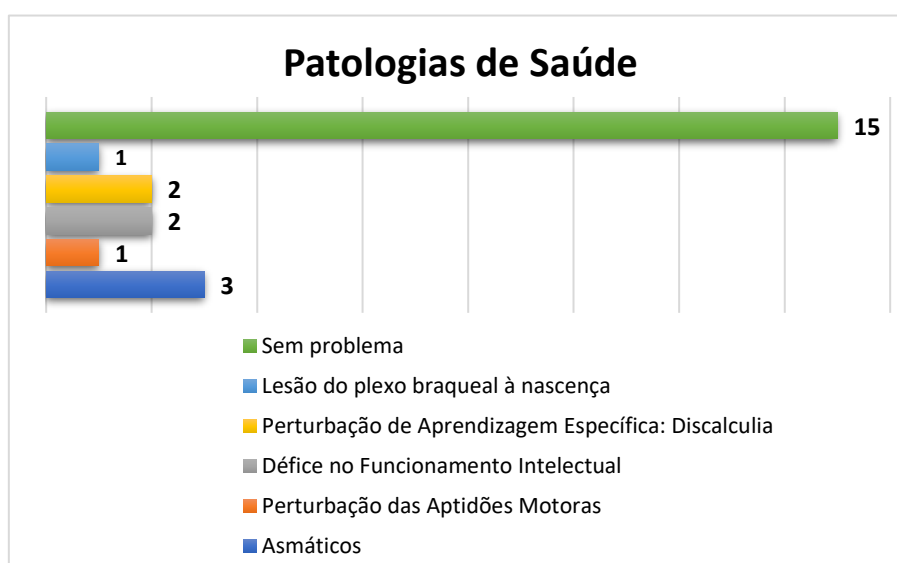


Gráfico 14 - Patologias de Saúde

Índice de Massa Corporal e Percentagem de Massa Gorda

Para a realização do cálculo do Índice de Massa Corporal foram utilizados o peso (kg) e a altura (cm). Para calcular a % de massa gorda dos alunos, foram utilizadas as pregas de adiposidade. De seguida, efetuou-se uma comparação com os valores de referência tendo em conta a idade dos alunos.

Nos gráficos que se seguem, analisa-se que em termos de índice de massa corporal, mais de metade dos alunos da turma se apresentava dentro do peso recomendado

(58%). Contudo, também se verificou que muitos dos alunos da turma estavam acima do peso recomendado, apresentando assim excesso de peso (42%).

Relativamente à percentagem de massa gorda, a turma revelava 8 alunos na zona saudável (33%) e 16 alunos a precisar de melhorar, pois apresentavam-se com uma percentagem de Massa gorda acima do recomendado (67%).

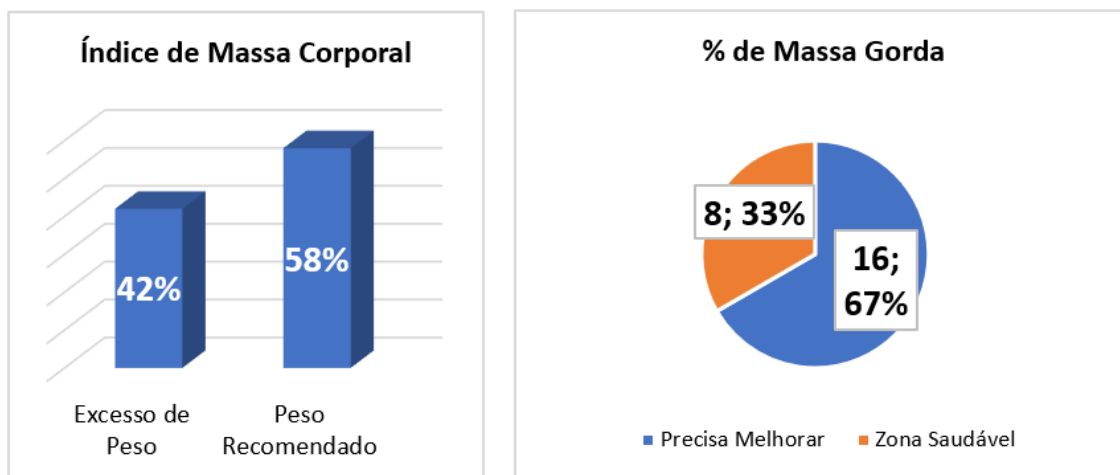


Gráfico 15 - Índice de Massa Corporal e Percentagem de Massa Gorda

Perceção sobre a Atividade Física e Educação Física

Tendo em conta os dados que foram recolhidos da perceção dos alunos sobre a Atividade Física e Educação Física, a grande maioria demonstrou gosto por estes tópicos. Compreende-se que 13 alunos gostam bastante da Atividade Física e 12 alunos gostam bastante da Educação Física. Já 7 alunos referiram que gostam mesmo muito da Atividade Física e 8 alunos a afirmarem que gostam mesmo muito de Educação Física. Verificou-se ainda que 2 alunos afirmaram que a Atividade Física e a Educação Física são-lhes indiferentes, apenas 1 aluno refere que não gosta nada e outro aluno que não gosta lá muito.

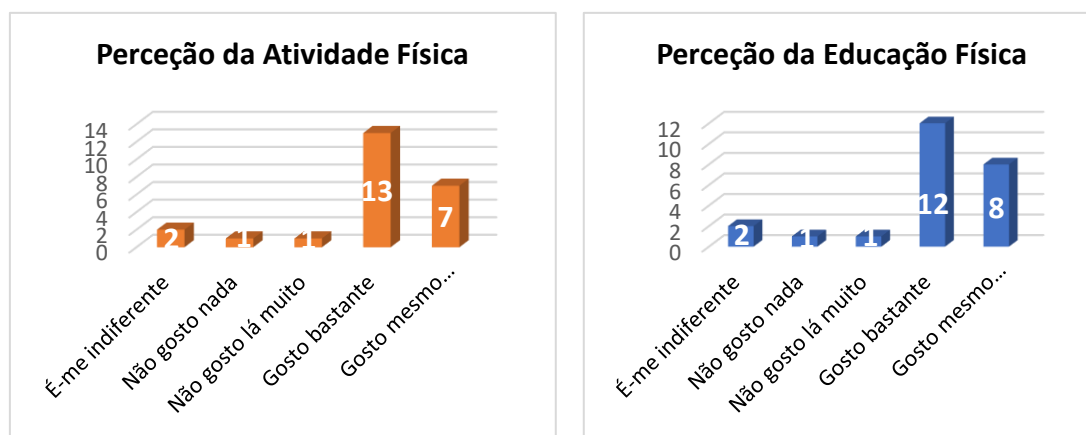


Gráfico 16 - Perceção dos alunos sobre a Atividade Física e Educação Física

Percepção do Rendimento na Educação Física

Os alunos foram interrogados sobre a percepção do seu rendimento no âmbito da Educação Física. Os resultados demonstram que 37% dos alunos consideram que o seu rendimento na Educação Física é “Muito Bom” e “Médio”. Já 26% dos alunos da turma classificam o seu rendimento como “Bom”. Como se pode observar no gráfico, nenhum dos alunos da turma classificou o seu rendimento na Educação Física como “Mau”, o que demonstra que os alunos têm a percepção que apresentam um rendimento satisfatório na disciplina de Educação Física.

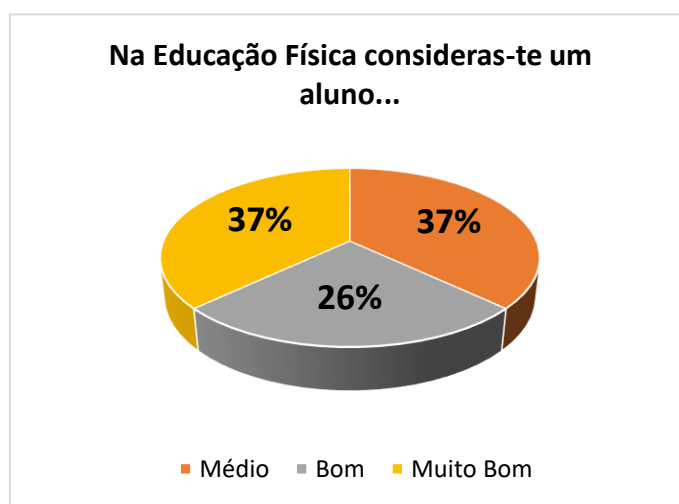


Gráfico 17 - Percepção do Rendimento na Educação Física

Prática de Modalidade Desportiva

Constatou-se que mais de metade dos elementos da turma não pratica nenhuma modalidade desportiva, mais concretamente 14 alunos. Já 10 alunos referem praticar uma ou mais modalidades desportivas. Como demonstra o gráfico, 1 dos alunos pratica Ténis e Futsal, 2 alunos praticam Futebol, 2 alunos praticam Voleibol e 2 alunos praticam Dança. Além disso, observa-se também que 1 aluno pratica triatlo, 1 aluno refere praticar basquetebol e, por fim, outro elemento da turma menciona praticar Andebol.

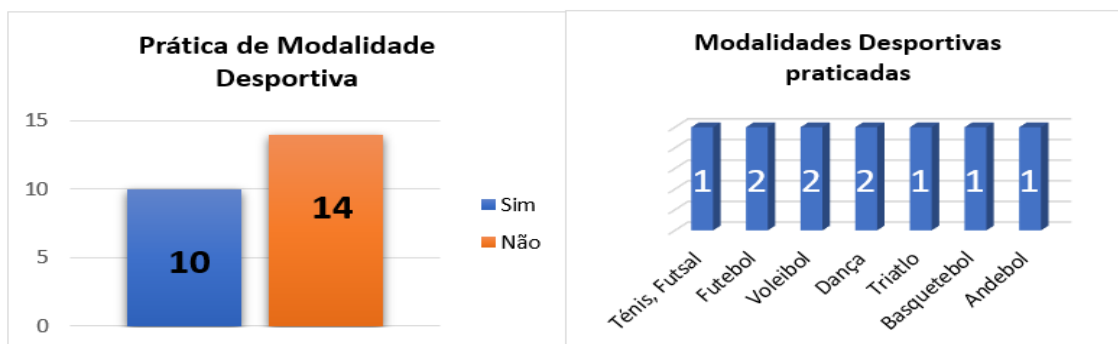


Gráfico 18 - Prática de Modalidade Desportiva

Prática Desportiva Federada e Desporto Escolar

Observa-se que existe um número reduzido de alunos que pratica desporto federado (17%), perfazendo um total 4 alunos. A grande maioria dos elementos da turma afirma não praticar desporto federado, mais concretamente, 20 alunos (83%).

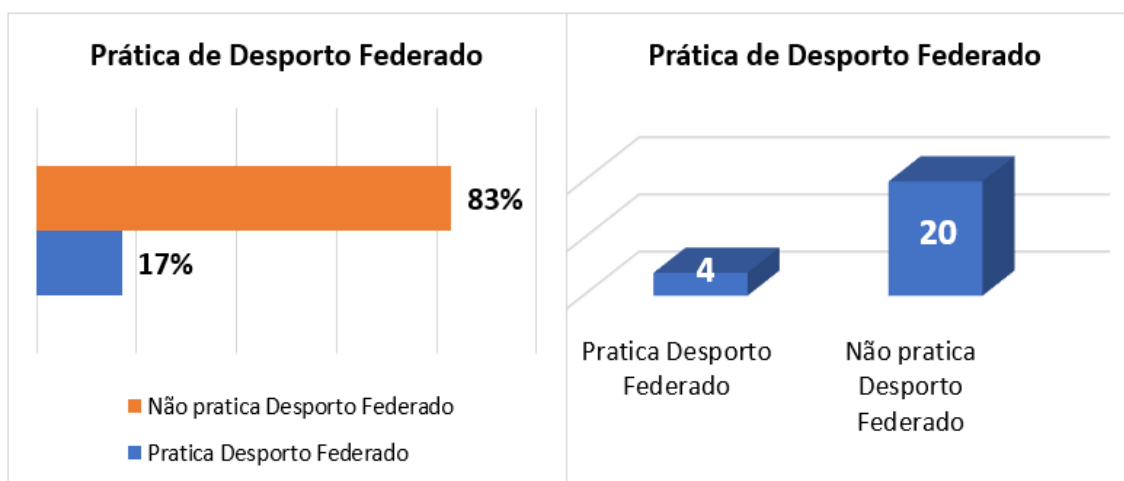


Gráfico 19 - Prática de Desporto Federado

Quanto à participação no Desporto Escolar, percebe-se uma diferença significativa entre os alunos que participam e não participam. O gráfico mostra-nos que 88% dos alunos da turma não participam no desporto escolar. Contudo, verifica-se uma participação de 3 alunos nas modalidades de Futsal, Voleibol, e Andebol, respetivamente (12%).



Gráfico 20 - Participação no Desporto Escolar

6.2.3.5. Competências Pessoais e Sociais

A aquisição das competências pessoais e sociais vão proporcionando aos alunos a obtenção de sucesso nas interações com os outros e o aumento do sentido de autoeficácia e de autoestima, que se considera elementar para o desenvolvimento saudável e o bem-estar satisfatório dos alunos.

Através das respostas dos alunos a um conjunto de questões relacionadas com o desenvolvimento das suas competências pessoais e sociais, de seguida estão apresentados os resultados dos alunos ao nível: (1) da resolução de problemas; (2) das relações interpessoais; (3) das competências básicas; (4) da regulação emocional e (5) da definição de objetivos. Quanto aos scores, estes variam entre uma escala de 0 e 5, ou seja, o mínimo é igual a 0 e o máximo é igual a 5 valores.

Ao nível de resolução de problemas, existem algumas diferenças entre os alunos da turma. Constatou-se que dois alunos apresentaram valores negativos. Quanto aos restantes elementos da turma, ostentam uma boa capacidade para resolver problemas, apresentando valores positivos. Ao nível das relações interpessoais, todos os alunos revelam apresentar valores satisfatórios. Já nas competências básicas, todos os alunos também se encontram numa escala positiva. Além disso, verificou-se que dois elementos da turma apresentaram a escala máxima, mais concretamente 5 valores. No que concerne à regulação emocional, constataram-se algumas diferenças entre os alunos da turma, porém apenas um deles se encontra abaixo do limiar positivo. Por fim, ao nível da definição de objetivos, constatou-se que apenas um aluno da turma se encontrava abaixo dos valores médios, sendo que os restantes elementos da turma apresentam valores positivos.

Quanto ao Teste Sociométrico, através da sua aplicação, foi-nos possível recolher informações úteis referentes às dinâmicas pessoais e interpessoais que existem no seio da turma. A utilização deste instrumento foi de extrema relevância, porque nos permitiu, não só identificar as relações existentes, mas também a ausência destas entre os alunos. No decorrer do questionário os alunos teriam de responder a um conjunto de 8 questões e, consoante a questão, deveriam assinalar três colegas, por ordem de preferência ou por ordem de exclusão. Em cada uma das questões efetuadas foram vários os alunos selecionados como preferências, o que alude a grande relação que estes apresentavam com os seus colegas de turma. Por outro lado, também foi possível observar que a grande maioria da turma deu maior destaque, pela negativa, a dois alunos, demonstrando

claramente que estes apresentavam características muito próprias, que não seriam favoravelmente estimadas no seio da turma.

Com base nos resultados alcançados, foi-nos possível obter um conhecimento mais aprofundado acerca dos alunos da turma, bem como das dinâmicas por eles evidenciadas. Neste sentido, identificaram-se os alunos que apresentam traços de liderança, mas também os alunos que possuem dificuldades ao nível do relacionamento social. Todas as informações recolhidas foram extremamente importantes, na medida em que nos possibilitaram adequar o planeamento das nossas aulas, bem como as estratégias didático-pedagógicas, visando uma melhor gestão do processo de Ensino-Aprendizagem e o consequente desenvolvimento das aprendizagens dos alunos.

6.2.4. Considerações Finais

Os procedimentos utilizados, bem como os instrumentos de avaliação empregues para a recolha de informações acerca dos nossos alunos, foram fundamentais para se realizar a caracterização da turma de uma forma detalhada e minuciosa. Assim, adquiriu-se um conhecimento mais pormenorizado e profundo dos elementos constituintes da turma, nos mais variados domínios, o que nos permitiu identificar dificuldades e necessidades, mas também competências, atitudes e valores. Também foi possível definir objetivos e adequar o planeamento das nossas aulas, tendo em consideração as particularidades de cada aluno e os diferentes níveis de proficiência existentes na turma.

Assim sendo, é fundamental desenvolver um planeamento adequado ao grupo que temos a cargo, não esquecendo que o plano pedagógico deve ser flexível, de modo a permitir a sua adaptação sempre que se considere necessário. Quanto ao processo de Ensino-Aprendizagem, este deve basear-se no ciclo de planificação-ação-reflexão, de forma que possamos delinear uma intervenção cada vez mais adequada, atendendo fundamentalmente à promoção do desenvolvimento integral dos nossos alunos.

No decorrer de todo o processo de recolha de dados, os alunos colaboraram de forma efetiva, contribuindo para a exequibilidade de toda esta operacionalização. Um aspeto menos positivo a assinalar, foi o facto de a dado momento, os alunos apresentarem alguma desmotivação, face à quantidade de instrumentos que estavam a ser aplicados ao longo do ano letivo. Quanto aos constrangimentos observados no desenrolar de todo este processo, podemos mencionar o facto de quatro Encarregados de Educação não terem autorizado a participação dos seus educandos neste estudo.

É também de destacar que todos os instrumentos foram utilizados por todos os professores estagiários dos vários núcleos de estágio, uma vez que todos eles passaram, previamente, por um processo de formação teórico-prática, com uma duração de 20 horas. A formação inicial adquirida pelos professores estagiários encontrava-se sob a orientação de docentes especialistas responsáveis por este projeto de investigação. Esta formação foi extremamente importante, uma vez que ficámos habilitados para proceder, nos vários núcleos de estágio, à aplicação de um conjunto de instrumentos de avaliação, nomeadamente questionários, testes cognitivos e baterias de teste.

Além disso, foi-nos disponibilizado um conjunto de bases de dados para, numa fase posterior, se inserir os resultados obtidos e se proceder à interpretação desses mesmos resultados. Assim, todos os procedimentos associados ao estudo, permitiram-nos desenvolver competências de recolha de informação, de análise e processamento dessa mesma informação de uma forma rigorosa, crítica, reflexiva e fundamentada.

Em suma, todo este procedimento só foi exequível porque houve uma enorme cooperação entre todos os professores estagiários, o nosso professor cooperante e professor científico e os vários docentes da UMA. Assim, através deste projeto de investigação, promoveu-se um conjunto de estudos e análises pertinentes, com o propósito de potenciar a Educação Física e o seu valor educacional, enquanto meio de transformação dos nossos alunos.

6.3. Atividade de Extensão Curricular

A Atividade de Extensão Curricular (AEC) é uma das várias atividades que estão contempladas na PL, sendo uma das componentes de avaliação do EP. Esta destinou-se aos alunos da nossa turma de estágio, mas também a toda a comunidade educativa, nomeadamente os professores dos vários grupos disciplinares, os funcionários, os encarregados de educação e demais agentes educativos, com o intuito de se estabelecer uma maior proximidade entre todos. Além disso, enquanto professores estagiários, pretendeu-se adquirir um conjunto de competências, quer ao nível do planeamento, quer da organização e da operacionalização de um evento, e que todos os envolvidos tivessem uma participação ativa e vivenciassem um conjunto de experiências diversificadas, neste caso concreto o paintball, num ambiente extrínseco ao meio escolar.

Para esta atividade pretendeu-se: (1) proporcionar aos alunos diferentes vivências e experiências educativas; (2) promover a prática de atividades de Desporto e Natureza (fora do contexto escolar); (3) desenvolver as relações pessoais, a autonomia, a

cooperação e a responsabilidade cívica dos alunos e (4) fomentar o trabalho em equipa e estimular as dinâmicas de grupo.

6.3.1. Planeamento e Operacionalização

Para se proceder ao planeamento e operacionalização da AEC, foi necessário realizar todo um trabalho prévio, tendo a supervisão dos orientadores científico e cooperante. O nosso principal propósito foi dinamizar uma atividade desportiva diferente das ditas “habituais” e permitir que esta fosse ao encontro das motivações e interesses de todos os elementos integrantes, de forma a enriquecer o seu reportório de vivências e experiências educacionais e desportivas. Desde logo, procurou-se envolver todos os alunos na atividade e, por conseguinte, no final do 1.º período, estes foram questionados acerca de quais as atividades que pretendiam realizar fora do contexto escolar. Foi dada a possibilidade de os alunos exporem um leque de atividades desportivas que fossem passíveis de ser dinamizadas e do agrado de todos. As preferências que foram apresentadas pelos alunos foram o arborismo, a escalada, o acampamento num fim de semana e o paintball. Porém, esta última foi a única atividade na qual ninguém se opôs, sendo a mais cobiçada por toda a turma, e a sua preparação e planeamento decorreu no sentido de proporcionar aos alunos uma experiência diversificada, de acordo com os seus anseios e de forma que esta pudesse ser realizada com grande motivação e entusiasmo. Depois da atividade de paintball ter sido, de forma unânime, a escolhida pelos alunos, procurou-se passar à fase subsequente, ou seja, entrar em contacto com as várias entidades responsáveis. Assim, após uma breve inquirição, foi necessário contactar uma empresa de paintball para se proceder à explanação da nossa iniciativa e ao pedido de orçamento, de modo a compreendermos quais os custos inerentes a uma atividade desta extensão. Posteriormente, informou-se os alunos acerca dos custos que esta atividade acarreta e da possibilidade de estes levarem elementos do seu agregado familiar, nomeadamente pais, irmãos, avós e demais interessados. Devido ao facto desta atividade apresentar um custo monetário, procurou-se compreender se algum dos elementos da turma não teria possibilidade de suportar esse custo, pois caso contrário seria necessário adotar outras estratégias, de forma que todos tivessem a oportunidade de participar. Além disso, pelo facto de esta ser dinamizada fora do meio escolar, mais precisamente na Camacha, foi fundamental entrar em contacto com a Câmara Municipal do Funchal para nos ceder o transporte. Todas as tarefas mencionadas anteriormente foram preparadas com alguma

antecedência, tendo-se procurado adotar estratégias de planeamento e analisar as várias possibilidades em termos de datas para a sua operacionalização.

Após uma reunião com o orientador cooperante, achou-se pertinente realizar esta atividade no início do 3.º Período, uma vez que as condições climatéricas seriam mais apropriadas e, além disso, teríamos mais algum tempo para preparar e planejar, adequadamente, todos os detalhes, de modo a proporcionar a todos os participantes uma experiência significativa e de elevada pertinência. Outro aspeto importante foi ter sido efetuada uma análise prévia e cuidada acerca das melhores datas para a sua concretização, de modo a não coincidir com nenhum momento avaliativo dos alunos nem com outra atividade da turma. Depois de se equacionar as várias possibilidades, optou-se por realizar a AEC no dia 8 de maio, das 09h45 às 13h15. No entanto, pelo facto de esta coincidir com o horário de lecionação de algumas disciplinas, foi necessário contactar atempadamente os professores dos vários grupos disciplinares, quer pessoalmente quer por email, de forma a analisar a possibilidade de estes cederem a sua aula. É de referir que os professores em questão acederam à nossa solicitação e mostraram-se prontamente recetivos e disponíveis para colaborar. Estes foram, inclusivamente, convidados a participar na nossa atividade, tendo a oportunidade de acompanhar os seus alunos e usufruir de uma experiência diferenciada.

Depois de se proceder a um planeamento atempado e ajustado, estabelecer os contactos com as várias entidades responsáveis, acertar, à posteriori, todos os detalhes com estas, definir a data e a hora da atividade e possuir o número de participantes efetivos, elaborou-se uma ficha de autorização, com o objetivo de transmitir todas as informações importantes referentes à atividade. Nesta ficha de autorização, os encarregados de educação deveriam declarar a permissão para o seu educando participar na atividade de Paintball. Além disso, foi criada uma ficha de controlo, para se conferir a entrega das autorizações, bem como do valor referido, de forma que no dia da atividade se pudesse efetuar o pagamento à entidade organizadora. É de salientar que foi apresentado um prazo específico para entrega das respetivas autorizações e pagamentos, que foi cumprido por todos os participantes.

No que concerne à fase de operacionalização, a nossa AEC realizou-se na data prevista e contou com a presença de 24 alunos, 1 professor de Educação Física (professor cooperante) e 2 professores estagiários, perfazendo um total de 27 elementos.

Foi evidente o entusiasmo demonstrado pelos alunos, uma vez que esta era uma atividade “nova” para a grande maioria dos elementos da turma. Aquando da nossa chegada, os dois monitores responsáveis pela atividade estavam a ultimar os preparativos, de forma que tudo corresse bem e com segurança. De seguida, fomos encaminhados para o espaço de jogo e, durante sensivelmente 15 minutos, um dos monitores efetuou uma explicação inicial acerca de todo o procedimento a seguir e das regras que deveriam ser cumpridas para o bom e correto funcionamento de toda a atividade. Depois de toda uma explicação e esclarecimento de dúvidas, o momento subsequente foi destinado à organização de dois grupos. Posteriormente, todos os participantes foram encaminhados até ao local onde estavam armazenados todos os materiais necessários à sua consecução, tendo sido facultado a cada um dos participantes uma arma (carregada com bolas de paintball), uma máscara de segurança, um macacão e um colete de segurança. Depois de todos os participantes estarem devidamente preparados e equipados, cada uma das equipas dirigiu-se para a sua base (A / B), que estava disposta em extremidades opostas. Fomos previamente alertados para a existência de três sinais sonoros, em que o primeiro consistia em preparar a máscara de segurança, “desprender” a arma e, em equipa, procurar delinear as melhores estratégias para levar de vencida a equipa contrária. O segundo sinal sonoro seria o iniciar da prova e o último sinal o finalizar da mesma. No decorrer da atividade foram realizados três jogos, em que cada equipa teve a oportunidade de iniciar o jogo em ambos os pontos, nomeadamente no ponto A e no ponto B. O objetivo de cada jogo seria eliminar os seus opositores, fazendo com que fossem atingidos com uma bola de tinta. Sempre que um elemento de qualquer equipa fosse atingido com uma bola de tinta, deveria elevar o braço e sair do espaço de jogo, aguardando em zona segura um próximo jogo. Depois da realização da componente prática, os alunos devolveram o material utilizado e foram concedidos 15 minutos para estes lancharem antes do regresso à escola. É de realçar que, embora a atividade tenha apresentado alguns custos, a taxa de participação dos alunos foi máxima, visto que todos eles participaram na componente prática, à exceção de dois elementos que, por motivos de lesão, ficaram responsáveis por efetuar algumas filmagens, para posteriormente serem editadas e divulgadas na turma. Neste sentido, esta atividade permitiu: (1) fortalecer a relação de proximidade entre os alunos, (2) desenvolver as competências sociais, (3) proporcionar diferentes vivências e experiências educativas e (4) incitar a autonomia, a cooperação, a organização e responsabilidade cívica dos alunos.

6.3.2. Balanço da Atividade de Extensão Curricular

Com a realização desta atividade, que ocorreu fora do contexto escolar, pretendeu-se proporcionar a todos os participantes uma experiência marcante, diferenciada e motivadora. É de realçar que esta foi a atividade mais ambicionada por todos os alunos da turma e, deste modo, toda a preparação e planeamento ocorreu no sentido de ir ao encontro das suas necessidades e pretensões. Durante vários meses que antecederam a atividade, foi evidente o entusiasmo demonstrado pelos alunos que, semana após semana, ansiavam pelo dia do evento. O facto de, no dia do evento, todos os alunos terem tido uma participação ativa, expressa claramente a ideia de que esta foi uma atividade ajustada ao público-alvo e de elevado significado. Além disso, o envolvimento e o entusiasmo demonstrado por todos os alunos aquando da sua concretização foram aspetos positivos, que contribuíram para o fortalecimento da relação entre todos os intervenientes, o desenvolvimento de competências socio afetivas, da autonomia, da responsabilidade, do trabalho em equipa e, conseqüentemente, contribuiu para a promoção do sucesso educativo e desportivo dos alunos.

O facto de se ter conseguido mobilizar todos os alunos foi um dos aspetos que considero ter sido muito relevante, no entanto, apesar de estes terem tido uma participação direta na escolha da atividade, tiveram pouco envolvimento ao nível da preparação e planeamento da mesma. Depois de efetuar uma reflexão mais aprofundada neste âmbito, acredita-se que os alunos poderiam ter sido envolvidos de forma mais efetiva na organização da atividade. Tendo em consideração que esta apresentava alguns custos, e de modo a não sobrecarregar os orçamentos das respetivas famílias, uma das estratégias a utilizar poderia ter sido, por exemplo, a de conceder autonomia aos alunos para angariarem fundos para o pagamento da atividade, nomeadamente através da realização de uma pequena feira, no recinto escolar, para venda de bolos, bebidas, etc., ou qualquer outra sugerida pelos alunos. Neste sentido, os alunos poderiam ter apresentado uma atitude mais proativa e desenvolvido um conjunto de competências, nomeadamente ao nível do planeamento, gestão e organização de atividades em prol de um objetivo comum. Contudo, esta foi uma atividade que abrangeu aspetos bastante positivos que culminaram com um elevado interesse, empenho e entusiasmo por parte dos alunos.

As indicações que foram explanadas por um dos monitores, antes de iniciar a componente prática foram fundamentais, pois contribuíram para consciencializar os alunos e levá-los a refletir acerca das diferentes formas de atuação. Deste modo, os alunos deveriam encontrar soluções para os vários problemas com que se iriam deparar ao longo

da atividade, nomeadamente ao nível da montagem de estratégias, do desenvolvimento da dinâmica de grupo (cooperação, comunicação), da tomada de decisão e da capacidade de gerir o seu esforço. Estes aspetos deveriam ser equacionados pelos alunos, de forma a concretizar, com êxito, as tarefas propostas. Além disso, verificou-se um ambiente e clima profícuo ao longo de toda a atividade, bem como a prevalência de uma união e espírito de grupo. Os aspetos supramencionados foram impulsionadores para uma maior aproximação entre todos os alunos e respetivos professores.

Em traços gerais, a atividade decorreu conforme planeado e o balanço é extremamente positivo, uma vez que os objetivos a que nos propusemos alcançar foram cumpridos. As horas previamente determinadas, quer do início quer do término da atividade, foram escrupulosamente cumpridas, os *feedbacks* dos alunos nos dias subsequentes ao evento foram muito positivos e de grande satisfação e as palavras dos nossos orientadores cooperante e científico foram de enorme apreço e valorização por todo o trabalho desenvolvido, desde o planeamento à sua operacionalização. Considera-se que a realização desta atividade foi muito enriquecedora e contribuiu para o meu crescimento pessoal e profissional, tendo-me dotado de ferramentas que me permitirão, futuramente, organizar atividades deste tipo, que vão ao encontro dos interesses dos alunos e que os motivem para a prática desportiva, quer seja no contexto escolar ou fora dele.

7. Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar

As Atividades de Intervenção na Comunidade Escolar (AICE) devem centrar-se na preservação e consolidação de uma cultura de escola, na qual devem ser proporcionadas uma multiplicidade de atividades que sejam enriquecedoras e que contribuam para uma participação ativa de toda a comunidade escolar, nomeadamente alunos, encarregados de educação e pessoal docente e não docente. Assim sendo, os docentes devem utilizar estratégias pedagógicas e estimular a participação dos alunos e demais intervenientes, quer nas aulas, quer nas atividades que se destinam a toda a comunidade escolar (Silva et al., 2021). Neste contexto, pretende-se evidenciar uma melhor qualidade do ensino e da educação, no que concerne às capacidades e competências a serem adquiridas pelos vários intervenientes, mas também em alcançar metas de aprendizagem e de desenvolvimento das relações sociais e afetivas dos alunos.

7.1. Corta-Mato Escolar

7.1.1. Enquadramento da Atividade

De acordo com o Plano Anual de Escola, ao nível das Atividades Desportivas, o Corta-Mato Escolar realizou-se no dia 2 de novembro de 2022, no Jardim de Santa Luzia. Este evento decorreu no período da manhã, mais concretamente entre as 08h00 e as 13h00 e contou com a colaboração do grupo disciplinar de EF da EBSAAS e a participação dos alunos do 2.º ciclo, 3.º ciclo e Ensino secundário, respetivamente. É de salientar que os alunos que participaram nesta atividade tiveram dispensa das aulas no período da manhã.

Num primeiro momento, os professores estagiários, juntamente com os professores de EF, ficaram responsáveis por dispor os alunos das várias turmas no pavilhão da escola, de forma ordenada e, de seguida, encaminhá-los desde a escola até ao local da atividade, num percurso realizado a pé, que teve uma duração de aproximadamente 15 minutos. Enquanto isso, foram vários os professores de EF que ficaram incumbidos da preparação e planeamento da atividade no respetivo local, contando, posteriormente, com a colaboração dos alunos do Ensino Secundário do curso Tecnológico de Desporto.

Esta é uma atividade que se realiza anualmente e que tem como objetivo incentivar a prática desportiva e apurar os alunos para a fase regional. A sua operacionalização proporcionou aos alunos uma experiência fora do contexto escolar, num ambiente aberto com algumas particularidades, nomeadamente ao nível do piso e do próprio espaço e meio envolvente.

Inicialmente, cada professor de EF ficou responsável por um determinado grupo de alunos divididos por idades, efetuou o registo das presenças e explicou, de forma sucinta, as regras, normas e procedimentos da prova. Deste modo, propôs-se que os alunos realizassem um determinado percurso, mantendo-se dentro do trilho assinalado e concluíssem a prova no menor tempo possível, sendo que vencia a prova o aluno que chegasse em primeiro lugar à meta. É importante salientar que os grupos foram divididos por género e que os alunos competiram com os colegas da mesma idade. Assim, os alunos do ano 2012 (benjamins) efetuaram duas voltas ao percurso, os alunos dos anos 2010 e 2011 (infantis) percorreram três voltas, os alunos do ano 2008 e 2009 (iniciados) realizaram quatro voltas e, por fim, os juvenis/juniores percorreram cinco voltas ao parque de Santa Luzia. Todos os grupos, independentemente do número de voltas a realizar, iniciaram e finalizaram o percurso no mesmo local. Quanto à partida, esta foi dada de forma progressiva, conforme os grupos e as provas foram ocorrendo, desde os

escalões mais jovens até aos alunos com maior idade. É de ressaltar que, antes do início da prova propriamente dita, juntamente com alguns professores de EF, os alunos tiveram a oportunidade de conhecer o percurso, o que acabou por ser um aspeto positivo, no sentido em que se puderam preparar para o que iriam encontrar no decorrer do mesmo.

7.1.2. Funções Desenvolvidas

Os professores estagiários assumiram funções específicas no decorrer da atividade. Dois professores estagiários, em conjunto com vários professores de EF, ficaram responsáveis pela contabilização do número de voltas dos alunos. Por outro lado, três professores estagiários foram destacados para a recolha dos dorsais dos alunos aquando da sua chegada à meta, bem como organizá-los por ordem de chegada, informando, à posteriori, o professor de EF que estava a registar a ordem de chegada, assim como os respetivos tempos dos alunos. No decorrer das várias provas, foi-me proposto colaborar com um dos professores de EF ao nível do registo dos tempos efetuados por cada aluno nas respetivas provas. Após a conclusão de todas as provas, efetuou-se a entrega de prémios aos vencedores das respetivas provas, num local previamente designado para o momento.

Neste sentido, conclui-se que a intervenção de todos os professores do grupo disciplinar de EF, se revelou fundamental para o êxito da atividade, na qual se verificou uma boa organização, bem como uma interação e cooperação constante entre todos os membros da equipa. Desta forma, proporcionou-se, tanto aos professores como aos alunos, uma manhã enriquecedora através da prática de atividade física, mais concretamente uma atividade relacionada com o atletismo.

7.1.3. Balanço da Atividade

Considera-se que esta atividade foi significativa e de grande enriquecimento para todos os alunos e professores. Enquanto professor estagiário, foi-me proporcionado um momento de aprendizagem e de interação com todos os elementos envolvidos, direta e indiretamente, permitindo uma maior proximidade com os alunos de várias turmas e diferentes anos de escolaridade.

A lista de inscritos na atividade era de 321 alunos, no entanto verificou-se que esse número acabou por não se efetivar, uma vez que muitos dos alunos não compareceram na atividade. Neste sentido, acredita-se que poderíamos ter tido uma maior adesão dos alunos na participação do Corta-Mato Escolar, uma vez que a prática da atividade física, ligada a um estilo de vida ativo e saudável, oferece inúmeros benefícios,

tais como o fortalecimento muscular, o aumento da força e da resistência, bem como gera melhorias na interação social. Neste contexto, o papel do professor é fundamental, no sentido de promover este tipo de atividades extraescolares, incentivando, assim, os alunos a desenvolverem o interesse por um estilo de vida fisicamente ativo, dentro da escola, mas também na sociedade (Santos & Silva 2019).

Devido ao facto de o parque de Santa Luzia ser um espaço livre e amplo, um dos constrangimentos que se verificou durante a atividade foi o facto dos alunos se apresentarem demasiado dispersos, não sendo possível existir um controlo efetivo sobre todos eles. Como tal, utilizou-se um megafone, de forma a evocar os alunos dos respetivos escalões e encaminhá-los para a zona de partida para iniciarem a sua prova. Apesar de se confirmar uma boa dinâmica e organização da atividade, considera-se que, por vezes, houve falhas de comunicação entre os professores que se encontravam nos vários pontos, designadamente na zona de partida, no posto de controlo de voltas e na zona de chegada. Porém, naturalmente se solucionou esta questão, através de uma rápida e eficiente adaptação e cooperação por parte de todos os elementos, em prol de um objetivo comum.

7.2. XI Festival de Desporto da Levada

7.2.1. Enquadramento da Atividade

Esta é uma das várias componentes integrantes do Estágio Pedagógico, que visa a preparação, organização e operacionalização do Festival de Desporto da Levada no dia 30 de março de 2023, das 08h até às 13h30, nos polidesportivos exteriores e à sua periferia, no ginásio e no pátio e junto ao bar dos alunos. Devido ao facto de o pavilhão da escola estar interdito para obras, este não pôde ser utilizado nem rentabilizado no decorrer da atividade, sendo um constrangimento com o qual nos deparamos. É de salientar que este Festival tem vindo a realizar-se anualmente e, neste ano letivo, contou com a sua XI edição. Este trabalho foi dinamizado por três núcleos de estágio, mais precisamente seis professores estagiários, em articulação com os respetivos orientadores cooperantes. O nosso principal objetivo era (1) proporcionar atividades educativas diferentes das habitualmente realizadas nas aulas de EF, assim como (2) fomentar o gosto pela prática desportiva e (3) promover uma interação entre a comunidade escolar, nomeadamente os alunos, pessoal docente e não docente. O público-alvo foram os alunos do 2.º e 3.º ciclos, do ensino secundário e todos os professores do grupo disciplinar de EF.

Para que a AICE pudesse ser bem-sucedida, era imprescindível efetuar-se uma preparação e organização prévia das mais variadas situações. Como tal, realizou-se uma primeira reunião entre os vários núcleos de estágio e os respetivos orientadores cooperantes, com dois meses e meio de antecedência, mais concretamente no dia 12 de janeiro de 2023. Nesta, foram transmitidas e debatidas algumas ideias no que concerne ao tipo de atividades que poderiam ser dinamizadas, bem como algumas alternativas e estratégias a serem adotadas aquando da sua operacionalização. Neste contexto, acredita-se que toda a partilha e troca de ideias e opiniões entre os estagiários e os orientadores cooperantes acabou por ser um aspeto muito relevante, no sentido que nos permitiu refletir profundamente acerca dos vários procedimentos a seguir. Além disso, a vontade e disponibilidade demonstrada para dinamizar-se todo este processo atempadamente foi importante para apresentar-se uma resposta positiva face os vários desafios que surgiram no decorrer de toda a preparação e desenvolvimento da atividade. Aquando da sua preparação, foi necessário um grande comprometimento e envolvimento de todos os alunos estagiários e uma elevada responsabilidade, gestão e organização. Ao longo do tempo, realizaram-se várias reuniões entre os três núcleos de estágio para delinear todos os detalhes inerentes à atividade, bem como definir as tarefas e funções específicas para cada um dos professores estagiários. Foi, inclusivamente, necessário estabelecer-se vários contactos com entidades externas, com o intuito de colaborarem diretamente connosco na atividade e proporcionarem aos alunos diferentes vivências, através de vários Workshops alusivos a diferentes atividades, como por exemplo, (1) o Slackline e (2) a Esgrima.

Este Festival desenvolveu-se nos mesmos moldes de anos transatos, no entanto, devido à impossibilidade de utilizar o pavilhão, foi necessário efetuar-se algumas alterações pontuais, principalmente ao nível das modalidades que foram proporcionadas aos alunos. Neste sentido, procurou-se desenvolver algumas atividades de caráter lúdico-desportivo e outras de âmbito mais recreativo, tendo sempre em consideração os espaços físicos disponíveis. As atividades que foram dinamizadas no decorrer do evento foram (1) os Jogos Tradicionais (Jogo “tiro às latas”, Jogo da corda, Jogo “equilibrar a bola” com obstáculos, Derrubar a torre, Corrida de sacas, Corrida de andas, Mover a bola pelas calhas); (2) as Gincanas de BTT (BTT20 e BTT26); (3) o Bowling; (4) a Orientação; (5) a Esgrima; (6) o Slackline e (7) o Disc Golf.

Atendendo ao elevado número de turmas e alunos envolvidos na atividade, a colaboração de todos os professores de EF responsáveis pelas respetivas turmas foi crucial, no sentido em que possibilitaram que tudo decorresse conforme planeado.

7.2.2. Fase de Planeamento

Depois das reuniões realizadas entre os vários núcleos de estágio e os respetivos orientadores para delinear toda a preparação e organização do Festival, foi também necessário efetuarem-se alguns contactos com várias entidades desportivas, solicitando a sua colaboração no respetivo evento, de forma a enriquecer as experiências educativas dos alunos, bem como de toda a comunidade escolar. Contudo, na fase de planeamento da atividade deparámo-nos com um constrangimento relacionado com as obras que estavam a decorrer no pavilhão. Embora o término das mesmas estivesse agendado para dois dias antes do evento, estas poderiam prolongar-se no tempo, fazendo com que a utilização do pavilhão ficasse interdita. Por esta razão, delineou-se um plano alternativo, para a eventualidade de não ser possível cumprir com o plano inicial. Nos dias antecedentes à realização da atividade, confirmou-se a impossibilidade de utilização do pavilhão, pelo que se recorreu de imediato ao plano alternativo demarcado. É de salientar que não foi possível operacionalizar todas as atividades inicialmente planeadas, devido à falta de espaço físico, tendo sido necessário cancelar-se a comparência de vários colaboradores ligados a algumas entidades desportivas, como por exemplo o karaté e o judo.

No que concerne à divulgação da atividade, os vários núcleos de estágio criaram um cartaz (Apêndice 12) referente ao evento, com o propósito de divulgar o Festival a toda a comunidade escolar. Depois da sua conceção, foi necessário remeter-se o cartaz, via email, aos nossos orientadores científicos e cooperantes, para que estes pudessem dar o seu *feedback* relativamente ao mesmo e, após o seu parecer positivo, passar-se à fase subsequente de afixá-lo em vários locais estratégicos da escola e, deste modo, promover e divulgar o evento. Paralelamente, foi elaborado e enviado para o Grupo disciplinar de EF, através do email institucional e da aplicação WhatsApp, um documento orientador em que constava (1) a organização e descrição das atividades, (2) a distribuição destas pelos respetivos espaços, (3) os materiais necessários para a sua operacionalização, bem como (4) a planificação de todas as atividades a implementar ao longo de todo o evento, tendo em consideração os horários, as turmas, os professores responsáveis, as instalações desportivas e as atividades destinadas a cada uma das turmas. Este modelo organizativo foi bastante pertinente, porque além da boa capacidade de preparação e organização por nós evidenciada, os colaboradores/ participantes tiveram a oportunidade de ter na sua posse, atempadamente, todos os procedimentos que deveriam seguir, de forma que o seu

desenrolar fosse bem-sucedido e que todas as etapas circunscritas fossem cumpridas na íntegra.

Mediante uma análise profunda entre os vários núcleos de estágio, considerou-se estabelecer algumas estratégias de modo a facilitar o desenvolvimento das atividades e evitar dificuldades ao nível da organização e gestão das mesmas. Optou-se por atribuir espaços próprios para cada uma das atividades, sendo que a circulação das turmas foi sempre efetuada sobre uma atividade e, por vezes, entre duas atividades distintas, sempre devidamente supervisionadas por um professor estagiário ou por alunos pertencentes ao curso de desporto da escola, que também tiveram a oportunidade de colaborar connosco no respetivo evento. É também de referir que cada aluno estagiário, bem como os demais colaboradores, ficaram responsáveis pela dinamização de uma atividade específica, que decorreu sempre no mesmo local de atuação, facilitando assim toda a logística, organização, dinâmica e fluidez das várias atividades desportivas preconizadas.

O tempo de permanência em cada um dos espaços foi de 50 minutos, ou seja, o tempo correspondente à lecionação de uma aula de EF. No caso das duas turmas que apresentavam um bloco de 100 minutos de aula, estas tiveram a possibilidade de abordar até três atividades diferenciadas, alargando assim o leque de experiências e vivências educativas.

Tabela 6 - Programa do XI Festival de Desporto da Levada

Horário	Turma	Professor	Instalações	Atividade
8:00-8:50	5º5		Campo 3	Jogos Tradicionais
	7º3		Campo 5	BTT20
	7º9		Toda a Escola	Orientação
	9º7		Campo 6 e Reta (Ext.)	Disc Golf e Bowling
	11º6		Toda a Escola	Orientação
	11º2		Campo 4	BTT26
8:50-9:40	5º4		Campo 3	Jogos Tradicionais
	6º4		Campo 6 e Reta (Ext.)	Disc Golf e Bowling
	8º6		Campo 3	BTT20
	9º1		Campo 4	BTT26
	9º4		Toda a Escola e Reta (Ext.)	Orientação 2 e Bowling
	11º6		Bar dos alunos	Slackline
INTERVALO – Coffe Break				
9:55-10:45	6º8		Campo 3	Jogos tradicionais
	7º6		Campo 5	BTT20
	8º5		Campo 6	Disc golf
	9º3		Campo 4	BTT 26
	10º4 CPD		Toda a Escola	Orientação
	12º2		Bar dos alunos	Slackline

10:45-11:35	6º6		Campo 3	Jogos tradicionais
	8º2		Campo 5	BTT20
	9º8		Campo 4	BTT26
	10º1		Ginásio e Reta (Ext.)	Esgrima e Bowling
	10º4 CPD		Reta (Ext.) e Bar dos alunos	Bowling e Slackline
	12º2		Bar dos alunos	Slackline
INTERVALO – Coffe Break				
11:50-12:40	6º2		Campo 3	Jogos Tradicionais
	6º7		Campo 5	BTT20
	7º10		Toda a Escola	Orientação
	9º6		Ginásio e Reta (Ext.)	Esgrima e Bowling
	10º4 CPD		Campo 4	BTT26
	11º5 CPD		Campo 6	Disc Golf
	12º1		Bar dos alunos	Slackline
12:40-13:30	5º3		Campo 3	Jogos Tradicionais
	6º5		Campo 5	BTT20
	7º4		Ginásio	Esgrima
	7º8		Campo 6 e Reta (Ext.)	Disc Golf e Bowling
	9º2		Bar dos alunos	Slackline
	12º1		Campo 4	BTT26

Tabela 7 - Distribuição das atividades pelos professores estagiários

Atividade	Responsável	Contacto
Jogos Tradicionais	Estagiário A	-----
BTT	Estagiário B	-----
Esgrima e Bowling	Estagiário C	-----
Disc Golf	Estagiário D	-----
Orientação	Estagiário E	-----
Slackline	Estagiário F	-----

7.2.3. Balanço da Atividade

Depois de dinamizada uma atividade de elevada dimensão, que exigiu de todos os professores estagiários, em articulação com os orientadores cooperantes, uma grande capacidade de comunicação, entreajuda e trabalho em equipa, foi necessário efetuar-se uma reflexão pormenorizada de todo o trabalho desenvolvido, desde o processo de preparação, organização e operacionalização, bem como as tarefas e ações promovidas pelos vários intervenientes e todas as contribuições efetuadas por estes para o bom funcionamento logístico e organizativo do respetivo evento.

Tendo em consideração que esta ação se destinou a toda a comunidade escolar, o nosso intuito foi reunir diferentes agentes educativos, de forma a promover um grande envolvimento e interação entre si. Além disso, pretendeu-se (1) proporcionar experiências diversificadas e enriquecedoras para todos os participantes, (2) incitar um clima e ambiente positivo e entusiasta e (3) fomentar momentos significativos e de grande

desenvolvimento e aprendizagem para todos os alunos, aspetos que se considera terem sido integralmente cumpridos.

Um dos aspetos que se revelou importante para o sucesso apresentado no evento foi o facto de se ter atuado com alguma antecedência no que diz respeito à preparação e organização das inúmeras atividades a serem implementadas. Neste sentido, a estrita divisão de tarefas entre todos os professores estagiários foi determinante, pois no momento subsequente à escolha das atividades passíveis de serem dinamizadas no evento, cada elemento ficou responsável por contactar algumas das entidades desportivas externas, de modo a garantir a comparência e colaboração destas no “XI Festival de Desporto da Levada”. Contudo, também foram evidenciadas algumas dificuldades, principalmente devido à ausência de respostas concretas de algumas entidades, durante um período, bem como a provável interdição do pavilhão no dia da atividade. Todas as situações explanadas anteriormente foram bem solucionadas, devido à boa capacidade de resposta apresentada, uma vez que se desenhou um plano alternativo, ao qual foi necessário recorrer. Constatou-se, inclusive, alguns cancelamentos de última hora, como foi o caso do Muay Thai e do Body Combat. Contudo, estas atividades foram rapidamente substituídas mediante o plano alternativo traçado, no qual se procurou adaptar à realidade exposta e preencher a nossa calendarização com a maior brevidade.

Nos dias que antecederam o evento, contactou-se os responsáveis pelas várias atividades, com o intuito de confirmar a sua comparência. Posto isto, foi necessário facultar ao nosso orientador cooperante alguns dados referentes aos vários colaboradores convidados, de modo a podermos preparar a sua entrada na escola com o material necessário para a sua consecução. Além disso, no dia anterior à atividade, foi necessário deslocar-se a várias entidades colaboradoras para efetuar-se o transporte antecipado de algum material, deixando-o posteriormente na escola, como foi o caso das bicicletas BTT20 e BTT26. Ademais, transportou-se para a escola, com alguma antecedência, algum material alusivo aos jogos tradicionais e ao bowling, respetivamente, de forma a não acumular, no dia da atividade, a porção de material a ser transportado para a instituição escolar.

No dia do evento, compareceu-se com antecedência na escola, no sentido de se proceder a toda a montagem e preparação das várias atividades pelos respetivos espaços. Assim, cada professor estagiário ficou responsável pela preparação, organização e consequente dinamização da atividade que lhe foi incumbida, tendo nesta última etapa, a

colaboração dos monitores conexos às entidades desportivas convidadas e dos professores de EF responsáveis pelas suas turmas.

É de referir que, face à disponibilidade apresentada, tivemos um dos colaboradores de uma entidade desportiva externa, mais concretamente da esgrima, a chegar no decorrer da manhã para colaborar connosco no evento. Neste sentido, foi necessário articular a sua chegada, encaminhar para o local da atividade (ginásio), preparar todos os pressupostos para receber as turmas participantes e promover a atividade.

Ao longo do evento, verificou-se que todas as atividades decorreram de forma muito positiva, em que imperou a boa gestão e organização das mesmas. O facto de os professores terem acesso ao documento orientador foi um aspeto determinante, pois foram céleres no acompanhamento das suas turmas até ao local da respetiva atividade, rentabilizando, assim, o tempo útil da prática. Constatou-se que todos os alunos evidenciaram muito entusiasmo, boa disposição, empenho, dedicação e tiveram uma participação ativa nas atividades. Outro aspeto positivo foi o facto de se ter rentabilizado (1) os polidesportivos exteriores (Jogos tradicionais, Gincanas de BTT, Disc Golf), (2) o ginásio (esgrima), mas também (3) os espaços adjacentes (orientação, bowling, lançamentos para um alvo) e (4) o pátio junto ao bar dos alunos (Slackline), mantendo, deste modo, uma boa dinâmica de funcionamento, participação e envolvimento. O facto de cada aluno estagiário e demais colaboradores terem ficado responsáveis por uma atividade/ estação contribuiu positivamente para uma melhor organização, gestão e controlo de todos os momentos intrínsecos ao evento. Nos intervalos, optou-se por não realizar atividades, utilizando estas pausas para o pessoal docente, o pessoal não docente e os colaboradores externos lancharem, mediante um pequeno convívio organizado pelos professores estagiários.

Neste contexto, acredita-se que toda a preparação e organização prévia efetuada teve um papel de grande relevância aquando da realização do evento, visto que (1) reduziu as incertezas, os imprevistos e (2) permitiu assegurar o funcionamento efetivo dos meios e recursos disponíveis, em que o foco principal incidiu nos objetivos delineados e nos meios para os alcançar. Quanto ao pós-evento, organizou-se todo o processo de desmontagem dos materiais e equipamentos utilizados, bem como coordenada a devolução destes às entidades desportivas colaboradoras.

Em suma, os objetivos a que nos propusemos alcançar na atividade foram globalmente cumpridos, sendo que todos os participantes demonstraram uma extrema

satisfação pela qualidade e diversificação das atividades propostas. O *feedback* que nos concederam no decorrer da atividade, bem como no final desta, foi de enorme apreço e enaltecimento por todo o excelente trabalho desenvolvido. Para finalizar, é importante mencionar que a realização deste evento permitiu-me desenvolver um conhecimento mais aprofundado acerca das particularidades e atributos que devem encabeçar numa atividade desta proporção. Considero que esta aprendizagem beneficiará a minha prática profissional, auxiliando-me na adoção de metodologias de planeamento numa futura implementação, seja como responsável ou membro colaborativo de um evento desportivo.

8. Atividades de Natureza Científico-Pedagógica

8.1. Ação Científico-Pedagógica Individual: “O Basebol e as suas potencialidades: uma abordagem alternativa no contexto escolar”

A Ação Científico-Pedagógica Individual (ACPI) é considerada um dos momentos preponderantes do nosso EP. Através desta ação, adquiriu-se um conjunto de competências pedagógicas fundamentais para uma intervenção eficiente no contexto escolar. Enquanto professores estagiários, tivemos a oportunidade de partilhar um conjunto de conteúdos, estratégias e experiências com o Grupo Disciplinar de EF, de forma a proporcionar uma maior rentabilização da prática pedagógica, a elevação dos níveis de conhecimento científico-pedagógico e a promoção de momentos de partilha, troca de experiências e novas aprendizagens. Além disso, os Docentes de Educação Física participaram ativamente na formação contínua de professores, com vista a colmatar as suas necessidades individuais, de formação e atualização e, conseqüentemente, melhorar o seu desempenho profissional.

O estabelecimento de ensino é um espaço privilegiado de transmissão de conhecimentos, mas também um lugar de partilha de experiências e vivências, onde os docentes devem assumir um papel determinante na formação e desenvolvimento integral de todos os alunos. Neste contexto, torna-se essencial investir na diversificação de práticas, que proporcionem aos alunos novas descobertas e lhes permitam desenvolver competências e conhecimentos distintos. Acredita-se que, concedendo aos alunos experiências em matérias de ensino diversificadas, se desenvolvem maiores índices motivacionais para a prática de atividade física, bem como aprendizagens mais significativas (Abreu, Félix, Carvalho, & Correia, 2014; Menezes, 2021).

Neste âmbito, a escolha do tema prendeu-se com o facto de se procurar alargar o leque de matérias alternativas a serem abordadas no contexto escolar e, particularmente,

nas aulas de Educação Física. A matéria de ensino de Basebol é, para muitos, uma modalidade desconhecida e apresenta-se desvinculada da maioria das escolas. Como afirmam Nascimento e Finco (2022), o Basebol apenas começou a apresentar maior destaque nos últimos anos, porém, ainda é um desporto pouco difundido e lecionado nas aulas de Educação Física. Como tal, pretendeu-se proporcionar aos alunos novas experiências educativas e dotar os professores de ferramentas pedagógicas que possam ser úteis à sua lecionação, através da integração de novas práticas educativas, nomeadamente esta matéria de ensino alternativa, que apresenta um elevado potencial educativo e formativo. Além do mais, considera-se que a abordagem desta matéria de ensino nas aulas de Educação Física pode ser encarada como um meio privilegiado de transformação dos alunos, sendo o professor um catalisador do processo de Ensino-Aprendizagem.

No momento designado à apresentação da ACPI, explanou-se a modalidade de forma detalhada a todos os participantes, nomeadamente a sua história, as regras e particularidades da modalidade, o objetivo do jogo, a constituição das equipas e respetiva distribuição destas no terreno de jogo, demonstrando um manancial de conteúdos essenciais e de utilidade imediata para a sua aplicabilidade no meio escolar. Além disso, com o objetivo de rentabilizar os recursos disponíveis na escola, propôs-se uma sequência metodológica de exercícios a abordar, visando um maior enriquecimento curricular, novas experiências e desafios, dotando, assim, os docentes de estratégias pedagógicas para o seu processo de Ensino-Aprendizagem.

8.1.1. Objetivos da ACPI

Objetivos gerais:

- i. Conhecer e divulgar a matéria de ensino de Basebol;
- ii. Apresentar as potencialidades da modalidade no contexto escolar;
- iii. Analisar a importância da modalidade nas aulas da Educação Física.

Objetivos específicos:

- i. Rentabilizar os recursos disponíveis na escola para a sua operacionalização;
- ii. Apresentar uma sequência metodológica de exercícios a abordar na escola;
- iii. Apresentar os resultados desta matéria de ensino, ao nível da perceção e do grau de receptividade dos professores e dos alunos.

8.1.2. Planeamento e Operacionalização

Após realizar-se uma sondagem aos professores de Educação Física da escola e analisar algumas das suas necessidades, optou-se por debruçar sobre uma temática que não era abordada na escola, mais precisamente o Basebol. Neste sentido, procurou-se proporcionar ao grupo docente o contacto com uma matéria de ensino alternativa, de modo a incitar nestes o ensejo de partilhar com os seus alunos diferentes experiências educativas, elevar os seus níveis de conhecimento e contribuir para o desenvolvimento das suas capacidades psicomotoras, cognitivas e afetivas. Como referem Sebastião e Freire (2009), deve existir, por parte dos docentes, uma preocupação em garantir que os alunos adquiram novos conhecimentos, desenvolvam as suas capacidades e competências e possam enriquecer as suas aprendizagens.

É de salientar que este trabalho foi sustentado por uma vasta pesquisa e revisão bibliográfica e visou auxiliar os docentes na criação de um conjunto de estratégias para a promoção e rentabilização de todo o processo pedagógico. Além disso, foi de elevada pertinência despertar novos interesses e motivações e apresentar atividades alternativas, de forma a conceder um contributo importante para a educação e socialização dos alunos, não só pelos conteúdos específicos da modalidade, mas também para o desenvolvimento das capacidades condicionais, coordenativas e enriquecimento pessoal.

No decorrer de todo este processo de planeamento, foi fulcral entrar em contacto com um professor especializado ao nível do Basebol, que apresenta uma vasta experiência na modalidade. Corroborando Côté, Bruner, Strachan, Erickson e Fraser-Thomas (2010), é essencial contar com a presença de um professor com conhecimentos específicos na modalidade, de modo que os alunos possam adquirir e aperfeiçoar as suas habilidades específicas. É de ressaltar que este se mostrou inteiramente disponível para colaborar e auxiliar em tudo o que fosse necessário, facultando, inclusive, o material apropriado para a sua operacionalização no contexto escolar. Constatou-se que, até à data, a escola não estava dotada de equipamento próprio de Basebol, nomeadamente tacos, luvas e bases, no entanto, apresentava recursos materiais de possível adaptação e rentabilização, não sendo este um entrave à sua lecionação. Como aludem Sebastião e Freire (2009), os docentes de Educação Física podem adaptar os recursos disponíveis na escola, com o propósito de rentabilizar todo o processo de Ensino-Aprendizagem. Estes devem criar e utilizar materiais alternativos para superar dificuldades que possam encontrar, principalmente devido à ausência de recursos e materiais didáticos específicos.

Depois de toda uma preparação prévia, quer ao nível da escolha da temática a abordar, quer da pesquisa e consulta da literatura existente, do contacto efetuado com a Associação Desportiva e Recreativa de Basebol, Softbol e Kickball da RAM e da estruturação e organização dos conteúdos e objetivos para a ação, procedeu-se à definição de uma data que fosse exequível para a grande maioria dos professores de EF. Após uma breve análise e diálogo com o colega de estágio, acordou-se a realização de ambas as preleções no mesmo dia e de forma intercalada, no que diz respeito à componente teórica e prática das respetivas temáticas.

Deste modo, foi necessário equacionar algumas hipóteses, de forma que todo o grupo docente pudesse estar presente na ACPI. Naturalmente, este foi um grande desafio, uma vez que os professores apresentavam horários distintos entre si e alguns deles ainda realizavam treinos no âmbito do Desporto Escolar. Contudo, depois de se analisar uma panóplia de possibilidades, optou-se por realizar a nossa ACPI no dia 8 de março de 2023, das 16h20 às 17h50, por se considerar ser a data e hora mais viável para o grupo disciplinar de Educação Física. Posteriormente à definição da data para a sua realização, iniciou-se a criação de um cartaz, que teve como propósito divulgar a nossa ação. Subsequentemente, este cartaz foi afixado em vários locais estratégicos da escola, de forma a apresentar-se bem visível e, conseqüentemente, ser divulgado por toda a comunidade educativa. Além disso, todo o grupo disciplinar de Educação Física, bem como os nossos orientadores científico e cooperante, receberam por email o convite para participarem nesta ação, cujo objetivo fundamental era partilhar um conjunto de informações acerca das modalidades, bem como apresentar algumas propostas de operacionalização direcionadas para o contexto escolar e, assim, contribuir para a formação contínua dos professores. Todavia, o nosso núcleo de estágio procurou elevar ainda mais a qualidade da divulgação da ação, entregando presencialmente, e de forma personalizada, o convite endereçado a cada um dos professores de Educação Física. Neste mesmo convite os docentes tiveram a oportunidade de efetuar a sua inscrição na ação, fazendo-o através de um Qr Code disponibilizado por nós. Esta foi uma estratégia utilizada de modo a obter-se uma estimativa do número de participantes que estariam presentes na nossa ação, para que pudéssemos proceder a uma preparação e planeamento mais minucioso, no que diz respeito tanto à elaboração da componente teórico-prática, como também ao nível da preparação e organização do *coffe break* concedido no final da ação.

Além de toda a preparação e planeamento inerente a um evento desta extensão, nos dias que antecederam a ACPI foi necessário entrar em contacto com vários professores de Educação Física para averiguar a sua abertura e disponibilidade para ser dinamizada uma aula de Basebol com as suas turmas. Todos os professores que foram contactados manifestaram interesse em que esta matéria de ensino fosse lecionada numa das suas aulas. Neste sentido, no dia em que decorreu a ACPI, mais precisamente no turno da manhã, foram três as turmas que tiveram a oportunidade de experienciar esta matéria de ensino nas suas aulas, perfazendo um total de 53 alunos, 31 rapazes e 22 raparigas, do 3.º ciclo e ensino secundário, com idades compreendidas entre os 14 e os 21 anos de idade. No final de cada aula lecionada foi aplicado um questionário aos alunos, com o objetivo de averiguar a sua opinião/perceção relativamente à matéria de ensino de Basebol (Apêndice 10).

Neste mesmo dia, no turno da tarde, o nosso trabalho científico-pedagógico foi apresentado. Embora se tenham trabalhado conteúdos e matérias de ensino distintas, começou-se por exibir uma componente teórica alusiva à matéria de ensino de Basebol e, posteriormente, o meu colega do núcleo de estágio apresentou a sua temática. Após ambos termos exposto o nosso trabalho científico-pedagógico, deu-se continuidade ao mesmo, organizando uma componente prática no pavilhão, com a operacionalização de um conjunto metodológico de exercícios, visando um maior enriquecimento curricular e novas experiências educativas.

No final da ACPI, o nosso núcleo de estágio proporcionou um *coffe break* a todos os participantes. Neste pequeno convívio, os professores afirmaram ter tido a oportunidade de aprofundar os seus conhecimentos acerca das matérias de ensino explanadas na nossa ação. O *feedback* que nos foi concedido, quer pelos orientadores científico e cooperante, quer por todo o grupo disciplinar de Educação Física, foi extremamente positivo e satisfatório, em que afirmaram que os conteúdos e os objetivos que foram apresentados e operacionalizados foram bastante pertinentes e elucidativos, indo ao encontro das necessidades dos docentes.

8.1.3. Balanço da ACPI

Depois de todo o trabalho que foi desenvolvido, desde o planeamento até à sua operacionalização, considerou-se que este superou as expectativas inicialmente traçadas. Após a realização da ACPI, procedeu-se a uma profunda reflexão acerca do desempenho prestado ao longo de todo este processo, uma vez que o exercício de autorreflexão e

autoanálise por parte do professor é fundamental para o desenvolvimento da sua prática docente (Seabra, Silva & Resende, 2016). Neste sentido, concluiu-se que o balanço foi extremamente positivo e o sentimento é de dever cumprido.

A apresentação deste trabalho resultou de uma pesquisa e recolha bibliográfica exaustiva acerca dos conteúdos inerentes à matéria de ensino de Basebol e teve como propósito colmatar algumas das necessidades evidenciadas pelos professores, proporcionando-lhes, assim, algumas estratégias pedagógicas que visam contribuir positivamente para o seu processo de Ensino-Aprendizagem. É de salientar que a escolha do tema foi um enorme desafio, pois inicialmente não estava familiarizado com todos os conteúdos inerentes ao Basebol. Foi assim necessário efetuar um estudo e preparação prévia para colmatar algumas lacunas, que num curto período foram prontamente suprimidas. Neste contexto, Antunes (2012) vem corroborar a ideia de que a preparação do docente é um processo de constante aprendizagem, no qual este deve procurar manter-se atualizado e obter novos conhecimentos, refletindo de forma crítica acerca do seu desempenho. Assim sendo, a sua preparação deve ocorrer como um processo contínuo, em que a etapa inicial é determinante para a aquisição de habilidades e competências, bem como para o desenvolvimento das mesmas no seu processo de Ensino-Aprendizagem.

Nos dias que antecederam a ACPI a nossa apresentação foi enviada para os nossos orientadores científico e cooperante, que posteriormente deram o seu *feedback* e nos facultaram algumas sugestões. Tivemos a capacidade de trabalhar sobre as sugestões que nos foram apresentadas e, conseqüentemente, o resultado com que nos deparamos foi de elevado atributo. Tendo em conta que esta ação se destinou aos docentes e que a grande maioria apresentava uma vasta experiência no âmbito da Educação Física, houve um cuidado e preocupação acrescida em transmitir um conjunto de estratégias didático-pedagógicas, ser claro e assertivo na comunicação e ter a capacidade de esclarecer todas e quaisquer dúvidas que os docentes pudessem apresentar. Não obstante, foi necessário elaborar uma apresentação que fosse apelativa, que despertasse a atenção dos participantes e que, aquando do seu término, permitisse gerar total satisfação com o resultado alcançado.

Relativamente à ação propriamente dita, julga-se que esta foi bastante pertinente e ajustada, tendo-se procurado clarificar algumas regras, conteúdos e conhecimentos acerca do Basebol e evidenciar as suas potencialidades no âmbito escolar. Um aspeto que se considerou muito positivo no decorrer da comunicação foi a apresentação de pequenos

vídeos que complementaram toda a informação transmitida, tornando a comunicação mais fluída, dinâmica e apelativa para todos os participantes. Foram evidentes a atenção e o interesse demonstrado pelos professores ao longo de toda a comunicação. Devido ao facto de esta ser uma matéria de ensino para muitos ainda desconhecida, considera-se que foi possível cativar todos os presentes e transmitir, de uma forma clara e objetiva, as ideias e conteúdos mais pertinentes, de modo a ir ao encontro das pretensões de cada docente.

A ação teve início à hora estipulada, no entanto, devido ao entusiasmo com que explanámos as nossas comunicações, excedemos ligeiramente o tempo determinado para o efeito. Quanto à componente prática, procurou-se sensibilizar os professores e operacionalizar uma sequência metodológica de exercícios que pudessem ser lecionados nas aulas de Educação Física. Primeiramente, procedeu-se a uma breve explicação dos conteúdos que seriam abordados e depois apresentou-se um conjunto de exercícios, nos quais o grau de complexidade foi aumentando de forma gradual. É de salientar que a transição efetuada da componente teórica para a componente prática foi mais demorada que o expectável e, deste modo, devido à escassez de tempo, foi necessário excluir um dos exercícios que estava inicialmente delineado apresentar. Contudo, acredita-se que a ação correu muito bem e foi evidente um clima e ambiente positivo, no qual os docentes tiveram a oportunidade de aprofundar os seus conhecimentos e ver esclarecidas todas as dúvidas inerentes à matéria de ensino de Basebol. Este foi um momento de partilha de conhecimentos que culminou com uma reflexão profunda acerca das práticas e estratégias pedagógicas por nós evidenciadas. É de referir que os *feedbacks* que recebemos de todos os participantes na atividade foram bastante positivos, de grande satisfação e apreço por todo o trabalho desenvolvido. Todos os elogios que nos foram concedidos certamente nos deram uma motivação acrescida para continuar a desenvolver o nosso trabalho sempre com grande rigor, humildade e profissionalismo.

8.1.4. Resultado dos Questionários aplicados aos Docentes

Depois de realizada a ação, enviou-se a todos os docentes um questionário em formato *Google Forms* para estes procederem ao seu preenchimento e avaliar-se o grau de satisfação de todos os participantes, bem como compreender se esta tinha correspondido às suas expectativas.

O questionário foi composto por 10 questões nas quais se pretendia aferir o grau de satisfação e perceção dos participantes no que concerne às seguintes questões: (1) Divulgação da Ação de Formação; (2) Pertinência do Tema da Ação; (3) Estruturação e

Organização da Ação; (4) Pertinência dos Conteúdos abordados na Ação; (5) Clareza na Apresentação dos Conteúdos (Instrução, Linguagem); (6) Grau de Satisfação Geral relativamente à Ação; (7) Potencial da Ação para as futuras aulas dos Professores; (8) Lecionação/ não Lecionação desta Matéria de Ensino nas aulas de Educação Física; (9) Falta de Materiais Específicos na Escola, sendo este um Entrave (ou não) à Lecionação do Basebol nas aulas de Educação Física; e (10) Documentação disponibilizada com uma Proposta Metodológica de Exercícios Didático-Pedagógicos que pode (ou não) auxiliar os Professores na Lecionação do Basebol nas suas aulas de Educação Física.

Com base nos resultados que foram evidenciados no questionário, é possível afirmar que o balanço da ação foi extremamente positivo, sendo que todos os participantes ficaram muito satisfeitos com o trabalho que foi dinamizado e, conseqüentemente, puderam expandir os seus conhecimentos e competências no âmbito da matéria de ensino de Basebol. Assim, no que concerne ao processo de Ensino-Aprendizagem, o professor deve apresentar uma reflexão crítica constante, de forma a utilizar as estratégias adequadas ao desenvolvimento de todos os alunos.

É de salientar que 100% dos inquiridos (18 professores) se mostraram totalmente satisfeitos com a divulgação da ação de formação. Já 67% (12 professores) considerou que o tema da ação foi totalmente pertinente e 33% afirma ter sido muito pertinente (6 professores).

Quanto à estruturação e organização da ação, 83% dos participantes (15 professores) mostraram-se totalmente satisfeitos e 17% (3 professores) asseguraram estar muito satisfeito. Constatou-se ainda que 95% (17 professores) afirmaram que os conteúdos abordados na ação foram muito relevantes e apenas 5% (1 professor) declararam ter sido relevante. 95% (17 professores) aludiram que a apresentação dos conteúdos (instrução e linguagem) foi muito clara e apenas 5% (1 professor) evidenciaram que estes foram apresentados de forma clara. Conseguiu-se aferir que 89% (16 professores) se mostraram totalmente satisfeitos com a ação e 11% (2 professores) muito satisfeitos. Quando inquiridos acerca do potencial da ação para as suas aulas futuras constatou-se que 72% (13 professores) referiram ter sido muito importante e 28% (5 professores) mencionaram que foi importante. Já 56% dos participantes (10 professores) referem que não lecionam esta matéria de ensino nas suas aulas, 39% (7 professores) afirmam que lecionam raramente e 5% (1 professor) afirmam que lecionam às vezes. Quando questionados se a falta de materiais específicos na escola pode ser um entrave à lecionação do Basebol nas aulas de Educação Física, 50% dos inquiridos (9 professores)

afirmaram que não, 39% (7 professores) referiram que talvez possa ser um entrave e 11% (2 professores) afirmaram que sim. Por fim, 100% dos inquiridos (18 professores) referenciaram que o documento disponibilizado com uma proposta metodológica de exercícios didático-pedagógicos iria auxiliá-los na lecionação do Basebol nas suas aulas de Educação Física (Apêndice 9).

8.1.5. Resultado dos Questionários aplicados aos Alunos

No dia da ACPI, mais concretamente no turno da manhã, lecionou-se uma aula de Basebol a três turmas do 3.º ciclo e ensino secundário. Com o intuito de constatar a opinião/perceção dos alunos em relação à matéria de ensino de Basebol, verificou-se que 91% dos alunos inquiridos nunca tinha experienciado esta matéria de ensino nas suas aulas de Educação Física. Além disso, foi possível apurar que, depois da sua lecionação, a grande maioria dos alunos apresentou elevados índices de motivação e gosto pela prática do Basebol.

Em suma, 83% afirmaram “gostar” e “gostar muito” da prática do Basebol; 64% mencionaram sentir-se “muito” e “muitíssimo” motivados para a prática do Basebol; 77% asseguraram que o Basebol desperta a sua atenção; 94% indicaram que a prática do Basebol é divertida. Além disso, 96% dos alunos referiram que gostariam que o Basebol fosse abordado nas aulas de Educação Física (Apêndice 11).

8.2. Ação Científico-Pedagógica Coletiva: “Alunos dispensados da aula de Educação Física: que alternativas?”

A Ação Científico-Pedagógica Coletiva (ACPC) trata-se de uma ação de formação de elevada pertinência, que ocorre anualmente e destina-se aos professores dos grupos de recrutamento 160, 260 e 620, mas também a diretores técnicos, técnicos de exercício físico, treinadores de desporto, alunos do ensino superior ligados à área da Educação Física e demais interessados em procurar expandir os seus conhecimentos. Esta é uma das linhas programáticas das atividades e avaliações que integram o nosso Estágio Pedagógico, sendo assim dinamizado pelos vários núcleos de estágio com o contributo dos respetivos orientadores Científicos e Cooperantes.

Esta ação de natureza Científico-Pedagógica intitulada “A Educação Física para além do óbvio”, realizou-se nos dias 4 e 11 de fevereiro de 2023 e teve uma duração de quinze horas. No decorrer destes dois dias de formação, vários professores, alunos estagiários e agentes educativos tiveram a oportunidade de analisar e debater uma multiplicidade de temáticas intrínsecas à disciplina de Educação Física, com o objetivo

de promover uma partilha de conhecimentos entre os participantes. Foi assim relevante ver discutidas várias questões relacionadas com as potencialidades e limitações da Educação Física, equacionadas estratégias pedagógicas e fornecidas ferramentas didáticas para uma maior otimização de um processo pedagógico que se pretende que seja personalizado. É ainda de salientar que esta formação se enquadra na formação contínua de educadores e professores e se encontra validada pela Direção Regional da Educação para fins de progressão na carreira docente. A formação esteve organizada em oito conferências e seis módulos que foram dinamizados pelos alunos estagiários, vários docentes e convidados, sendo que, depois de cada intervenção, se contou com um período de debate e discussão, contribuindo para um maior enriquecimento e desenvolvimento pessoal, profissional e formativo de todos os agentes envolvidos.

Um dos núcleos de estágio da Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva, no qual me encontro inserido, pretendeu analisar a perceção dos Professores de Educação Física acerca das alternativas pedagógicas utilizadas com os alunos dispensados da componente prática das aulas. Além disso, disponibilizou-se aos docentes um banco de tarefas/estratégias para auxiliá-los aquando da sua intervenção com estes alunos, de forma a potencializar o seu processo de aprendizagem.

8.2.1. Objetivos da ACPC

Objetivos gerais:

- i- Elaborar um enquadramento teórico sobre a temática: “alunos dispensados da aula de Educação Física: que alternativas?”;
- ii- Proceder a um levantamento das opiniões e práticas dos professores sobre o tema em questão;
- iii- Colmatar algumas das necessidades dos docentes de Educação Física relativamente às estratégias pedagógicas a adotar com os alunos dispensados das aulas de Educação Física.

Objetivos específicos:

- i- Apresentar os resultados das opiniões e práticas dos professores sobre as alternativas para os alunos dispensados das aulas de Educação Física;
- ii- Contribuir para uma maior dinamização de atividades que fomentem a aprendizagem efetiva e o desenvolvimento integral dos alunos;

iii- Disponibilizar aos docentes de Educação Física um banco de tarefas/estratégias que podem ser utilizadas aquando da sua intervenção com os seus alunos dispensados da componente prática das aulas.

8.2.2. Planeamento e Operacionalização

É facilmente perceptível que proceder à elaboração de um planeamento não é tarefa simples, ainda mais quando se trata de uma atividade tão complexa como a de planear e operacionalizar uma ACPC. Esta requer uma elevada logística, responsabilidade, foco e assertividade em todos os pormenores, para que se possa alcançar os objetivos que nos foram incumbidos.

Em primeira instância, foram necessários a definição prévia de objetivos e o estabelecimento de uma direção/estratégia para os atingir. Consequentemente, esta ação de formação envolveu uma elevada capacidade de organização e um trabalho e espírito colaborativo e cooperativo entre os vários núcleos de estágio, respetivos orientadores científicos e demais membros participantes.

É de salientar que a ACPC ocorreu mais cedo, comparativamente aos anos anteriores, mais concretamente no início do mês de fevereiro, com o propósito de abranger o maior número de profissionais da área da Educação Física. Ainda assim, esta coincidiu com a existência de algumas atividades relacionadas com o Desporto Escolar, sobretudo na parte da manhã, fazendo com que vários docentes ficassem impossibilitados de participar integralmente na ação. No entanto, ficou bem patente um vasto número de participantes que contribuíram para que a ação de formação superasse as expectativas iniciais.

Devido à data previamente definida para a realização desta ação, foi necessário que todos os elementos envolvidos trabalhassem com grande antecedência, de forma a responder positivamente a todas as situações inerentes a um evento desta dimensão.

A primeira etapa a percorrer foi a definição do tema geral da ação, que acabou por intitular-se “A Educação Física para além do óbvio”. De seguida, houve a necessidade de determinar as temáticas a serem dinamizadas pelos vários núcleos de estágio, bem como os objetivos, os principais conteúdos, as referências bibliográficas a utilizar e a escolha dos preletores convidados. Após se reunirem todos os temas sugeridos pelos alunos estagiários, num primeiro momento, constatou-se a existência de dois temas idênticos, dos quais o meu núcleo de estágio também estava abrangido. Neste sentido, optou-se por alterar o tema inicialmente proposto e, por meio de algumas interrogações acerca da

escolha de uma nova temática, foi sugerido pelo nosso orientador científico um tema alusivo às possíveis estratégias e alternativas a adotar pelos docentes de Educação Física aquando da sua intervenção com os alunos dispensados da componente prática das suas aulas. Apesar da exigência que este tema nos iria impor, devido aos escassos estudos ainda evidenciados neste âmbito, optou-se por aceitar o desafio que nos foi proposto. Após a escolha definitiva do tema, o nosso núcleo de estágio, com a coadjuvação do nosso orientador científico, começou a desenvolver e a dar consistência e sustentabilidade ao trabalho científico-pedagógico.

Numa fase ainda precoce, uma das tarefas atribuídas aos vários núcleos de estágio foi a elaboração de duas propostas de cartazes para a ACPC deste ano letivo, tendo estas sido enviadas por email, para posteriormente serem analisadas pelos professores do MEEFEBS da UMA. Depois de todas as propostas terem sido alvo de análise, os professores responsáveis procederam à escolha do cartaz que consideraram ser mais apelativo para utilizar na presente edição. Já com o cartaz final devidamente atribuído, este foi organizado e estruturado mediante as oito conferências e os seis módulos que seriam dinamizados ao longo dos dois dias de formação. Além disso, foi necessário organizar toda a documentação inerente ao processo de validação da ação, de inscrição de todos os participantes e de elaboração de todos os documentos essenciais para a respetiva divulgação. Toda esta orgânica ficou sob a responsabilidade dos professores supervisores, nomeadamente a professora Doutora Ana Luísa Correia e o Diretor de curso, o professor Doutor Hélder Lopes. Depois de concluída esta etapa, foi-nos incumbida a tarefa de divulgar o cartaz final. Este foi partilhado através das nossas redes de contacto, do email formal às escolas, clubes e associações, dos grupos disciplinares de Educação Física das várias escolas, com recurso à aplicação *WhatsApp*, dos cartazes afixados nos vários estabelecimentos de ensino e do contacto “boca a boca” para com todos os indivíduos que, de uma forma ou de outra, se encontram ligados à Educação Física, Desporto Escolar e ao Desporto em geral. Este foi também partilhado através dos convites entregues, pessoalmente, aos vários órgãos e entidades, nomeadamente às Direções Executivas das várias escolas que têm protocolo com a UMA, aos professores do MEEFEBS da UMA, aos orientadores cooperantes e à Direção Regional da Educação, na pessoa do Diretor Regional da Educação Dr. Marco Gomes.

É ainda de salientar que, durante este trajeto, foram realizadas reuniões semanais entre todos os alunos estagiários e a professora Doutora Ana Luísa Correia, com o intuito de definirmos as inúmeras funções e tarefas de planeamento, organização e dinamização

de toda a atividade. Este foi um trabalho que só foi exequível devido ao excelente desempenho e à boa comunicação existente entre todos os núcleos de estágio, que foram exímios na forma como encararam este desafio e trabalharam em conjunto em prol de um objetivo comum, nomeadamente a realização de uma ação de formação de elevada qualidade, evidenciando assim todos os detalhes com o maior rigor e responsabilidade para que tudo decorresse de forma sublime.

8.2.3. Balanço da ACPC

Depois da realização da ACPC, é de elevada pertinência proceder-se a uma reflexão profunda acerca de todo o trabalho dinamizado pelos vários núcleos de estágio, e, em particular, pelo núcleo de estágio no qual me encontro inserido. Toda esta ação culminou com um trabalho minucioso, desde o seu planeamento até à sua operacionalização, onde destaco o rigor, o foco e a responsabilidade demonstrada pelos vários núcleos de estágio, de forma que este evento fosse bem sucedido. Deste modo, considerou-se que o balanço foi extremamente positivo, em que todos os intervenientes trabalharam afinadamente para que tudo decorresse conforme o perspetivado. Este foi um evento que ocorreu presencialmente e causou um grande impacto a nível regional, pois contou com a presença de inúmeros agentes educativos e desportivos, mas também alunos do ensino superior ligados à área da Educação Física e demais interessados, num total de 139 participantes.

É de salientar que todo o processo de preparação, planeamento, organização e divulgação da ação foi efetuado atempadamente, o que acabou por ser uma mais-valia, sendo também relevante evidenciar a grande afluência de participantes em ambos os dias de formação. Outro aspeto importante foi o facto da ACPC ter ocorrido mais cedo, comparativamente aos anos anteriores, o que acabou por ser benéfico, pois foram muitos os professores que optaram por participar e, conseqüentemente, absorver conhecimentos e adquirir as horas e créditos necessários para a formação contínua e progressão na carreira docente.

Outro aspeto positivo desta ação foi o facto dos vários núcleos de estágio definirem todos os preparativos e detalhes, de forma minuciosa, assim como se apresentarem preparados para quaisquer eventualidades e constrangimentos que pudessem ocorrer no decorrer do evento, de modo que estes fossem rapidamente solucionados. No geral, toda a preparação prévia, assim como a excelente comunicação,

entreadjudada, articulação e estrita divisão de tarefas por todos os núcleos de estágio, foram fatores-chave que contribuíram para a excelência demonstrada no evento.

Foram inúmeras as reuniões efetuadas antes do início da ação para definição das várias tarefas e funções a serem desempenhadas por todos os alunos estagiários e demais colaboradores. No momento de preparação e delegação dessas mesmas funções, houve inclusivamente a preocupação de, no dia da sua preleção, não sobrecarregar os alunos estagiários com tarefas de gestão e organização, tendo estes a oportunidade de estar mais libertos para dar maior ênfase e foco ao momento destinado à sua comunicação no respetivo evento. Esta foi uma estratégia adotada que acabou por ser bem-sucedida e contribuiu para elevar a qualidade das comunicações.

No decorrer da ACPC cada núcleo de estágio teve a oportunidade de apresentar a sua temática e investigação científico-pedagógica. Dada a diversidade e pertinência dos temas que foram apresentados pelos alunos estagiários, docentes e convidados, considera-se que esta formação foi extremamente relevante, em que o debate entre os participantes, a partilha de conhecimentos e a apresentação de sugestões foram aspetos muito positivos, que contribuíram para elevar, ainda mais, a qualidade dos conteúdos que foram apresentados e discutidos no âmbito da Educação Física.

Relativamente à nossa comunicação, esta foi preparada atempadamente, e contou com a supervisão do nosso orientador científico, que prontamente se disponibilizou em dar o seu *feedback* e facultar algumas sugestões, com o intuito de elevarmos a qualidade da nossa apresentação. Embora tenha evidenciado algum nervosismo minutos antes da nossa intervenção, considera-se que a comunicação utilizada foi clara, com uma linguagem adequada e assertiva e um crescimento progressivo ao nível da confiança demonstrada no decorrer da minha preleção. No final da nossa apresentação, o facto de se ter disponibilizado a todos os participantes um banco de tarefas/estratégias pedagógicas a serem utilizadas com os alunos dispensados da componente prática das aulas de Educação Física, representa um aspeto muito positivo. Procurou-se colmatar algumas das necessidades dos docentes de Educação Física, sensibilizá-los e, conseqüentemente, contribuir para uma maior elevação da qualidade do Ensino-Aprendizagem nas escolas, dinamizando atividades fomentadoras de uma aprendizagem e desenvolvimento integral dos alunos. O *feedback* que nos foi concedido momentos depois da nossa comunicação por inúmeros participantes no evento foi extremamente positivo e agradável, enaltecendo assim todo o trabalho desenvolvido.

Depois da realização de um evento desta dimensão, considera-se que inúmeras competências foram desenvolvidas e aperfeiçoadas, sendo que estas certamente serão proficuas ao longo da minha carreira profissional, nas quais destaco a capacidade de adaptação, planeamento, organização, dinamização e gestão de todo um processo que é complexo e, simultaneamente, provido de enorme responsabilidade.

9. Considerações Finais

O presente relatório do EP reflete uma experiência educativa que se revelou extremamente enriquecedora, no sentido em que permitiu colocar em prática os ensinamentos obtidos ao longo da minha formação académica, adquirir novos conhecimentos e compreender o contexto e as práticas pedagógicas de uma realidade escolar, mais concretamente da EBSAAS. A intervenção pedagógica desenvolvida com as turmas do 5.º e 9.º ano de escolaridade, respetivamente, demonstrou ser bastante desafiante, na medida em que exigiu um elevado nível de planeamento e organização das ações e atividades a executar, de adaptação quer aos alunos e às suas características, quer aos meios e circunstâncias, e de uma contínua reflexão crítica relativamente às decisões tomadas, às metodologias utilizadas e aos resultados obtidos.

Neste sentido, tornou-se evidente que para o professor ser bem-sucedido na sua prática pedagógica é fundamental possuir um conhecimento aprofundado dos seus alunos, adaptar o ensino às suas necessidades e individualidades, dinamizar o processo de Ensino-Aprendizagem, incentivando-os, assim, a participarem ativamente nas aulas e elevarem os seus níveis de interesse e motivação. Além disso, o professor deve optar por metodologias e dinâmicas formativas inovadoras, que proporcionem aos seus alunos aprendizagens significativas, de forma a traduzir-se numa maior autonomia e capacidade investigativa e criativa dos alunos e incentivar a pesquisa, reflexão e análise crítica, bem como o trabalho colaborativo e interdisciplinar, na procura de soluções para os vários desafios e para a resolução de eventuais problemas (Penteado & Neto, 2021).

Um dos momentos cruciais do EP foi a recolha de informações pertinentes sobre os alunos, o que permitiu realizar uma caracterização detalhada da turma e, posteriormente adequar as estratégias e metodologias didático-pedagógicas, de forma a potencializar o processo de aprendizagem. Quanto à realização da AEC, esta proporcionou aos alunos uma experiência diversificada, foi ao encontro das motivações e interesses de todos os elementos da turma e enriqueceu o repertório de vivências e experiências educativas e

desportivas dos alunos, tendo sido uma atividade realizada com grande entusiasmo e motivação.

No decorrer do ano letivo, realizaram-se diversas atividades nas quais tive oportunidade de participar e colaborar com o grupo disciplinar de EF, nomeadamente atividades de intervenção na comunidade escolar, tais como o Corta-Mato, o XI Festival de Desporto da Levada, o Dia do Voleibol e os torneios de Basquetebol e Futsal, ao nível da preparação e organização das atividades. Tais intervenções permitiram-me acompanhar de perto a experiência e técnica dos profissionais de ensino com os quais trabalhei e, desta forma, aperfeiçoar a capacidade de trabalho em equipa e de análise crítica. Neste sentido, acredito que estas atividades foram extremamente positivas, visto que contribuíram para a preservação da cultura da escola, para a participação e envolvimento de toda a comunidade escolar, designadamente alunos, professores, encarregados de educação e pessoal docente e não docente, promovendo, assim, o desenvolvimento de relações sociais e afetivas.

Com a realização e dinamização da ACPI foram proporcionadas novas experiências educativas aos alunos e partilhado um conjunto de conteúdos e estratégias com o Grupo Disciplinar de EF, visando uma maior rentabilização da prática pedagógica e elevação dos níveis de conhecimento científico-pedagógico. No que concerne à ACPC, além de ter desenvolvido e aperfeiçoado competências ao nível do planeamento, organização, dinamização e gestão, foram ainda colmatadas algumas das necessidades dos docentes de EF relativamente às estratégias pedagógicas a adotar com os alunos dispensados das aulas, tendo contribuído para uma maior elevação da qualidade do Ensino-Aprendizagem no contexto escolar.

É igualmente pertinente mencionar o contributo e apoio do orientador cooperante Mestre Adérito Nóbrega, bem como do orientador científico Dr. Ricardo Alves, na medida em que se revelaram imprescindíveis na evolução da minha confiança e segurança no momento de atuar, ajudaram-me a desenvolver as minhas habilidades no que diz respeito à resolução de problemas e a melhorar as minhas competências científico-pedagógicas.

Em suma, faço um balanço positivo de toda a PL e considero que os objetivos inicialmente definidos foram cumpridos com sucesso. De um modo geral, acredito que é necessário serem aperfeiçoados alguns aspetos, no entanto quando o docente compreende a importância da articulação do conhecimento científico, pedagógico e didático num contexto de desafios constantes e diários, torna-se mais simples encontrar respostas

eficazes, que permitam formar cidadãos ativos, responsáveis e autónomos na sociedade. Após esta experiência em contexto educativo, concluo que foi um processo fundamental para o meu crescimento, tanto pessoal como profissional, no sentido em que adquiri uma visão realista do mundo do ensino. Desta forma, sinto-me preparado para integrar o contexto educativo, no qual pretendo contribuir para a evolução contínua dos alunos, incentivar a prática da EF, promover os seus benefícios, impulsionar o trabalho em equipa e responder eficazmente às necessidades e exigências da sociedade.

10. Referências Bibliográficas

- Abreu, É., Félix, L., Carvalho, M. L., & Correia, A. L. (2014). Matérias alternativas: potencialidades e equívocos–basebol e canoagem. *Problemáticas da educação física I*, 140-146.
- Aburachid, L. M. C. & Greco, J. P. (2009). Esportes de raquete na Educação Física Escolar: uma proposta para crianças e adolescentes. *Palestras: Educação física e esportes*, (135), 4.
- Adé, D., Ganière, C., & Louvet, B. (2018). O papel do árbitro nas aulas de educação física: experiência e motivação dos alunos. *Educação Física e Pedagogia do Esporte*, 23 (4), 418-430.
- Albuquerque, C. (2010). Processo ensino-aprendizagem: características do professor eficaz. *Millenium*, (39), 55-71.
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A., Vitória, M. (2008). A Rotura – A Sistemática das Atividades Desportivas. Edição VML, Torres Novas.
- Alves, R., Rodrigues, A., Gouveia, É., Correia, A. L., Antunes, H., & Lopes, H. (2022). Educar para a felicidade: um grande desafio para a educação. *Paulo Freire e a sua pedagogia: crítica, resistência e utopia. No Centenário do seu nascimento (1921-2021)*, 172-175.
- Andrade, J., Cruz, A., Patrício, D., Correia, R., & Marques, A. (2020). Viabilidade do planeamento por etapas: visão dos estudantes-estagiários. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 6(1), 62-67.
- Andrade, P., Pestana, L., Lopes, Â., Lopes, H., & Andrade, P. (2013) Heterogeneidade nas aulas de Educação Física: Um problema ou um meio? – Análise ao nível dos Desportos Coletivos. Heterogeneity in physical education classes: a problem or a means?–Analysis at the level of Collective Sports.
- Anjos, J. A. D. (2013). A importância das atividades lúdicas nas aulas de educação física no processo ensino aprendizagem.
- Antunes, A. (2012). A dimensão prática na preparação profissional em educação física: concepção e organização acadêmica. *Campinas (SP): Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física*.
- Antunes, H. (2019). O ensino da educação física: modelo de educação desportiva enquanto ferramenta didática. *A Educação Física em tempos de mudanças: Ferramentas Didáticas*, 102-104.
- Antunes, H., Rodrigues, A., Alves, R., Correia, A., Gouveia, É., & Lopes, H. (2022). A excelência no ensino: o papel do professor na transformação do aluno. *Paulo Freire e a sua pedagogia: crítica, resistência e utopia. No Centenário do seu nascimento (1921-2021)*, 200-205.
- Araújo, F. (2017). A avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Educação Física escolar: referenciais para o ensino de qualidade. Belo Horizonte: Casa da Educação Física*, 119-149.

- Barroso, A. L. R., & Darido, S. C. (2010). Voleibol escolar: uma proposta de ensino nas dimensões conceitual, procedimental e atitudinal do conteúdo. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 24(02), 179-194.
- Batalha, A. (2004). *Metodologia do Ensino em Dança*. Edições FMH.
- Batista, F. L., Cardoso, V. D., & Nicoletti, L. P. (2019). O professor de educação física escolar e a influência da motivação em sua prática pedagógica.
- Batista, N., Feltrin, A., Castilho, A., Ongaro, F., Altermann, F., Preuss, H., Herber, M., Leite, M., Simões, M. & Binder, T. (2019). Caracterização das turmas de atuação do pibid geografia ufsm (2019): Conhecer para planejar a prática pedagógica. *Vivências*, 15(29), 27-42.
- Bego, G., & Anjos, J. (2020). A importância da educação física escolar para a formação do indivíduo na sociedade. The importance of school physical education in training the individual for society. *Revista Saúde*, 4 (1), 13-26.
- Bento, J. (1998). *Planeamento e avaliação em educação física* (2ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa Livros Horizonte.
- Betti, M. (1991). *Educação física e sociedade*. São Paulo: Movimento.
- Block, M. (2007). *A teacher's guide to including students with disabilities in general physical education*. Paul H. Brookes publishing.
- Bortoluzzi, M. B. (2018). *A educação física escolar na perspectiva do professor: descrevendo e interpretando teorias subjetivas* (Doctoral dissertation, [sn]).
- Botelho, I. (2016). *A dança e a música como elementos construtores no processo ensino-aprendizagem*.
- Bratfische, S. A. (2003). Avaliação em educação física: um desafio. *Revista da Educação Física / UEM*, 14(2), 21-31.
- Bratfische, S. A. (2008). Evaluation in Physical Education: a challenge. *Journal of Physical Education*, 14(2), 21-31.
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of physical education*, 18(1), 5-8.
- Callai, A. N. A., Becker, E. P., & Sawitzki, R. L. (2019). Considerações acerca da Educação Física escolar a partir da BNCC. *Conexões*, 17, e019022-e019022.
- Carmona, A. C. N. (2012). *A unidade didática como estratégia de ensino integrado: dos fundamentos didáticos aos processos de construção: relatório de estágio*. Dissertação de Mestrado. Castelo Branco: IPCB. Escola Superior de Educação.
- Carreiro da Costa, F. (1995). *O Sucesso Pedagógico em Educação Física: um Estudo das Condições e Fatores de Ensino-Aprendizagem associados ao Êxito numa Unidade de Ensino*. Lisboa: FMH.
- Carvalho, L. (2017). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim Sociedade portuguesa de educação física*, (10-11), 135-151.

- Castillo, L., García, J., Mayo, C., González, LG, & Catalán, Á. R. (2021). Apoio às necessidades psicológicas básicas e novidade dos alunos de uma unidade de ensino de smashball no ensino fundamental. *EmásF: revista digital de educação física*, (73), 9-25.
- Cidade, R. E., & Freitas, P. S. (2002). Educação física e inclusão: considerações para a prática pedagógica na escola. *Revista integração*, 14, 27-30.
- Clemente, F. M. (2014). Uma visão integrada do modelo teaching games for understanding: adequando os estilos de ensino e questionamento à realidade da educação física. *Revista brasileira de ciências do esporte*, 36, 587-601.
- Costa, D., Malheiro, F., Simões, M., & Couto, M. (2013). O Tênis de Mesa vai à Escola. Porto: Porto Editora.
- Costa, I. T., Greco, P. J., Mesquita, I., Graça, A. & Garganta, J. (2010). Teaching Games for Understanding (TGfU) como modelo de ensino dos jogos desportivos coletivos. *Revista Palestra*, 10, 69-77.
- Côté, J., Bruner, M., Strachan, L., Erickson, K., & Fraser-Thomas, J. (2010). Athletes development and coaching. In Lyle, J., Cushion, C.(eds.). *Sport coaching: professionalism and practice*. Oxford: Elsevier.
- Coutinho, R., Soares, M., Folmer, V., & Puntel, R. (2012). Análise da produção de conhecimento da Educação Física brasileira sobre o cotidiano escolar. *Revista Brasileira de Pós-Graduação*, 9(17).
- Damazio, M. S., & Silva, M. F. P. (2008). O ensino da educação física e o espaço físico em questão. *Pensar a prática*, 11(2), 189-196.
- Darido, S. C., & Rangel, I. C. A. (2000). *Educação Física Na Escola: Implicações Para a Prática Pedagógica*. Grupo Gen-Guanabara Koogan.
- Darido, S. C., Impolcetto, F. M., Barroso, A. L. R., & Rodrigues, H. D. A. (2010). Livro didático na educação física escolar: considerações iniciais. *Motriz: revista de educação física*, 450-457.
- Darido, S. C. (2012). A avaliação da educação física na escola. *Universidade estadual paulista. Prograd. Caderno de formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica*, 16, 127-140.
- Darido, S., Galvão, Z., Ferreira, L., & Fiorin, G. (1999). Educação Física no ensino médio. Reflexões e ações. *Motriz*, 5(2), 138-145.
- DGE (2022). Modalidades de Avaliação | Direção-Geral da Educação (mec.pt).
- Farias, A. N., Barroso, A. L. R., Costa, C. L. A., González, F. J., & Impolcetto, F. M. (2023). Classificação dos esportes na Educação Física escolar: elaboração e validação de uma unidade didática no ensino médio. *Motrivivência (Florianópolis)*, 1-25.
- Farias, V. M. (2018). Jogos reduzidos e as ações técnico-táticas de jovens jogadores de futebol.
- Fernandes, L., Brito, R., Rodrigues, D., & Alves, R. (2014). Paradigmas da avaliação no Ensino Secundário: ao Serviço da Excelência ou da Aprendizagem?. *Problemáticas da educação física I*, 1, 24-31.

- Ferreira, A. (2017). Será o professor experiente capaz de mudar, melhorar e maximizar as suas rotinas de aula, após o estágio? Um estágio com professora com experiência. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (40), 35-47.
- Ferreira, C. A. (2020). Ensino, aprendizagem e avaliação no contexto da pandemia: percepções de formadores de futuros professores. *Laplage Em Revista*, 6 (3), 109-119.
- Ferreira, D. (2005). Construção de instrumentos de observação de práticas educativas: avaliação diagnóstica: construção de um instrumento comum a andebol e a basquetebol. Tese de Mestrado apresentado à Universidade de Coimbra. Coimbra.
- Fialho, N., & Fernandes, D. (2011). Práticas de professores de educação física no contexto da avaliação inicial numa escola do concelho de Lisboa. *Revista Meta: Avaliação*, 3(8), 168-191.
- Galvão, Z. (2002). Educação física escolar: a prática do bom professor. *Revista Mackenzie de educação física e esporte*, 1(1).
- Gama, C., Viana, R., Filho, A., & Junior, J. (2020). Estágio Curricular na formação de professores de Educação Física: uma experiência no ensino fundamental I. *Revista Expressão Católica*, 9(1).
- Garganta, J. (1995). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. Em A. Graça, & J. Oliveira, *O ensino dos Jogos Desportivos Colectivos* (pp. 11-25). Porto: CEJD/FCDEF.
- Garganta, J. (2002). Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. *Revista Digital Education Física e Deportes* (Buenos Aires), 8 (45).
- Gonçalves, C., & Lopes, H. (2017). O Atletismo enquanto matéria de ensino – a percepção dos alunos. Em C. Fernando, H. Lopes, J. Prudente, R. Trindade, J. Simões, & H. Antunes, *Seminário Internacional do Desporto e Ciência* (pp. 96-102). Funchal: Universidade da Madeira.
- Gonçalves, F. (2012). Formative evaluation in Physical Education initial teacher training courses. *Journal of Physical Education and Sport Management*, 3(1), 1-5.
- Gouveia, É. R., Ihle, A., Gouveia, B., Kliegel, M., Malho, H., Freitas, B., Oliveira, R., Gaspar, M., Freitas, D., Prudente, J. & Lopes, H. (2018). O ensino dos jogos desportivos coletivos de invasão segundo uma abordagem tática ao jogo: um estudo quasiexperimental em alunos do ensino básico. *Didática da Educação Física: perspectivas, interrogações e alternativas*, 74-86.
- Gouveia, É. R., Ihle, A., Marques, A., Gouveia, B. R., Prudente, J., Peralta, M., Peralta, M. & Lopes, H. (2019). O Contributo do Estágio Pedagógico em Educação Física para a Investigação nos Jogos de Invasão na Região Autónoma da Madeira. *A Educação Física em tempos de mudança: Ferramentas Didáticas*, 43.
- Gouveia, É. R., Ihle, A., Rodrigues, A., Correia, A. L., Alves, R., Simões, J., Gouveia, B., Kliegel, M., Freitas, D., & Lopes, H. (2017). A associação entre o estilo de vida e a atitude de alunos do ensino básico e secundário em relação à disciplina de educação física. *Seminário internacional desporto e ciência 2017*, 46-52.
- Gouveia, É. R., Lopes, H., Rodrigues, A., Quintal, T., Pestana, M., Alves, R., Correia, A., Gouveia, B., Marques, A. & Ihle, A. (2020). O modelo de educação desportiva:

uma alternativa a considerar no ensino da educação física. *Educação, artes, cultura: discursos e práticas*, 203-216.

- Gouveia, É., Lopes, H., Rodrigues, A., Gouveia, B., Caldeira, R., Freitas, R., Alves, R., Correia, A., Antunes, H., Marques, A., Kliegel, M., & Ihle, A. (2021). O ensino da educação física: contributos da investigação sobre os modelos de ensino centrados no aluno. *Literacia científica: ensino, aprendizagem e quotidiano*, 110-117.
- Graça, A. (2007). Modelos e concepções de ensino do jogo. In: F. Tavares, A. Graça & J. Garganta (Eds.), *Proceedings do 1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos – Cd-Rom*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e Centro de Estudos dos Jogos Desportivos.
- Hanauer, F. C. (2016). Fatores que influenciam na motivação dos alunos para participar das aulas de Educação Física. <http://www.seifai.edu.br/artigos/Fernando-MotivacaonasaulasdeEdFisica.pdf>.
- Hirama, L., & Montagner, P. (2013). Competição em Esportes: “ingrediente” para uma proposta formativa. *Reverdito, R., Scaglia, A., Montagner, P., Pedagogia do esporte: aspectos conceituais da competição e estudos aplicados. São Paulo: Phorte*, 315-342.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, M., Alessi, C., Bruni, O. & DonCarlos, L. (2015). National Sleep Foundation’s sleep time duration recommendations: methodology and results summar. *Sleep Health*, 1(1):40-3.
- Januário, C. (2017). O planejamento de jovens professores de Educação Física. *Educação Física escolar: referenciais para o ensino de qualidade. Belo Horizonte: Casa da Educação Física*, 109-118.
- Januário, C., Anacleto, F., & Henrique, J. (2015). Formação do Professor de Educação Física: Rotinas de planeamento e de ensino. *Formação e saberes em desporto, educação física e lazer*, 339-419.
- Júnior, A., Both, J., & Oliveira, A. (2018). Configurações e relações estabelecidas no estágio curricular supervisionado de Educação Física. *Journal of Physical Education*, 29(1).
- Junior, J. B. (2017). *O Aplicativo Kahoot na Educação: Verificando os conhecimentos dos alunos em tempo real*. Universidade Federal do Maranhão. Obtido de <http://fatecead.com.br/ma/artigo01.pdf>.
- Junior, N. (2009). *A competição e a educação física escolar* (Doctoral dissertation, Universidade Estadual de Campinas).
- Laranjeira, A. (2022). *Os professores de Educação Física e o Decreto-lei 54/2018* (Bachelor's thesis).
- Larreia, F. & Loureiro L. (2013). Aprimorar o desenvolvimento do aluno através do voleibol.
- Leitão, I. A. (2014). *Os diferentes tipos de avaliação: avaliação formativa e avaliação sumativa* (Doctoral dissertation).
- Libâneo, J. C. (2013). José Carlos. Didática. *Editora Cortez, São Paulo*, 2, 78-79.

- Lopes, H. (2022). Pedradas no Lodo - Contributos para a rotura do processo pedagógico.
- Lopes, H., Rodrigues, A., Correia, A., Alves, R., Fernando, C., & Gouveia, É. (2018). Educar para a Cidadania num contexto global – o Desporto como instrumento de atuação. In Rodrigues, L. & Fraga, N. (Orgs.), *Europa, Educação, Cidadania* (pp. 153-159). Funchal: CIE-UMa.
- Lopes, H., Rodrigues, A., Gouveia, E., & Vicente, A. (2017). As novas tecnologias e a rotura do processo pedagógico. *Atas do Seminário Desporto e Ciência 2017* (pp. 16-25).
- Lopes, H., Vicente, A., Prudente, J., & Fernando, C. (2015). As macro opções da escola – O discurso e o percurso. In Fraga, N. & Kot-Kotecki, A. (Orgs.). *A Escola Restante* (pp. 124-131) Funchal: CIE-UMa.
- Lopes, J. P. (2002). Gestão da sala de aula: Como prevenir e lidar com problemas de indisciplina. *Série Didáctica. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro*.
- Lovatto, D. L., & Galatti, L. R. (2007). Pedagogia do esporte e jogos esportivos coletivos: das teorias gerais para a iniciação esportiva em basquetebol. *Revista Movimento & Percepção*, 8(11), 268-277.
- Maciel, F., Cruz, E., & Neres, J. (2022). O desinteresse dos alunos nas aulas práticas de educação física no ensino fundamental II. *Revista Novos Desafios*, 2(2), 34-45.
- Maciel, M. E., & Tullio, M. I. (2020). Planejamento nas aulas de educação física escolar. *Faculdade Sant'Ana Em Revista*, 4(2), 166-181.
- Marcon, D., Graça, A. B. D. S., & Nascimento, J. V. D. (2011). Critérios para a implementação de práticas pedagógicas na formação inicial em educação física e implicações no conhecimento pedagógico do conteúdo dos futuros professores. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25, 497-511.
- Marçal, B. F. (2021). Análise da aptidão física relacionada ao desempenho motor escolar no Brasil.
- Marques, M. (2009). Um olhar voltado para o percurso profissional dos professores de Educação Física: reflexões e perspectivas. In Seminário Nacional de Formação de Professores. Santa Maria: UFSM.
- Martins, A. I. M. (2011). *A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física* (Master's thesis).
- Martins, J., Gomes, L., & Costa, F. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. *Educação física escolar: Referenciais para um ensino de qualidade*, 53-82.
- Martins, M., Costa, J., & Onofre, M. (2020). Os estilos de ensino em educação física: Entre a teoria e a prática.
- Matos, M. (2010). Diferenciação curricular: uma abordagem às práticas de intervenção educativa no 2º ciclo do ensino básico (Tese de doutoramento não publicada). Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.
- Matos, Z. (2004). *A importância da educação física no 1º ciclo do ensino básico. Educação física na escola primária*. Porto: Universidade do Porto.

- Matthiesen, S. & Calvo, A. P. (2004). Atletismo se aprende na escola: oficinas pedagógicas.
- Matthiesen, S., Silva, M. & Silva, A. (2008). Atletismo na escola. *Revista Motriz*, Rio Claro, v.14, n.1, pp.96-104.
- Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R., & Damásio, A. S. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Exedra: Revista Científica*, (6), 57-70.
- Menezes, M. (2021). As contribuições da Educação Física escolar na formação do indivíduo.
- Mesquita, I. (1992). Estudo Descritivo e Comparativo das Respostas Motoras de Jovens Voleibolistas de Diferentes Níveis de Desempenho nas Situações de Treino e Competições. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Universidade do Porto. Dissertação apresentada às provas de aptidão pedagógica e de capacidade científica.
- Mesquita, I. (1997). *Pedagogia do treino: a formação em Jogos Desportivos Colectivos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Mesquita, I. (2000). *A pedagogia do treino: a formação em jogos desportivos colectivos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Mesquita, I. (2005). *A Pedagogia do Treino - A Formação em Jogos Desportivos Coletivos*. Lisboa. Livros Horizonte.
- Mesquita, I. (2006). Ensinar bem para aprender melhor o jogo de voleibol. *Pedagogia do desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan*, 327-344.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2006). Modelos de ensino dos jogos desportivos. *Pedagogia do desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan*, 269-283.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2009). Modelos Instrucionais do Ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Metzler, M. W. (2011). *Instructional Models for Physical Education*. 3rd ed. Scottsdale, AZ: Holcomb Hathaway.
- Mileo, T. R., & Kogut, M. C. (2009). A importância da formação continuada do professor de educação física e a influência na prática pedagógica. In *Anais do IX Congresso Nacional de Educação e do III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia. Curitiba (PR): EDUCERE* (pp. 4943-4952).
- Miranda, D. O., Moreira, G. D., & Franco, R. A. S. R. (2020). O uso do software “kahoot!” como instrumento de avaliação formativa no ensino médio integrado. *Research, Society and Development*, 9(11), e73391110535-e73391110535.
- Nascimento, V., & Finco, M. (2022). Beisebol Escolar: propostas lúdicas para a Educação Física. *CCS-TCC-Periódico de Educação Física-Licenciatura*.
- Nista-Piccollo, V. L., & Vechi, R. L. (2006). Ensinar para a Compreensão: fundamentação teórica para a Educação Física escolar. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 4(18), 62-72.

- Nobre, P. R. B. (2021). Currículo e Avaliação em Educação Física: um manual pedagógico.
- Oliveira, B., Marques, P., & da Cunha, M. A. (2013). Modelos de Ensino na Disciplina de Educação Física: Estudo-Caso com Professores de um Colégio Privado do Porto. *Olhares sobre o estágio profissional*, 1-18.
- Oliveira, F., Rocha, M., & Oliveira, E. (2018). Elaboração de planos de aulas para educação física: a percepção discente.
- Onofre, M. (2003). Das características do conhecimento prático dos professores de educação física às práticas da sua formação inicial. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (26-27), 55-67.
- Pais, A. (2010). Fundamentos didatológicos e técnico-didáticos de desenho de unidades didáticas para a área de Língua Portuguesa. *Encontros de didáctica*.
- Penteado, R. Z., & Neto, S. S. (2021). A docência como profissão: o portfólio como dispositivo e política de formação docente no estágio supervisionado em Educação Física. *Arquivos de análise de políticas educacionais*, 29 (janeiro-julho), 83-83.
- Pereira, J. A., Mesquita, I., Araújo, R., & Rolim, R. (2013). Estudo comparativo entre o Modelo de Educação Desportiva e o Modelo de Instrução Direta no ensino de habilidades técnico-motoras do Atletismo nas aulas de Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 13(2).
- Piéron, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físicodeportivas. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Prandina, M. Z., & dos Santos, M. D. L. (2016). A Educação Física escolar e as principais dificuldades apontadas por professores da área. *Horizontes-Revista de Educação*, 4(8), 99-114.
- Prudente, J., Lopes, H., Fernando, C., Gouveia, É. R., Rodrigues, A., & Sousa, D. (2019). O ensino dos Jogos desportivos coletivos de invasão: o jogo como meio e como contexto de aprendizagens. *A Educação Física em tempos de mudança: Ferramentas Didáticas*, 56.
- Queiroz, L., Solera, B. & Souza, V. (2021). Dos entraves à busca por novos caminhos no planejamento da educação física escolar: residência pedagógica como uma ação participativa. *Formação Docente-Revista Brasileira de Pesquisa sobre Formação de Professores*, 13(26), 171-186.
- Quina, J. D. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. *A organização do processo de ensino em Educação Física*.
- Reis, M., Viana, A., Oliveira, J., Costa, J., Tavares, R., Arruda, A., & Santos, F. (2020). O planejamento como ferramenta indispensável para o processo ensino aprendizagem. *Brazilian Journal of Development*, 6(5), 32426-32436.
- Reis, P. (2011). *Observação de aulas e avaliação do desempenho docente*. (2ª Ed.) Ministério da Educação – Conselho Científico para a Avaliação de Professores.
- Resende, H. (2016). Ginástica artística e rítmica na escola: possibilidades e desafios.

- Resende, R., Carvalho, M., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., & Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 145-164). Porto: Editora FADEUP.
- Ribeiro, M. (2023). *O efeito das aulas de educação física ao nível da aptidão física em tempos de pós-pandemia covid-19* (Doctoral dissertation).
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Sá, C., & da Costa, F. C. (2009). A influência socializadora da formação inicial em Educação Física. Percepções dos protagonistas e unidade conceptual inter pares. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (34), 95-108.
- Santos, G., & Pereira, G. (2021). Entraves encontrados na prática do planeamento de aulas da Educação Física escolar. *Research, Society and Development*, 10(9), 1-10.
- Santos, J., & Silva, D. (2019). Impactos da educação física escolar na escolha dos (as) discentes por um estilo de vida fisicamente ativo fora da escola. *Revista Sítio Novo*, 3(1), 57-65.
- Santos, J., Petrica, J., Serrano, J., Batista, M., & Honório, S. (2020) A avaliação em Educação Física in *Pedagogia do Desporto – Novas abordagens Académicas*, Novas Edições Acadêmicas. Mauritius. ISBN 978-620-2-80606-0. pp 89-106.
- Santos, W. D., & Maximiano, F. D. L. (2013). Avaliação na educação física escolar: singularidades e diferenciações de um componente curricular. *Revista brasileira de Ciências do Esporte*, 35, 883-896.
- Sarmento, P. (2004). *Pedagogia do desporto e observação*. Lisboa: FMH.
- Schewtschik, A. (2017). O planeamento de aula: um instrumento de garantia de aprendizagem. Educare. In *XIII Congresso Nacional de Educação*.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32-47.
- Sebastião, L., & Freire, E. (2009). A utilização de recursos materiais alternativos nas aulas de educação física: um estudo de caso. *Pensar a prática*, 12(3).
- Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing teaching skills in physical education* (4th ed.). Mountain View, CA: Mayfield.
- Silva, A. M., Vieira, D., Costa, R., & Batista, P. (2022). Aplicação de um programa de Aptidão Física em Educação Física: Estudo em alunos do ensino secundário. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 8(2), 13-23.
- Silva, C. L. D., Velozo, E. L., & Rodrigues Jr, J. C. (2008). Pesquisa qualitativa em Educação Física: possibilidades de construção de conhecimento a partir do referencial cultural. *Educação em revista*, 37-60.
- Silva, E. (2023). *Caminhos metodológicos para o desenvolvimento das crianças pela Educação Física escolar: o que dizem os artigos?* (Bachelor's thesis).
- Silva, F., & Rios, J. (2018). Narrativas de si na iniciação à docência: O PIBID como espaço e tempo formativos. *Educ. Form.*, 3(8), 57-74.

- Silva, K., da Silva Bandeira, A., Ravagnani, F., de Camargo, E., Tenório, M., de Oliveira, V., Santos, P., Ramires, V., Sandreschi, P., Hallal, P. & Filho, V. (2021). Educação física escolar: guia de atividade física para a população brasileira. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 26, 1-18.
- Silva, L. C., Simões, J., Silva, D., Nóbrega, M., & Lopes, H. (2016). Abordagem lúdica e competitiva do Atletismo. *Problemáticas da educação física II*, 182-192.
- Silva, T. M. L. S., Batista, P. M. F., & Graça, A. B. (2017). O papel do professor cooperante no contexto da formação de professores de educação física: A perspectiva dos professores cooperantes. *Education Policy Analysis Archives/Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 25, 1-29.
- Silva, W. G., & Peric, R. B. A. (2009). Avaliação nas aulas de Educação Física: entre a teoria e a prática. *Revista Interfaces: ensino, pesquisa e extensão*, 1(1), 33-35.
- Simões, J., Fernandes, C., & Lopes, H. (2014). Avaliar em Educação Física: a necessidade de um quadro conceptual. *Problemáticas da educação física I*, 17-23.
- Souza, T. M. F. D., Assumpção, C. D. O., Zabaglia, R., & Garcia, M. (2011). A importância do voleibol enquanto lúdico e modalidade desportiva dentro da educação física escolar. *Anuário da produção acadêmica docente*, 4(7), 115-124.
- Tavares, F. (2013). Jogos Desportivos Coletivos. Ensinar a jogar. 4ª Edição. FADEUP.
- Teixeira, C. (2018). *A motivação para a prática da educação física no 3º ciclo* (Doctoral dissertation).
- Teixeira, M., & Onofre, M. (2009). Dificuldades dos professores estagiários de educação física no ensino. Sua evolução ao longo do processo de estágio pedagógico. In X Symposium Internacional Sobre el Practicum Y las Prácticas en Empresas en la Formación Universitaria (pp. 1159-1170). Vigo y A Corunã: Asociación Iberoamericana de Didáctica Universitaria (AIDU), Universidades de Santiago de Compostela.
- Vasconcelos, E., Zanotto, L., Alves, F. D., & Paulo, C. M. (2019). Atletismo na educação física infantil: as experiências de uma prática educativa. *Temas em Educação Física Escolar*, 4(1), 126-141.
- Vickers, J. (1990). *Instructional Design for Teaching Physical Education*. Champaign IL: Human Kinetics.
- Vieira, F., & Restivo, M. (2014). *Novas Tecnologias e Educação: Ensinar a Aprender a Ensinar*. Porto: Biblioteca Edital da Faculdade de Letras da Universidade do Porto.
- Vieira, M. S. (2007). O sentido do ensino da dança na escola. *Revista Educação Em Questão*, 29(15), 103-121.
- Vieira, M. (2013). A importância da ginástica enquanto conteúdo da Educação Física escolar. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 18 - Nº 180 - maio de 2013. <http://www.efdeportes.com>.
- Ward, P., & Lee, M. A. (2005). Aprendizagem assistida por pares em educação física: uma revisão da teoria e da pesquisa. *Revista de ensino em educação física*, 24 (3), 205-225.

11. Referências Normativas

- Decreto-Lei n.º 17/2016. *Diário da República* n.º 65/2016, Série I de 4 de abril.
- Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto. Perfil geral de desempenho profissional do educador de infância e dos professores dos ensinos básico e secundário. *Diário da República*, I Série - A, 201, 5569- 5572.
- Decreto-Lei n.º 43/2007 de 22 de fevereiro. *Diário da República* n.º 38/2007 – 1ª série. Lisboa: Ministério da Educação. Regime jurídico da habilitação profissional para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário.
- Decreto-Lei n.º 55/2018. *Diário da República*, 1.ª Série. N.º 129 – 6 de julho de 2018. Retirado de: <https://dre.pt/application/conteudo/115652962>
- Decreto-Lei n.º 79/2014 de 14 de maio. *Diário da República* n.º 92 – I Série – Lisboa: Ministério da Educação e Ciência. Habilitações, Mestrados, Doutoramentos, Pós-Graduações.
- Decreto-Lei n.º 15/2007, *Diário da República* n.º 14/2007, Série I de 19 de janeiro de 2007.
- Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho. Perfil do aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória.
- Despacho n.º 283/2022, de 29 de julho. Calendário Escolar para o ano letivo 2022/2023 dos estabelecimentos de educação e ensino da rede pública da Região Autónoma da Madeira.

12. Apêndices

Apêndice 1 - Calendarização e distribuição das aulas de Educação Física

1º Período					
Dia	Segunda-feira	Dia	Terça-feira	Dia	Quarta-feira
12/09	Apresentação	13/09	EFERAM-CIT	14/09	Badminton
19/09	Basquetebol	20/09	Voleibol	21/09	EFERAM-CIT
26/09	EFERAM-CIT	27/09	Voleibol	28/09	Badminton
03/10	Badminton e Ténis de mesa	04/10	Voleibol	05/10	FERIADO
10/10	Badminton e Ténis de mesa	11/10	EFERAM-CIT	12/10	Basquetebol
17/10	Voleibol	18/10	Voleibol	19/10	Voleibol
24/10	Badminton e Ténis de mesa	25/10	Voleibol	26/10	Voleibol
31/10	Badminton	01/11	FERIADO	02/11	Corta-Mato Escolar
07/11	Badminton e Ténis de mesa	08/11	Voleibol	09/11	Voleibol
14/11	Futebol e Andebol	15/11	Badminton	16/11	Voleibol
21/11	Futebol e Andebol	22/11	Badminton	23/11	Voleibol
28/11	Palestra “Alimentação Saudável na prevenção de doenças”.	29/11	Badminton	30/11	Voleibol
05/12	Futebol e Andebol	06/12	Badminton	07/12	Voleibol
12/12	Futebol e Andebol	13/12	Badminton	14/12	Voleibol
2º Período					
02/01	FERIADO	03/01	Atletismo	04/01	Basquetebol
09/01	“Levada na serra”	10/01	Basquetebol	11/01	Atletismo

16/01	Ginástica	17/01	Basquetebol	18/01	Atletismo e Desportos de Combate
23/01	Ginástica	24/01	Basquetebol	25/01	Atletismo
30/01	Ginástica	31/01	Basquetebol	01/02	Atletismo e Desportos de Combate
06/02	Ginástica	07/02	Basquetebol	08/02	Atletismo
13/02	Ginástica	14/02	Basquetebol	15/02	Atletismo
20/02	FERIADO	21/02	FERIADO	22/02	FERIADO
27/02	Ginástica	28/02	Basquetebol	01/03	“Levada na serra”
06/03	Ginástica	07/03	Basquetebol e Orientação	08/03	Basebol
13/03	Ginástica	14/03	Basquetebol e Orientação	15/03	Atletismo
20/03	Frisbee e Orientação	21/03	Basquetebol e Basebol	22/03	Atletismo e Orientação
27/03	Ténis de Campo	28/03	Basquetebol	29/03	Futsal
3º Período					
		18/04	EFERAM-CIT	19/04	Futebol
24/04	Futebol	25/04	FERIADO	26/04	Futebol e Andebol
01/05	FERIADO	02/05	EFERAM-CIT	03/05	EFERAM-CIT
08/05	Atividade de Extensão Curricular	09/05	ARE - Dança	10/05	Futebol e Andebol
15/05	Tag Rugby	16/05	ARE - Dança	17/05	Futebol
22/05	Tag Rugby	23/05	Futebol	24/05	ARE - Dança
29/05	Futebol e Andebol	30/05	ARE - Dança	31/05	Jogos Tradicionais
05/06	Semana do Mar	06/06	Semana do Mar	07/06	Semana do Mar

Apêndice 2 - Exemplo de uma Unidade Didática de Jogos Desportivos Coletivos de Invasão (JDCI)

Unidade Didática de Jogos Desportivos Coletivos de Invasão (JDCI)

Os JDCI apresentam uma grande expressividade no currículo da Educação Física no âmbito escolar. Dado o seu potencial educativo e formativo, constituem uma parte importante da atividade desportiva dos alunos (Tavares, 2013). A sua prática, constitui um meio formativo por excelência, na medida que, quando devidamente orientada possibilita aos alunos o desenvolvimento de competências em vários planos, de entre os quais se destacam, o tático-estratégico, o cognitivo, o técnico e o sócio afetivo (Mesquita, 1992).

Os Jogos Desportivos Coletivos apresentam uma realidade dinâmica e complexa decorrente de uma interação constante entre os vários intervenientes (Gréhaigne, Godbout, & Bouthier, 1999). Segundo Prudente (2013), os JDC caracterizam-se pela sua comum relação de cooperação / oposição, na qual os colegas de equipa interagem e cooperam entre si, realizando ações com a oposição dos seus adversários, de forma a alcançarem os objetivos da sua equipa. Estas ações são adaptadas a cada momento do jogo, num contexto em permanente mudança e em interação, não só com os seus colegas, mas também com os seus oponentes e com o próprio contexto. Como refere Garganta (2002), os alunos devem saber “o que fazer” e “como fazer” e, deste modo, selecionar e utilizar as respostas motoras que mais se adequam a cada situação. Para tal, é necessário selecionar e utilizar uma adequada capacidade de decisão, decorrente de uma ajustada leitura do jogo, de forma a materializar a ação através de ações motoras específicas, designadas por técnica.

São vários os autores que referem que o processo de ensino deve ser realizado em contexto de jogo, mais concretamente através do jogo formal, reduzido e condicionado. Os comportamentos decorrentes do jogo apresentam uma natureza tático-estratégica e as ações ocorrem no contexto interativo onde se deve privilegiar o desenvolvimento da compreensão do jogo, bem como das suas dinâmicas associadas (Prudente, 2014). Assim, os professores devem proporcionar as condições necessárias para que os alunos se apresentem motivados, aprendam o jogo e consolidem a sua aprendizagem, tendo em vista a aquisição de uma multiplicidade de competências que lhes permitam obter sucesso nas respetivas tarefas (Prudente, 2018).

Justificação e Pertinência da Unidade Didática de JDCI

A Unidade Didática de JDCI tem início a 19 de setembro de 2022 e o seu término a 29 de maio de 2023. Optou-se por lecionar os JDCI, nomeadamente, o Futebol, Basquetebol e o Andebol ao longo dos três períodos, através de aulas monotemáticas e politemáticas. No momento do planeamento e preparação destas, foi necessário ter em consideração as características das instalações que nos foram concedidas ao longo do ano letivo. Neste sentido, todas as aulas referentes aos JDCI foram lecionadas nos vários polidesportivos exteriores, à exceção de uma aula, mais concretamente a primeira, onde se lecionou Basquetebol no pavilhão. Nesse momento, ainda não estavam totalmente determinados quais os espaços a serem utilizados pelas várias turmas, manifestando-se um constrangimento ao nível da preparação e da organização prévia das aulas.

Em relação ao 1º período, foram destinadas 6 aulas para os JDCI, mais concretamente, 2 aulas para os conteúdos referentes à matéria de ensino de Basquetebol e 4 aulas politemáticas para a abordagem dos conteúdos alusivos ao Futebol e ao Andebol. No 2º período, houve uma grande predominância de aulas lecionadas ao nível do Basquetebol, mais concretamente 12 aulas. Apenas uma das aulas, no dia 29 de março de 2023, seria destinada à realização de um torneio de Futsal - 5x5, sendo uma das atividades dinamizadas pelos responsáveis pelo Desporto Escolar da escola e pelo Grupo de Educação Física. Quanto ao 3º período, estavam destinadas 7 aulas para a leção dos JDCI, mais concretamente, 5 aulas para a leção dos conteúdos de Futebol e 2 aulas politemáticas para o Futebol e Andebol, respetivamente.

Ao nível da abordagem destas matérias de ensino, o foco principal incidiu ao nível da realização de jogos formais, reduzidos e condicionados, tendo sido utilizado o modelo de ensino do *TGfU*. Com a utilização deste modelo de ensino pretendeu-se elevar os níveis de motivação dos alunos e proporcionar situações que se aproximassem do contexto real de jogo, sendo este um espaço de resolução de problemas, tendo em vista uma melhor compreensão da essência do jogo e o desenvolvimento das capacidades dos alunos. Além disso, utilizou-se o método global complexo, onde os alunos desenvolviam os gestos técnicos, através de situações pré-desportivas, evoluindo gradualmente até às diferentes situações de jogo. Além disso, embora com menor incidência, realizou-se situações de carácter mais analítico, como por exemplo, a realização de situações de passe, receção, condução de bola e remate, no entanto, estas situações seriam utilizadas através de formas

jogadas, lúdicas e competitivas, incitando uma maior motivação, e conseqüente desenvolvimento das suas aptidões.

Objetivos Gerais

- Valorizar a prática dos JDCI como fator preponderante no desenvolvimento pessoal e na obtenção de melhor qualidade de vida;
- Conhecer e aplicar as regras do jogo;
- Desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas.

Objetivos Específicos

- Incitar a cooperação com os colegas, nas diferentes situações, selecionando as ações favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro;
- Procurar alcançar o objetivo do jogo;
- Realizar oportunamente a correção das ações técnico-táticas;
- Aplicar as regras do jogo, não só como praticante mas também como árbitro.

Estratégias Pedagógicas

Ao nível das estratégias pedagógicas, pretendeu-se realizar aulas monotemáticas e politemáticas; utilizar o Modelo de Ensino *TGfU* (Teaching Games for Understanding); desenvolver os gestos técnicos dos alunos, através de situações pré-desportivas, apresentando uma evolução crescente até às situações de jogo; utilizar situações analíticas para o desenvolvimento da técnica, de uma forma isolada, através de situações lúdicas e competitivas; utilizar várias estações de trabalho através da organização de grupos homogêneos / heterogêneos; planejar e operacionalizar exercícios que se adequem ao nível e capacidade dos alunos; utilizar formas jogadas, situações de jogo reduzido e condicionado, situações de jogo formal; planejar quadros competitivos para operacionalização de torneios intra turma; elaborar trabalhos individuais / grupo sobre temas relacionados com os JDCI; solicitar a colaboração dos alunos no desempenho das funções de árbitro e solicitar alunos para colaborar ao nível da organização e arrumação do material didático a utilizar na aula.

Aprendizagens Essenciais:

FUTEBOL – Nível Introdução

1. O aluno, em exercício (com superioridade numérica dos atacantes – 3x1 ou 5x2) e em situação de jogo de Futebol 4x4 (num espaço amplo), com guarda-redes:

1.1 Aceita as decisões da arbitragem e adequa as suas ações às regras do jogo: a) início e recomeço do jogo, b) marcação de golos, c) bola fora, d) lançamento pela linha lateral, e) lançamento de baliza, f) principais faltas, g) marcação de livres e h) de grande penalidade.

1.2 Recebe a bola controlando-a e enquadra-se ofensivamente, optando conforme a leitura da situação:

1.3 Remata, se tem a baliza ao seu alcance.

1.4 Passa a um companheiro desmarcado.

1.5 Conduz a bola na direção da baliza, para rematar (se entretanto conseguiu posição) ou passar.

1.6 Desmarca-se após o passe e para se libertar do defensor, criando linhas de passe, ofensivas ou de apoio, procurando o espaço livre. Aclara o espaço de penetração do jogador com bola.

1.7 Na defesa, marca o adversário escolhido.

1.8 Como guarda-redes, enquadra-se com a bola para impedir o golo., ao recuperar a bola, passa a um jogador desmarcado.

2. Realiza com correção global, *no jogo e em exercícios critério*, as ações: a) receção de bola, b) remate, c) condução de bola, d) passe, e) desmarcação e f) marcação, e *em situação de exercício* g) cabeceamento.

ANDEBOL - Nível Introdução

O aluno:

1. Coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.
2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.
3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo: a) início e recomeço do jogo, b) formas de jogar a bola, c) violações por dribles e passos, d) violações da área de baliza, e) infrações à regra de conduta com o adversário e respetivas penalizações.
4. Em situação de jogo de Andebol de 5 (4+1 x 4+1) num campo reduzido, com aproximadamente 25m x 14m, baliza com aproximadamente 1,80m de altura e área de baliza de 5m, utilizando uma bola "afável" n.º 0:
 - 4.1 Com a sua equipa em posse da bola:
 - 4.1.1 Desmarca-se oferecendo linha de passe, se entre ele e o companheiro com bola se encontra um defesa ("quebra do alinhamento"), garantindo a ocupação equilibrada do espaço de jogo.
 - 4.1.2 Com boa pega de bola, opta por passe, armando o braço, a um jogador em posição mais ofensiva ou por drible em progressão para finalizar.
 - 4.1.3 Finaliza em remate em salto, se recebe a bola, junto da área, em condições favoráveis.
 - 4.2 Logo que a sua equipa perde a posse da bola assume atitude defensiva, procurando de imediato recuperar a sua posse:
 - 4.2.1 Tenta intercetar a bola, colocando-se numa posição diagonal de defesa, para intervir na linha de passe do adversário.
 - 4.2.2 Impede ou dificulta a progressão em drible, o passe e o remate, colocando-se entre a bola e a baliza na defesa do jogador com bola.
 - 4.3 Como guarda-redes:
 - 4.3.1 Enquadra-se com a bola, sem perder a noção da sua posição relativa à baliza, procurando impedir o golo.
 - 4.3.2 Inicia o contra ataque, se recupera a posse da bola, passando a um jogador desmarcado.
5. Realiza com oportunidade e correção global, *no jogo e em exercícios critério*, as ações:
 - a) passe-receção em corrida, b) receção-remate em salto, c) drible-remate em salto, d) acompanhamento do jogador com e sem bola e e) interceção.

BASQUETEBOL - Nível Introdução

O aluno:

1. Coopera com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.
2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.
3. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras: a) formas de jogar a bola, b) início e recomeço do jogo, c) bola fora, d) passos, e) dribles, f) bola presa e g) faltas pessoais, adequando as suas ações a esse conhecimento.
4. Em situação de jogo 3x3 (campo reduzido, aproximadamente 15mx12m) ou 5x5, com bola nº 5:
 - 4.1. Recebe a bola com as duas mãos e assume uma posição facial ao cesto (enquadra-se ofensivamente) tentando ver o conjunto da movimentação dos jogadores e, de acordo com a sua posição:
 - 4.1.1. Lança na passada ou parado de curta distância, se tem situação de lançamento (cesto ao seu alcance, em vantagem ou livre do defesa).

Recursos Disponíveis (Humanos, Espaciais, Materiais e Temporais)

Ao nível dos recursos humanos:

- 24 alunos
- 1 Professor Estagiário
- 1 Professor Orientador Cooperante
- Funcionários da Escola
- Colega de Núcleo de Estágio

Quanto aos recursos espaciais:

- Pavilhão Sul
- Polidesportivo exterior nº 3
- Polidesportivo exterior nº 4
- Polidesportivo exterior nº 5
- Polidesportivo exterior nº 6
- Sala de aula

Os recursos materiais disponíveis são:

- Bolas de Andebol;
- Bolas de Futebol;
- Bolas de Basquetebol;
- Bolas de ginástica rítmica;
- Cones
- Marcas
- Barreiras
- Arcos
- Escadas de coordenação

Quanto aos recursos temporais são constituídos por:

Tabela 8 - Recursos temporais – JDCI

	Futebol	Andebol	Basquetebol	Total
1º Período	4 aulas politemáticas		2	26 aulas
2º Período	1	-	12	
3º Período	5 aulas de Futebol + 2 aulas politemáticas		-	

Cronograma com estruturação extensão e sequência dos conteúdos

Tabela 9 - Cronograma de Estruturação dos Conteúdos de Ensino – JDCI

Nº de aula	Data	T. A	Local	Conteúdos Programáticos	Situações de Aprendizagem
4	19/09/22	50'	Pavilhão	JDC- Basquetebol - Realização da Avaliação Diagnóstica de Basquetebol. - Introdução e desenvolvimento da relação e manipulação do objeto de jogo através de ações tático- técnicas e promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo.	- Relação e manipulação da bola: grupos de três. - Introdução aos vários gestos técnicos (passe de peito/picado, drible com mão dominante, não dominante, mudança de mão). - Realização de situações de jogo 3x3. - Promoção da ocupação racional do espaço e manutenção da posse de bola.

14	12/10/2022	50'	Campo exterior nº4 e nº5	<p>JDC- Basquetebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento da relação e manipulação do objeto de jogo através de ações tático-técnicas no Basquetebol e promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo. - Realização de um torneio intra turma. 	<ul style="list-style-type: none"> - Relação e manipulação da bola: Individual. - Realização de um torneio Intra turma através de situações de jogo 3x3. - Promoção da ocupação racional do espaço.
26	14/11/22	50'	Campo exterior nº 3	<p>JDC – Futebol e Andebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realização da Avaliação Diagnóstica de Futebol e Andebol. 	<ul style="list-style-type: none"> - Grelha de Avaliação Inicial referente aos conteúdos tático-técnicos e às principais regras do Futebol e Andebol.
29	21/11/22	50'	Campo exterior nº 3	<p>JDC – Futebol e Andebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introdução e desenvolvimento da relação e manipulação do objeto de jogo. - Aperfeiçoamento dos gestos técnicos do Futebol (passe, receção, condução de bola, remate) / Andebol (passe, receção, drible, remate em apoio) e das ações tático-técnicas. - Promoção da ocupação racional do espaço em situações de finalização e de jogo reduzido. 	<ul style="list-style-type: none"> - Relação e Manipulação do objeto de jogo – Técnica individual. - Introdução aos vários gestos técnicos e ações tático-técnicas do futebol/andebol. - Ocupação racional do espaço. - Defender o espaço e atacar o alvo. - Penetração na defesa e atacar o alvo. - Situação de finalização 2x0/2x1+GR e jogo reduzido 4x4.
35	05/12/22	50'	Campo exterior nº 3	<p>JDC – Futebol e Andebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aperfeiçoamento dos gestos técnicos fundamentais no Futebol (passe, receção, condução de bola, remate). - Aperfeiçoamento das ações técnico-táticas no Futebol e Andebol em situações de jogo condicionado e promoção da ocupação racional do espaço. 	<ul style="list-style-type: none"> - Relação e manipulação da bola: grupos. - Desenvolver os vários gestos técnicos do Futebol/Andebol e as ações tático-técnicas. - Promoção da ocupação racional do espaço e realização de situações de jogo reduzido 3x0+GR/ 3x1+GR e situação de jogo 3x3+2 apoios ofensivos+GR.
38	12/12/22	50'	Campo exterior nº 3	<p>JDC – Futebol e Andebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realização de Torneios Intra turma. - Desenvolvimento dos gestos e das ações tático-técnicas no Futebol e Andebol através de situações de jogo reduzido e condicionado. 	<ul style="list-style-type: none"> - Manipulação, controlo e domínio da bola (passe, receção, condução de bola) e leitura de jogo. - Realização de um torneio Intra turma através de situações de jogo 4x4 (Futebol) e situação de 7x7 (Andebol).
42	04/01/23	50'	Pavilhão	<p>JDC- Basquetebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento dos aspetos técnicos como o drible, passe, receção e lançamento em apoio e na passada e das ações tático-técnicas em situações de jogo reduzido. 	<ul style="list-style-type: none"> - Realização de drible de progressão e passe (peito/picado), deslocando-se para a coluna onde realizaram o passe. - Situações de superioridade e inferioridade numérica 1x0;2x0; 2x1; 3x1;3x2.

				- Promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo.	- Promoção da ocupação racional do espaço e realização de situações de jogo reduzido 3x3.
44	10/01/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Aperfeiçoamento das ações tático-técnicas como o passe, receção, desmarcação, lançamento em apoio e na passada. - Adoção de uma posição base ofensiva e defensiva. - Promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo.	- Manutenção da posse de bola 2x1 utilizando diferentes tipos de passe peito / picado e incitar a desmarcação. - Promoção da ocupação racional do espaço e realização de situações de jogo condicionado 2x2+2 privilegiando a marcação individual em termos defensivos e situações de jogo reduzido 3x3.
47	17/01/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Realização de uma situação de 3x1 - "Meinho". - Aperfeiçoamento das ações técnico-táticas: Passe, drible, receção, lançamento na passada e em apoio, combinações, desmarcações em situações de jogo reduzido.	- Relação e manipulação da bola: Técnica individual. - Manutenção da posse de bola 3x1 utilizando diferentes tipos de passe peito / picado / ombros / cima da cabeça e incitar a desmarcação. - Realização de situações de jogo reduzido 2x2 e 3x3 privilegiando a marcação individual em termos defensivos.
50	24/01/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Aperfeiçoamento dos aspetos técnicos (drible de progressão, drible de proteção; passe de peito e passe picado, receção e lançamento). - Desenvolvimento das ações tático-técnicas através de situações de jogo condicionado.	- Execução dos diferentes gestos técnicos (passe, receção) em formas jogadas. - Adoção de um correto posicionamento defensivo. - Desenvolvimento das ações tático-técnicas através de situações de jogo condicionado 1x1/2x1/3x1/3x2 e de situações de jogo 3x3.
53	31/01/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Execução das ações tático-técnicas adequadas às diferentes fases do jogo (transição defesa/ataque e transição ataque-defesa). - Aperfeiçoamento da execução das variáveis tático-técnicas em situações de jogo reduzido.	- Manutenção da posse de bola 3x1 utilizando diferentes tipos de passe com rápida reação à perda / recuperação da bola. - Realização de uma de situação de 3x0 + 2x1 e executar as ações tático-técnicas adequadas às fases do jogo (transição defesa-ataque e transição ataque-defesa); - Realização de situações de jogo condicionado 3x3.
56	07/02/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Aperfeiçoamento dos aspetos tático-técnicos através de exercícios em forma jogada. - Execução das ações tático-técnicas adequadas às diferentes fases do jogo	- Introdução de exercícios em forma jogada para aperfeiçoamento dos aspetos tático-técnicos como o drible de progressão/ proteção, passe, receção, paragens e rotações, lançamento em apoio, em suspensão e na passada.

				(transição defesa-ataque e transição ataque-defesa). - Aperfeiçoamento da execução das variáveis tático-técnicas em situações de jogo reduzido.	- Realização de uma de situação de 3x2 + 1 e executar as ações tático-técnicas adequadas às fases do jogo (transição defesa-ataque e transição ataque-defesa). - Realização de situações de jogo condicionado 3x3.
59	14/02/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Execução dos gestos e ações tático-técnicas em situações de jogo reduzido. - Realização de um Torneio Intra Turma.	- Desenvolvimento das principais ações tático-técnicas (passe, recepção, desmarcação, drible de progressão, de proteção, lançamento em apoio e na passada) através de situações de jogo 3x0/3x2. - Realização de situações de jogo 5x5 através de um torneio Intra turma.
62	28/02/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Desenvolvimento das capacidades condicionais e coordenativas. - Aperfeiçoamento dos gestos técnicos (drible de progressão/proteção; passe; recepção; lançamento em apoio, em suspensão e na passada) e das principais ações tático-técnicas em diferentes situações de jogo.	- Desenvolvimento das capacidades condicionais (velocidade, força, resistência) e das capacidades coordenativas (orientação espaço-temporal). - Execução das principais ações tático-técnicas (drible de progressão, passe, recepção, desmarcação e lançamento em apoio, em suspensão e na passada) através de situações de jogo 2x0 / 2x1. - Realização de situações de jogo condicionado 3x3.
65	07/03/23	50'	Sala de aula	JDC- Basquetebol - Explicação e utilização da aplicação Kahoot para consolidação de conhecimentos da matéria de ensino de Basquetebol.	- Consolidação dos conteúdos tático-técnicos e as principais regras do Basquetebol.
68	14/03/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Aperfeiçoamento dos gestos técnicos (drible de progressão; passe e corta; desmarcação; recepção; lançamento em apoio, em suspensão e na passada). - Execução das principais ações tático-técnicas em situação de jogo.	- Execução das principais ações tático-técnicas (drible de progressão, passe e corta, desmarcação, recepção e lançamento em apoio, em suspensão e na passada) através de situações de 1x0+1. - Realização de situações de jogo condicionado 3x3.
71	21/03/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Aperfeiçoamento dos gestos e ações tático-técnicas (passe, recepção; desmarcação; lançamento em apoio, em suspensão e na passada).	- Desenvolvimento dos gestos e ações tático-técnicas (passe, recepção, desmarcação, finalização) através de jogos de cooperação e de situações em forma jogada de 5x1. - Execução das principais ações tático-técnicas (passe, recepção, desmarcação, drible de progressão e lançamento em

				- Execução das principais ações tático-técnicas em situação de jogo.	apoio, em suspensão e na passada) através de situações de jogo 2x0 / 2x1. - Realização de situações de jogo condicionado 3x3.
74	28/03/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Basquetebol - Realização de um Torneio de Basquetebol dinamizado pelo grupo disciplinar de Educação Física.	- Execução dos diferentes gestos e ações tático-técnicas em situação de jogo 4x4.
75	29/03/23	50'	Campo exterior nº 3	JDC- Futsal - Realização de um Torneio de Futsal dinamizado pelo grupo disciplinar de Educação Física.	- Execução dos diferentes gestos e ações tático-técnicas em situação de jogo 5x5.
77	19/04/23	50'	Campo exterior nº4 e nº5	JDC- Futebol - Aperfeiçoamento das ações técnico-táticas no Futebol e promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo. - Execução das principais ações tático-técnicas em situação de jogo reduzido.	- Realização de exercícios em forma jogada para aperfeiçoamento dos aspetos tático-técnicos (passe, receção, condução de bola, remate, desmarcação, marcação, desarme e interceção) através de situações de 2x1/3x1+GR - Realização de situações de jogo reduzido GR+3x3+GR
78	24/04/23	50'	Campo exterior nº3	JDC – Futebol - Desenvolvimento e execução das ações tático-técnicas através de situações de jogo condicionado sem oposição / com oposição do GR.	- Relação e manipulação do objeto de jogo (bola) – Individual/pares/grupos. - Realização de exercícios para aperfeiçoamento dos aspetos técnicos (passe, receção, condução de bola e remate). - Execução das principais ações tático-técnicas (passe, receção, desmarcação, marcação, condução de bola e remate) em situação de jogo condicionado 1x1 / 2x1 / 3x1 / GR+3x3+GR.
79	26/04/23	50'	Campo exterior nº6	JDC – Futebol e Andebol - Controlo e domínio da bola (passe, receção e drible de progressão/ condução de bola e remate). - Aperfeiçoamento das ações tático-técnicas através de exercícios em forma jogada (MPB + finalização). - Desenvolvimento e execução das ações tático-técnicas através de situações de jogo reduzido com apoios exteriores (Futebol) e jogo reduzido (Andebol).	- Execução das principais ações tático-técnicas (condução de bola, drible, finta; passe; remate; receção; desarme; marcação; desmarcação; tomada de decisão) através de uma situação de MPB + finalização (5x1). - Realização de situações de jogo reduzido GR+3x3+GR + 2 apoios exteriores (Futebol) e 4x4+GR (Andebol).
84	10/05/23	50'	Campo exterior nº6	JDC – Futebol - Controlo e domínio da bola (passe, receção e condução de bola).	- Desenvolvimento das ações tático-técnicas (passe; receção, condução de bola, remate; interceção; marcação e desmarcação; ações de

				<ul style="list-style-type: none"> - Aperfeiçoamento das ações tático-técnicas através de exercícios em forma jogada. - Desenvolvimento e execução das ações tático-técnicas através de situações de jogo reduzido / condicionado. 	<ul style="list-style-type: none"> cooperação; defender o espaço; penetração ao alvo) através de exercícios em forma jogada. - Realização de situações de finalização 1x0+GR/ 3x2+GR e de jogo GR+3x3+GR.
87	17/05/23	50'	Campo exterior nº6	<p>JDC – Futebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Manipulação, controlo e domínio do objeto de jogo. - Penetração da defesa e ataque ao alvo; - Ocupação racional do espaço. - Desenvolvimento e execução das ações tático-técnicas através de situações de finalização e de jogo reduzido. 	<ul style="list-style-type: none"> - Promoção do domínio e controlo de bola. - Ocupação do espaço tendo em conta o posicionamento dos colegas, do oponente e do alvo. - Penetração da defesa e ataque ao alvo; - Execução e desenvolvimento das ações tático-técnicas através de situações de finalização 2x1/3x1/3x2 e de jogo reduzido GR+5x5+GR.
89	23/05/23	50'	Campo exterior nº6	<p>JDC – Futebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento das ações tático-técnicas através de situações de finalização e de jogo reduzido. 	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento das ações tático-técnicas (passe; receção, condução de bola, remate; interceção; marcação e desmarcação; - Execução das principais ações tático-técnicas em situação de finalização 3x1/3x2+GR e de jogo reduzido GR+4x4+GR.
91	29/05/23	50'	Campo exterior nº6	<p>JDC – Futebol e Andebol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realização de Torneios Intra turma. - Desenvolvimento dos gestos e das ações tático-técnicas no Futebol e Andebol através de situações de jogo reduzido e condicionado. - Conclusão da Avaliação Prática da matéria de ensino de Futebol e Andebol. 	<ul style="list-style-type: none"> - Torneio de Futebol Intra turma, através de situações de jogo reduzido GR+4x4+GR. - Torneio de Andebol Intra turma, através de situações de jogo reduzido GR+6x6+GR.

Avaliação Diagnóstica

A Avaliação Diagnóstica dos JDCI realizou-se em dois momentos distintos. No dia 19 de setembro de 2022 os alunos foram avaliados ao nível dos conteúdos da matéria de ensino de Basquetebol, através da realização de situações de jogo 3x3. No dia 14 de novembro de 2022 pretendeu-se avaliar os alunos em uma aula politemática, abordando os conteúdos de Futebol e Andebol, através da realização de situações de jogo reduzido GR+4x4+GR. De acordo com os resultados obtidos das avaliação iniciais, concluiu-se que a grande maioria dos alunos da turma apresentou algumas dificuldades que são transversais às três matérias

Tabela 12 - Grelha de Avaliação Formativa de JDCI

AVALIAÇÃO FORMATIVA

Nº	NOME	AUTONOMIA / EMPENHO / PARTICIPAÇÃO	COOPERAÇÃO / RESPEITO	RESPONSABILIDADE	DOMÍNIO PSICOMOTOR
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
Legenda: MI – Muito Insuficiente; I – Insuficiente; S – Suficiente; B – Bom; MB – Muito Bom					

Avaliação Sumativa

A avaliação Sumativa ocorre no término das aulas de uma unidade de ensino. É de salientar que esta UD foi lecionada ao longo de todo o ano letivo e, como tal procurou-se efetuar uma avaliação global ao nível das capacidades, atitudes e do desempenho evidenciado pelos alunos. Neste momento, procurou-se avaliar os alunos ao nível dos JDCI, mais concretamente, no Futebol, Andebol e Basquetebol, através da realização de exercícios critério, situações de jogo reduzido (GR+4x4+GR- Futebol e Andebol; 3x3 – Basquetebol), condicionado e formal. Neste âmbito, procurou-se avaliar a compreensão tática que os alunos apresentam no jogo, as ações de cooperação e intervenção com os colegas e seus opositores, a ocupação racional do espaço, a desmarcação oportuna de forma a criar linhas de passe ofensivas, mantendo uma ocupação equilibrada, a sua atitude defensiva no momento da perda da posse de bola e as situações de exercício critério ao nível do passe, da receção, da condução / drible e remate.

Balço Geral da Unidade Didática de JDCI


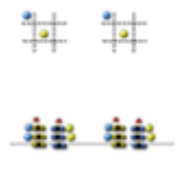

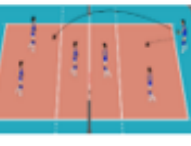
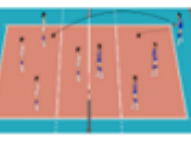

A UD de JDCI foi uma unidade de ensino abordada ao longo de todo o ano letivo, e que nos permitiu ir ao encontro daquilo que define as Aprendizagens Essenciais, no que concerne ao 9º ano de escolaridade, para as matérias de ensino de Basquetebol, Futebol e Andebol. Ao nível do planeamento e conseqüente operacionalização das aulas, pretendeu-se realizar exercícios que fossem adequados / ajustados ao nível apresentado pelos alunos, com o intuito de confrontá-los com problemas que desafiassem a sua capacidade de compreensão e atuação. Além disso, os exercícios utilizados foram facilmente adaptados às três matérias de ensino, pois os problemas táticos e características das diferentes situações de aprendizagem eram similares, o que incitou a uma maior facilitação de todo o processo de aprendizagem dos alunos. No decorrer desta UD, procurou-se dar ênfase a situações que incitassem a relação e manipulação do objeto de jogo (bola), o desenvolvimento dos gestos ações tático-técnicas específicas de cada matéria de ensino, as ações de cooperação entre os companheiros e a ocupação racional do espaço de jogo, através de situações lúdicas, competitivas, reduzidas e/ou condicionadas. Contudo, a maior predominância ocorreu, fundamentalmente, a partir de situações de jogo, de modo a assegurar o ensino das habilidades de uma forma contextualizada. Assim, os alunos foram confrontados com diferentes problemas táticos do jogo, visando uma melhor compreensão e consciencialização, com o objetivo de estes procurarem encontrar as melhores soluções táticas face aos diferentes problemas com os quais se deparavam.

Durante as aulas optou-se por utilizar o modelo de Ensino TGfU. Considero que a utilização deste modelo de ensino foi bastante pertinente pois contribuiu para o desenvolvimento dos seus conhecimentos e competências ao nível do jogo, através da compreensão tática, dos processos cognitivos e da perceção e tomada de decisão. Ao nível da organização das aulas, procurou-se rentabilizar as instalações desportivas que nos foram concedidas ao longo do ano letivo para a lecionação das três matérias de ensino, mais concretamente, os campos polidesportivos exteriores. Outro aspeto a salientar foi a realização de Kahoots para avaliar os conhecimentos adquiridos pelos alunos ao longo das aulas, bem como o planeamento e fixação de vários quadros competitivos para a realização de torneios intra turma, recorrendo a situações de jogo reduzido, condicionado e / ou formal. A realização de vários torneios foi um aspeto muito positivo pois os alunos apresentaram-se motivados, demonstraram um grande espírito de entreajuda e

colaboração entre si, o tempo de empenhamento motor foi elevado e os comportamentos desvio foram escassos.

Em traços gerais, as aulas foram bem organizadas e ajustadas aos diferentes níveis apresentados pelos alunos. Estes envolveram-se ativamente nas tarefas propostas, não só como praticantes mas também em outras funções, como por exemplo, ao nível da arbitragem. Os alunos mais proficientes cooperaram com os colegas que apresentavam menos aptidões, tendo respeitado as diferenças existentes entre si. O facto de todos os exercícios apresentarem uma intencionalidade e a competição estar sempre presente, incitou a que os índices motivacionais dos alunos aumentassem. Além disso, os alunos desenvolveram uma melhor compreensão tática do jogo e as suas capacidades e ações tático-técnicas, visando uma aprendizagem efetiva ao longo do processo de Ensino-Aprendizagem.

Apêndice 3 - Exemplos de Planos de aula

PLANO DE AULA Nº 34				
UNIDADE DIDÁTICA: Voleibol	ANO/TURMA: 9º5	Nº DE ALUNOS: 24	AULA nº: 13	DATA: 30/11/22
	INSTALAÇÃO: Pavilhão (N)		HORA: 08:50 -09:40	DURAÇÃO: 50'
RECURSOS MATERIAIS: Rede, 12 bolas de voleibol, marcas, sinalizadores.				
OBJETIVOS GERAIS: Aperfeiçoamento dos gestos técnicos fundamentais do voleibol (serviço, toque de dedos, manchete e remate); Adoção de uma posição base e promoção de deslocamentos; Aperfeiçoamento e consolidação das ações tático-técnicas em contexto de jogo 3x3 e 4x4.				
CONTEÚDOS/OBJETIVOS	DESCRIÇÃO DA ORGANIZAÇÃO/ ESTRATÉGIAS	ESQUEMA GRÁFICO	DURAÇÃO	
			T E	T A
Parte 1				
Instrução Inicial - Realização da chamada; - Explicação dos objetivos e dos conteúdos da aula; - Realização de uma mobilidade articular; - Organização de grupos.	- Os alunos encontram-se organizados em xadrez e o professor realiza a chamada. - Os alunos realizam uma mobilidade articular, e seguidamente o professor explica os objetivos e os conteúdos da aula. - O professor constitui 4 grupos de 6 elementos distribuindo-os pelo espaço assinalado.		5'	08:50 - 08:55
Jogo Lúdico – Jogo do Galo - Aperfeiçoamento das capacidades espacial e visual; - Velocidade de execução; - Estimulação da capacidade cognitiva; - Criação de uma vertente competitiva.	- Ao sinal do professor, os primeiros alunos de cada grupo devem deslocar-se até a zona determinada para colocarem a sua marca e regressarem à ponto inicial dando lugar ao colega seguinte. Estes têm como objetivo fazer uma sequência de três marcas em linha, seja na vertical, horizontal ou na diagonal, enquanto tentam impedir que o grupo adversário faça o mesmo. Ganha a equipa que conseguir obter primeiro a sequência em linha. Variantes: Iniciam o exercício sentados; -Iniciam o exercício deitados de barriga para baixo.		10'	08:55 - 09:05
Parte 2				
Aperfeiçoamento dos gestos técnicos (Trabalho analítico) - Aperfeiçoamento dos gestos técnicos fundamentais (toque de dedos, manchete e remate); - Manutenção da bola jogável para o colega, sem que esta caia no chão; - Adoção da posição base e promoção de constantes deslocamentos.	Os alunos encontram-se dispostos a pares e realizam o gesto técnico indicado pelo professor, devendo movimentar-se até à zona determinada e regressar ao ponto inicial sem que a bola caia no chão. Variantes: - Executar apenas o toque de dedos; - Executar apenas a manchete; - Executar toque de dedos e manchete; - Executar o remate.		8'	09:05 - 09:13
Situação de Jogo reduzido 3x3 - Execução dos diferentes gestos e ações tático-técnicas de acordo com a trajetória da bola; - Realização das rotações em jogo; - Ocupação racional do espaço de jogo.	- Os alunos estão organizados em grupos de 3 elementos e realizam uma situação de jogo 3x3. A cada 4 minutos de jogo os alunos devem rodar para a direita de forma que estes possam jogar com outras equipas. Vence a equipa que obtiver o maior número de pontos.		10'	09:13 - 09:23
Situação de Jogo reduzido 4x4 - Execução dos diferentes gestos e ações tático-técnicas de acordo com a trajetória da bola; - Realização das rotações em jogo; - Ocupação racional do espaço de jogo.	- Os alunos estão organizados em grupos de 4 elementos e realizam uma situação de jogo 4x4. A cada 5 minutos de jogo o professor faz algumas permutas entre grupos de forma que estes possam jogar com outras equipas. Vence a equipa que obtiver o maior número de pontos. Variantes: - Os alunos não podem enviar a bola para o campo adversário, ao primeiro toque, à exceção do serviço.		12'	09:23 - 09:35
Final				
Retorno à calma - Realização de alongamentos; - Balanço geral sobre a aula; - Esclarecimento de dúvidas; - Arrumação do material.	- Os alunos encontram-se organizados em xadrez e realizam alongamentos, tendo em conta os músculos que foram mais solicitados no decorrer da aula. - Balanço geral sobre a aula e esclarecimento de possíveis dúvidas que os alunos apresentem. - Colaboração de 2 alunos na arrumação do material.		5'	09:35 - 09:40

PLANO DE AULA Nº 44				
UNIDADE DIDÁTICA: JDC - Basquetebol	ANO/TURMA: 9º5	Nº DE ALUNOS: 24	AULA nº: 4	DATA: 10/01/23
RECURSOS MATERIAIS: Bolas de basquetebol, coletes, tabelas de basquetebol.		HORA: 10:45 -11:35		DURAÇÃO: 50'
OBJETIVOS GERAIS: Aperfeiçoamento das ações tático-técnicas como o passe, recepção, desmarcação, lançamento em apoio e na passada; Adoção de uma posição base ofensiva e defensiva; Promoção da ocupação racional do espaço em situações de jogo.				
CONTEÚDOS/OBJETIVOS	DESCRIÇÃO DA ORGANIZAÇÃO/ ESTRATÉGIAS	ESQUEMA GRÁFICO	DURAÇÃO	
			T E	T A
Parte 1				
Instrução Inicial - Registo das presenças; - Explicação dos objetivos e da dinâmica de funcionamento da aula; - Organização de grupos (formados pelos alunos).	- Os alunos encontram-se organizados em xadrez. - O professor regista as presenças e de seguida explica os objetivos e a dinâmica de funcionamento da aula. - Os alunos são distribuídos em 4 grupos de 6 elementos e vão para o local indicado pelo professor.		5'	10:45 - 10:50
Jogo Lúdico – “Jogo dos passes” - Realização de uma ativação músculo-articular através de um jogo lúdico. - Ocupação racional do espaço; - Estimulação de uma componente competitiva.	- Os alunos realizam um jogo lúdico, mais concretamente o “jogo dos passes”. Os passes só podem ser realizados com a bola na mão e a cada dez passes consecutivos a equipa obtém um ponto. Condicionantes: - o portador da bola não pode dar mais do que 2 passes com a bola na mão; - O colega adversário não pode tirar a bola das mãos; - Sempre que uma equipa perde a posse da bola, seja através de passe falhado ou interceção, a contagem dos passes é anulada. Variante: - A bola deve passar por todos os elementos da equipa e seguidamente devem realizar ponto através da colocação da bola em cima da linha final do campo adversário.		10'	10:50 - 11:00
Parte 2				
Grupos de 3 elementos - Desenvolvimento dos gestos e ações tático-técnicas (passe, recepção, desmarcação); Situação de jogo - 2x2+2 apoios laterais - Execução das principais ações tático-técnicas em situação de jogo condicionado (passe, recepção, desmarcação, lançamento em apoio e na passada); Situação de jogo 3x3 - Execução das principais ações tático-técnicas em situação de jogo 3x3; - Ocupação racional do espaço; - Estimulação da componente competitiva.	- Os alunos realizam manutenção da posse de bola através de uma situação de 2x1 utilizando diferentes tipos de passe (peito / picado / ombro / por cima da cabeça). O aluno que está a defender tenta intercepar a bola. Após intercepar a bola, troca com quem falhou o passe. - Os alunos realizam uma situação de jogo condicionado 2x2+2 apoios laterais. Sempre que a equipa recuperar a bola deve ir até ao meio-campo e só pode encestar depois da mesma passar pelos dois apoios exteriores. A cada 3 minutos quem está em apoio troca com os colegas. - Os alunos realizam uma situação de jogo 3x3 procurando sempre ocupar os 3 corredores, seja a atacar e a defender. A cada 5 minutos o professor troca as equipas.		10'	11:00 - 11:10
			10'	11:10 - 11:20
			10'	11:20 - 11:30
Parte 3				
Retorno à calma - Realização de alongamentos; - Balanço geral sobre a aula; - Arrumação do material.	- Os alunos encontram-se dispostos em semicírculo e realizam alongamentos. - O professor faz o balanço geral sobre a aula. - O professor designa dois alunos para colaborarem na arrumação do material.		5'	11:30 - 11:35

Apêndice 4 - Exemplo de Estrutura de um Trabalho de Grupo



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA Dr. ANGELO AUGUSTO DA SILVA
Educação Física – EF
Ano Letivo 2022 / 2023



Ano/Turma: 9.º Ano	Professor(es): Aderito Nobrega e Wilson Nobrega
Atividades Físicas Desportivas: Badminton e Voleibol	Data de Entrega: 23 de Novembro 2022

ESTRUTURA DO TRABALHO DE GRUPO

Conteúdo / Objetivo: Elaborar um Trabalho (3 páginas) acerca de um Gesto Técnico/Tático das Atividades Físicas Desportivas (AFD) de Badminton ou Voleibol. (100V)

1. Capa

1.1 – Figura/Imagem do Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol. (10v)

- Apresentar uma imagem/figura ou sequência de imagens/figuras.

2. Ficha de Apresentação da Atividade Física Desportiva

2.1 – Descrição das principais características das Atividades Físicas Desportivas de Badminton ou Voleibol. (30v)

- Descrever a modalidade referindo: 1. Objetivo; 2. Material; 3. Recinto/Terreno de Jogo; 4. N.º de Atletas/Jogadores; 5. Duração da Atividade/Jogo; 6. Regulamento/N.º de Árbitros - Juizes.

3. Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol

3.1 – Descrição detalhada da execução do Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol. (20v)

- Descrever pormenorizadamente como se faz o gesto - Determinantes técnicas.

3.2 – Descrição dos principais erros do Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol. (10v)

- Enumerar 5 erros do gesto.

3.3 – Descrição de dois (2) exercícios de aprendizagem do Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol. (20v)

- Descrever/explicar 2 exercícios referindo: o conteúdo/objetivo, n.º alunos, local e material.

Formatação: Letra - *Times New Roman* ou *Calibri*; Tamanho – 12 ou 11; Títulos e Sub - Títulos - Negrito (14); Espaçamento - 1,5 ou 1,15; e, Alinhamento – Justificado. (10v)

TEMAS DOS TRABALHOS DE GRUPO

Gestos Técnico/Táticos de Badminton - 1. Serviço Curto, 2. Serviço Comprido, 3. Batimento *Cleaz*, 4. Batimento *Loz*, 5. Remate.

Gestos Técnico/Táticos de Voleibol: 1. Serviço por Baixo, 2. Serviço por Cima, 3. Manchete, 4. Passe por Cima a Duas Mãos (Toque de Dedos) de Frente, 5. Passe por Cima a Duas Mãos (Toque de Dedos) de Costas, 6. Remate em Apoio, 7. Remate em Salto/Suspensão.

Bom Trabalho!!!!





1. Badminton ou Voleibol

Remate

Imagem / Figura ou Sequência de Imagens/Figuras da Execução do Remate

Grupo:

XX - N.º 3

XX - N.º 7

Professor(es): Adérito Nóbrega e Wilson Nóbrega

Funchal, 23 de Novembro de 2022



2. Ficha de Apresentação da Atividade Física Desportiva de Badminton ou Voleibol

2.1 - Objetivo

2.2 – Material

2.3 - Recinto/Terreno de Jogo

2.4 - N.º de Atletas/Jogadores

2.5 - Duração da Atividade/Jogo

2.6 - Regulamento/N.º de Árbitros - Juizes



3. Gesto Técnico/Tático de Badminton ou Voleibol

3.1 - Descrição da Execução do Remate de Badminton ou Voleibol.

3.2 - Descrição dos Principais Erros do Remate de Badminton ou Voleibol.

3.3 – Descrição de Dois Exercícios de Aprendizagem do Remate de Badminton ou Voleibol.

FIM

Apêndice 5 - Exemplos de Instrumentos de Avaliação

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva											2º Período									
Ano letivo 2022/2023																				
Ginásio - Saltos e Aparelhos																				
Nome do aluno	1.Cambalhota à frente	2.Cambalhota à retaguarda	3.Roda	4.Ponte	5.Arão	6.Corrída/Pré-chamada/ Chamada e Recepção	7.Salto de eixo	8.Salto entre mãos	9.Salto em extensão (vela)	Média	1. Executa a Cambalhota à frente	2. Executa a Cambalhota à retaguarda	3. Executa a Roda	4. Executa a Ponte	5. Executa o Arão	6. Executa a Corrída / Pré-chamada / Chamada e Recepção	7. Executa o Salto de eixo	8. Executa o Salto entre mãos	9. Executa o Salto em extensão (vela)	Média
	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	Não executa, de forma correta, a cambalhota à frente	Não executa, de forma correta, a cambalhota à retaguarda	Não executa, de forma correta, a roda	Não executa, de forma correta, a ponte	Não executa, de forma correta, o arão	Não executa, de forma correta, a Corrida / Pré-chamada / Chamada e Recepção	Não executa, de forma correta, o salto de eixo	Não executa, de forma correta, o salto entre mãos	Não executa, de forma correta, o salto em situação (vela)	2
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	Executa às vezes, de forma correta, a cambalhota à frente	Executa às vezes, de forma correta, a cambalhota à retaguarda	Executa às vezes, de forma correta, a roda	Executa às vezes, de forma correta, a ponte	Executa às vezes, de forma correta, o arão	Executa às vezes, de forma correta, a Corrida / Pré-chamada / Chamada e Recepção	Executa às vezes, de forma correta, o salto de eixo	Executa às vezes, de forma correta, o salto entre mãos	Executa às vezes, de forma correta, o salto em situação (vela)	3
	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	Executa muitas vezes, de forma correta, a cambalhota à frente	Executa muitas vezes, de forma correta, a cambalhota à retaguarda	Executa muitas vezes, de forma correta, a roda	Executa muitas vezes, de forma correta, a ponte	Executa muitas vezes, de forma correta, o arão	Executa muitas vezes, de forma correta, a Corrida / Pré-chamada / Chamada e Recepção	Executa muitas vezes, de forma correta, o salto de eixo	Executa muitas vezes, de forma correta, o salto entre mãos	Executa muitas vezes, de forma correta, o salto em situação (vela)	4
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	Executa sempre, de forma correta, a cambalhota à frente	Executa sempre, de forma correta, a cambalhota à retaguarda	Executa sempre, de forma correta, a roda	Executa sempre, de forma correta, a ponte	Executa sempre, de forma correta, o arão	Executa sempre, de forma correta, a Corrida / Pré-chamada / Chamada e Recepção	Executa sempre, de forma correta, o salto de eixo	Executa sempre, de forma correta, o salto entre mãos	Executa sempre, de forma correta, o salto em situação (vela)	5

9º Ano Turma 5

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva											3º Período						
Ano letivo 2022/2023																	
Futebol																	
Nome do aluno	1. Passa a bola a um colega desmarcado	2. Recepção controlada e enquadramento ofensivo	3. Desmarca-se oportunamente, criando linhas	4. Quando perde a posse da bola, assume de imediato uma atitude	5. Passe e recepção	6. Condição de bola	7. Remate	Média	1. Passa a bola a um colega desmarcado	2. Recebe a bola controlada e enquadra-se ofensivamente	3. Desmarca-se oportunamente, criando linhas de passe	4. Assume uma atitude defensiva após perda da posse da bola	5. Executa o passe e a recepção	6. Executa a condução de bola	7. Executa o remate		
	5	5	5	5	5	5	5	5	5	Não passa a bola a um colega desmarcado	Não recebe a bola, de forma correta, nem se enquadra ofensivamente	Não se desmarca oportunamente, criando linhas de passe	Não assume, uma atitude defensiva após perda da posse da bola	Não executa, de forma correta, o passe e a recepção	Não executa, de forma correta, a condução de bola	Não executa, de forma correta, o remate	2
	4	4	4	4	4	4	4	4	4	Passa, às vezes, a bola a um colega desmarcado	Recebe, às vezes, a bola de forma correta e enquadra-se ofensivamente	Desmarca-se, às vezes, criando linhas de passe	Assume, às vezes, uma atitude defensiva após perda da posse da bola	Executa, às vezes, de forma correta, o passe e a recepção	Executa às vezes, de forma correta, a condução de bola	Executa às vezes, de forma correta, o remate	3
	3	3	3	3	3	3	3	3	3	Passa, muitas vezes, a bola a um colega desmarcado	Recebe, muitas vezes, a bola de forma correta e enquadra-se ofensivamente	Desmarca-se, muitas vezes, criando linhas de passe	Assume, muitas vezes, uma atitude defensiva após perda da posse da bola	Executa muitas vezes, de forma correta, o passe e a recepção	Executa muitas vezes, de forma correta, a condução de bola	Executa muitas vezes, de forma correta, o remate	4
	2	2	2	2	2	2	2	2	2	Passa, sempre, a bola a um colega desmarcado	Recebe sempre, a bola de forma correta e enquadra-se ofensivamente	Desmarca-se sempre, criando linhas de passe	Assume sempre, uma atitude defensiva após perda da posse da bola	Executa sempre, de forma correta, o passe e a recepção	Executa sempre, de forma correta, a condução de bola	Executa sempre, de forma correta, o remate	5

9º Ano Turma 5

Apêndice 7 - Exemplo de Grelha de Avaliação Formativa

AVALIAÇÃO FORMATIVA

Nº	NOME	AUTONOMIA / EMPENHO / PARTICIPAÇÃO	COOPERAÇÃO / RESPEITO	RESPONSABILIDADE	DOMÍNIO PSICOMOTOR
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					

Legenda: MI – Muito Insuficiente; I – Insuficiente; S – Suficiente; B – Bom; MB – Muito Bom

Ação Científico-Pedagógica Individual

O Basebol e as suas potencialidades: uma abordagem alternativa no contexto escolar

Professor Estagiário: Wilson Nóbrega

Parte I: Componente Teórica – 16h20 às 16h35
Parte II: Componente Prática – 16h50 às 17h20

Contributo da Educação Física para o desenvolvimento de competências, o caso da Orientação

Professor Estagiário: Francisco Gouveia

Parte I: Componente Teórica – 16h35 às 16h50
Parte II: Componente Prática – 17h20 às 17h50

 **Faça aqui a sua inscrição**

08 DE MARÇO

16:20 ÀS 17:50

LOCAL: SALA DE GINÁSIO E POLIDESPORTIVO EXTERIOR



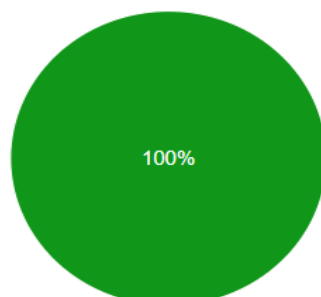
Secretaria Regional
de Educação, Ciência e Tecnologia



Apêndice 9 - Resultados do Questionário de satisfação da ACPI

Divulgação da Ação de Formação

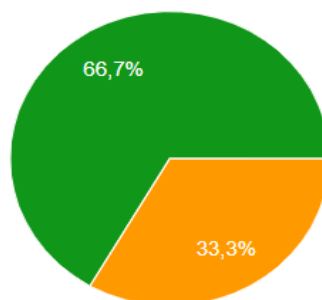
18 respostas



- 1 – Nada satisfeito(a)
- 2 – Satisfeito(a)
- 3 – Muito satisfeito(a)
- 4 – Totalmente satisfeito(a)

Pertinência do Tema da Ação

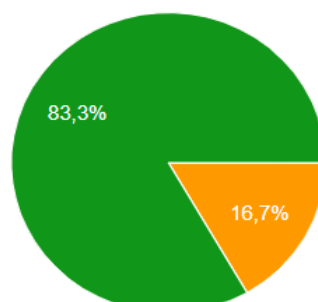
18 respostas



- 1 – Nada pertinente
- 2 – Pertinente
- 3 – Muito pertinente
- 4 – Totalmente pertinente

Estruturação e organização da Ação

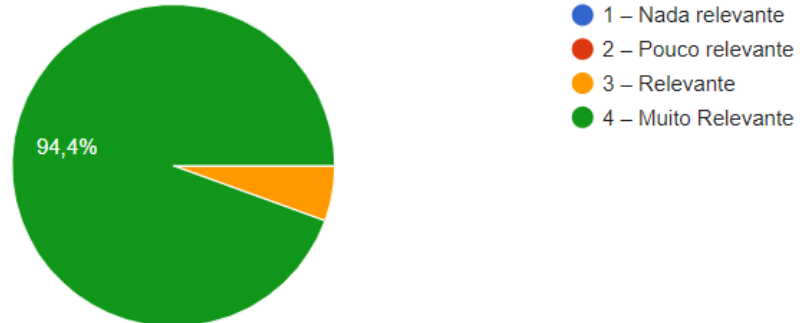
18 respostas



- 1 – Nada satisfeito(a)
- 2 – Satisfeito(a)
- 3 – Muito satisfeito(a)
- 4 – Totalmente satisfeito(a)

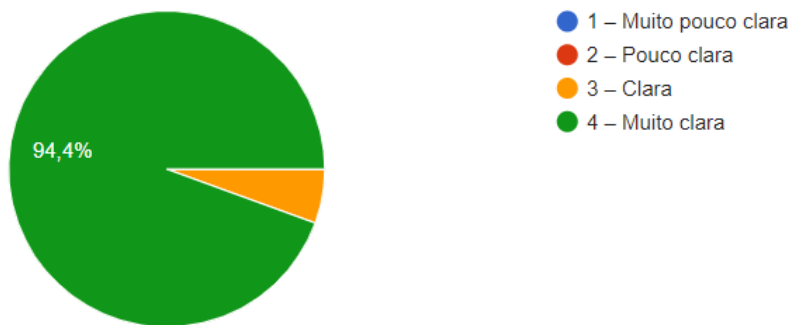
Pertinência dos conteúdos abordados na Ação

18 respostas



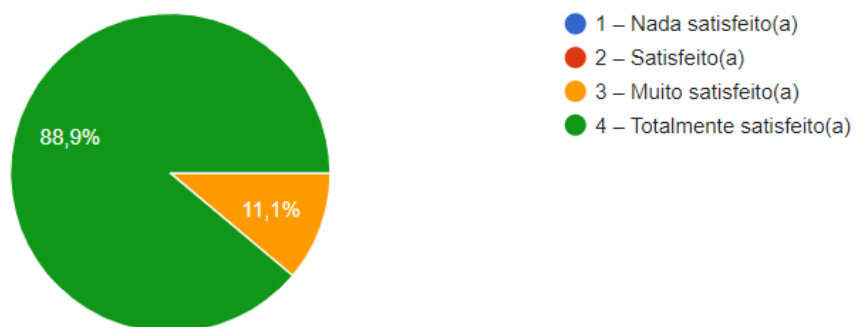
Clareza na apresentação dos conteúdos (instrução, linguagem)

18 respostas



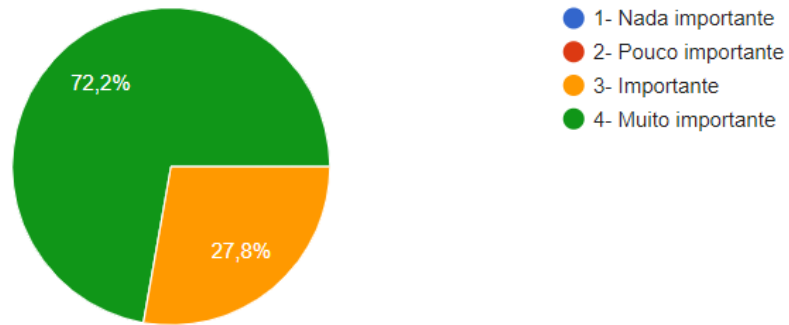
Grau de satisfação geral relativamente à Ação

18 respostas



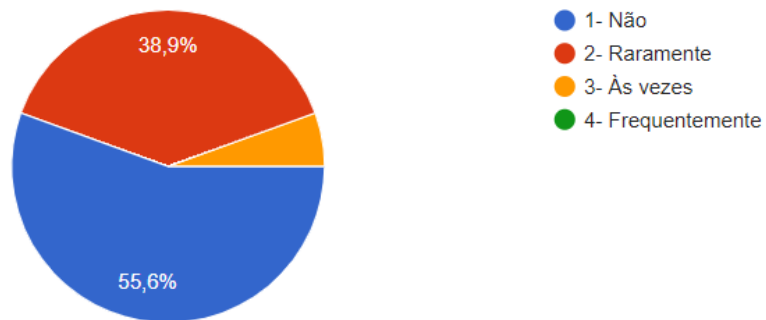
Potencial da Ação para as suas aulas futuras

18 respostas



Leciona esta matéria de ensino nas suas aulas de Educação Física?

18 respostas



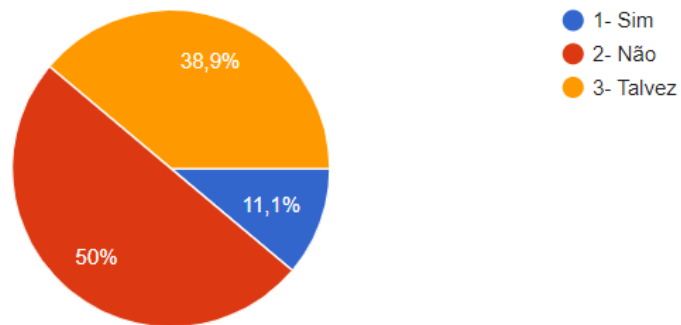
Se respondeu não, por que razão?

1 resposta

Por não estar a lecionar EF e por falta de conceitos na temática.

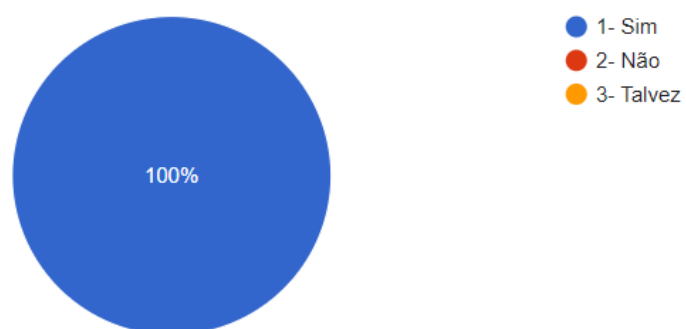
Considera que a falta de materiais específicos na escola pode ser um entrave à leção do Basebol nas aulas de Educação Física?

18 respostas



Considera que o documento disponibilizado com uma proposta metodológica de exercícios didático-pedagógicos pode auxiliá-lo na leção do Basebol nas suas aulas de Educação Física?

18 respostas



Apêndice 10 – Questionário aplicado aos alunos acerca da matéria de Ensino de Basebol

Questionário aplicado aos alunos da EBSAAS acerca da matéria de Ensino de Basebol

Este questionário surge no âmbito da Ação Científico-Pedagógica Individual intitulada "O Basebol e as suas potencialidades: uma abordagem alternativa no contexto escolar" e tem como objetivo constatar a tua opinião/perceção relativamente à matéria de ensino de Basebol.

Género

Masculino ___ Feminino ___

Idade ___ Ano de escolaridade ___

Alguma vez tinhas praticado Basebol?

Sim ___ Não ___

Em relação às tuas expectativas antes de teres experimentado Basebol, a tua experiência foi:

- 1- Muito pior do que eu pensava
- 2- Pior do que eu pensava
- 3- Dentro do que eu pensava
- 4- Melhor do que eu pensava
- 5- Muito melhor do que eu pensava

Qual o teu grau de satisfação relativamente à prática do Basebol?

- 1- Não gosto nada
- 2- Gosto pouco
- 3- É-me indiferente
- 4- Gosto
- 5- Gosto bastante

Sentes-te motivado para a prática do Basebol?

- 1- Muito Pouco
- 2- Pouco
- 3- Nem muito nem pouco
- 4- Muito
- 5- Muitíssimo

Despendes muito esforço para a prática do Basebol?

- 1- Discordo completamente
- 2- Discordo
- 3- Não discordo nem concordo
- 4- Concordo
- 5- Concordo plenamente

Sentes-te tenso/a enquanto praticas Basebol?

- 1- Discordo Totalmente
- 2- Discordo
- 3- Não discordo nem concordo
- 4- Concordo
- 5- Concordo Totalmente

A prática do Basebol é divertida?

- 1- Discordo Totalmente
- 2- Discordo
- 3- Não discordo nem concordo
- 4- Concordo
- 5- Concordo Totalmente

Empenhas-te muito enquanto praticas Basebol?

- 1- Discordo Totalmente
- 2- Discordo
- 3- Não discordo nem concordo
- 4- Concordo
- 5- Concordo Totalmente

O Basebol desperta a tua atenção?

- 1- Discordo Totalmente
- 2- Discordo
- 3- Não discordo nem concordo
- 4- Concordo
- 5- Concordo Totalmente

Gostarias que o Basebol fosse abordado nas tuas aulas de Educação Física?

- 1- Sim
- 2- Não
- 3- Talvez

Agradecemos desde já a sua participação!

Apêndice 11 - Poster da ACPI apresentado no Seminário de Desporto e Ciência 2023

O BASEBOL E AS SUAS POTENCIALIDADES: UMA ABORDAGEM ALTERNATIVA NO CONTEXTO ESCOLAR

Wilson Nóbrega^{1,2}, Adérito Nóbrega², Ricardo Alves²

¹ Departamento de Educação Física e Desporto, Faculdade de Ciências Sociais, Universidade da Madeira, ² Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

INTRODUÇÃO

As aulas de Educação Física devem influenciar positivamente os alunos na construção de uma educação formativa e socialmente ativa, promovendo cidadãos íntegros, participativos, autónomos e responsáveis (Bego & Anjos, 2020). Assim, deve ser concedida a oportunidade de estes experienciarem matérias de ensino alternativas procurando proporcionar, deste modo, aprendizagens significativas e maiores índices motivacionais para a prática de atividade física (Alves, Félix, Carvalho, & Correia, 2014). Neste contexto, o Basebol apresenta-se como uma modalidade alternativa dotada de potencialidades e um importante contributo para a Educação e socialização dos alunos, não apenas pelas suas especificidades, mas também pelo desenvolvimento de valências cognitivas, motoras, sócio afetivas e pela melhoria da condição física (Samento & Ferreira, 2002).

METODOLOGIA

A amostra foi constituída por 53 alunos (31 rapazes e 22 raparigas) do 3º ciclo e ensino secundário, com idades compreendidas entre os 14 e os 21 anos de idade. Após a lecionação do Basebol, numa aula de Educação Física, foi aplicado um inquérito por questionário a cada um dos alunos com o objetivo de constatar a opinião/perceção destes acerca da modalidade.

O BASEBOL NA ESCOLA E AS SUAS POTENCIALIDADES

Basebol

Incorporação da análise de aulas de Basebol nas aulas de Educação Física

Aprendizagem de habilidades

Regras

Dinâmicas de jogo

Enquadra-se no Modelo Taxonómico dos desportos coletivos

Deve-se privilegiar a distribuição do trabalho pelos vários elementos de um grupo

Influenciando o desempenho de funções específicas e o domínio da dinâmica de grupo.

(Almeida et al., (2008) (Queiroz & Queiroz, 2021)

APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS

Com este estudo constatou-se que 91% dos alunos inquiridos nunca tinha experienciado esta matéria de ensino nas suas aulas de Educação Física. Foi também possível optar que, depois da sua lecionação, a grande maioria dos alunos apresentou elevados índices de motivação e gosto pela prática do Basebol.

ADAPTAÇÃO E REUTILIZAÇÃO DOS RECURSOS

Ainda se verifica um residual número de professores que optam por lecionar o Basebol nas suas aulas de Educação Física. Embora as escolas nem sempre apresentem as condições ideais para determinadas práticas educativas, torna-se evidente a necessidade de ser criativo no aproveitamento dos espaços físicos e na utilização e construção de materiais didáticos alternativos, passíveis de serem reutilizados nas aulas de Educação Física (Félix, 2014).

Recursos Específicos	Recursos Adaptados
Campo de jogo / Situação de jogo • Adaptação da dimensão do campo de jogo • Criação de situações condicionadas de jogo • Fita de pintor / cones	
Taco de basebol • Tacos de esponja • Raquete de tênis • Bater a bola com a mão (bola de tênis/ bola de voleibol (misturando))	
Bolas • Bolas de voleibol (misturando) - no sentido de facilitar o seu contacto com a bola e o trabalho dos defesas na sua recepção. • Arco (zona do lançador)	
Zona de strike • Alvo na parede/ Caixa de cartão para facilitar a identificação da zona de strike	
Conjunto de bases • Tapetes em forma de quadrado • Cones	
Lavas • Simuladores de grande desporto. • Agarrar a bola com as próprias mãos	

Tabela 1: Adaptação e reutilização dos recursos

Qual o teu grau de satisfação relativamente à prática do Basebol?

Sentes-te motivado para a prática do Basebol?

O Basebol desperta a tua atenção?

A prática do Basebol é divertida?

Gostaria que o Basebol fosse abordado nas tuas aulas de Educação Física?

DISCUSSÃO DE RESULTADOS

83% afirma "gostar" e "gostar muito" da prática do Basebol; 64% afirma sente-se "muito" e "muitíssimo" motivado para a prática do Basebol; 77% afirma que o Basebol desperta a sua atenção; 94% afirma que a prática do Basebol é divertida. Além disso, 96% dos alunos refere que gostaria que o Basebol fosse abordado nas aulas de Educação Física.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar do seu potencial educativo, verifica-se que esta matéria de ensino é, para muitos, uma modalidade desconhecida e apresenta-se desvinculada da maioria dos estabelecimentos de ensino. Dada a sua pertinência, os professores devem equacionar a sua lecionação nas suas aulas, procurando adequar estratégias e ferramentas pedagógicas, contribuindo para uma maior diversificação de competências adquiridas pelos alunos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Almeida, A., Almeida, R. A., Almeida, A., & Almeida, A. (2008). Modelos de ensino por descoberta e aprendizagem cooperativa. *Revista de Educação*, 108(10), 10-15.

Almeida, A., Almeida, R. A., Almeida, A., Almeida, A., Almeida, R. (2008). A aprendizagem por descoberta e a aprendizagem cooperativa. *Revista de Educação*, 108(10), 10-15.

Bego, M. & Anjos, J. (2020). O impacto da aprendizagem por descoberta na motivação dos alunos. *Revista de Educação*, 110(1), 10-15.

Félix, J. (2014). *Basebol: uma modalidade desportiva para a escola*. Universidade da Madeira. (Trabalho de licenciatura)

Queiroz, R. & Queiroz, P. (2021). O ensino por descoberta na aprendizagem por descoberta: uma prática pedagógica que promove a aprendizagem. *Revista de Educação*, 110(1), 10-15.

Samento, M. & Ferreira, J. (2002). *Basebol: uma modalidade desportiva para a escola*. Universidade da Madeira. (Trabalho de licenciatura)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar do seu potencial educativo, verifica-se que esta matéria de ensino é, para muitos, uma modalidade desconhecida e apresenta-se desvinculada da maioria dos estabelecimentos de ensino. Dada a sua pertinência, os professores devem equacionar a sua lecionação nas suas aulas, procurando adequar estratégias e ferramentas pedagógicas, contribuindo para uma maior diversificação de competências adquiridas pelos alunos.

Festa de encerramento 2º Período – XI FESTIVAL DA LEVADA



Cartaz informativo para o XI Festival de Desporto da Levada. O cartaz apresenta o título principal em um fundo amarelo, uma faixa de imagens de atividades desportivas, uma lista de atividades em ovais, e informações sobre a data, hora e local do evento. Também inclui contactos para mais informações e o nome da organização.

XI FESTIVAL DE DESPORTO DA LEVADA

ATIVIDADES

- JOGOS TRADICIONAIS
- DESPORTOS DE COMBATE
- DISC GOLF
- BTT
- DESPORTOS RADICAIS
- BOWLING
- BODYCOMBAT
- ORIENTAÇÃO

QUINTA-FEIRA
30 MARÇO
DAS 08H00 ÀS 13H30

PARA MAIS INFORMAÇÕES:
Email: franciscoomvgouveia@ebsaas.com
Telemóvel: 927067337

CONTAMOS COM A TUA PARTICIPAÇÃO!!

ORGANIZAÇÃO: NÚCLEOS DE ESTÁGIO E GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

INSTALAÇÕES EBSAAS

Introdução

A exemplo de anos anteriores a Festa de Encerramento do 2º Período, denominada “*Festival da Levada*” irá ser desenvolvida nos mesmos moldes, com exceção de algumas alterações pontuais a nível das modalidades proporcionadas aos alunos. Numa descrição sucinta, poderemos dizer que desenvolver-se-ão algumas atividades de carácter lúdico-desportivo e outras mais recreativas.

A primeira fase diz respeito ao desenrolar de vários jogos (jogos tradicionais ou infantis, gincanas) disponíveis em vários campos e cuja forma de organização e execução estão descritas nas páginas seguintes; enquanto a segunda fase acumula as atividades anteriormente mencionadas com a introdução do Slackline e da Esgrima.

Atendendo ao elevado número de turmas (32) e alunos envolvidos agradecemos a colaboração de todos os docentes de forma que tudo possa decorrer da melhor forma possível.

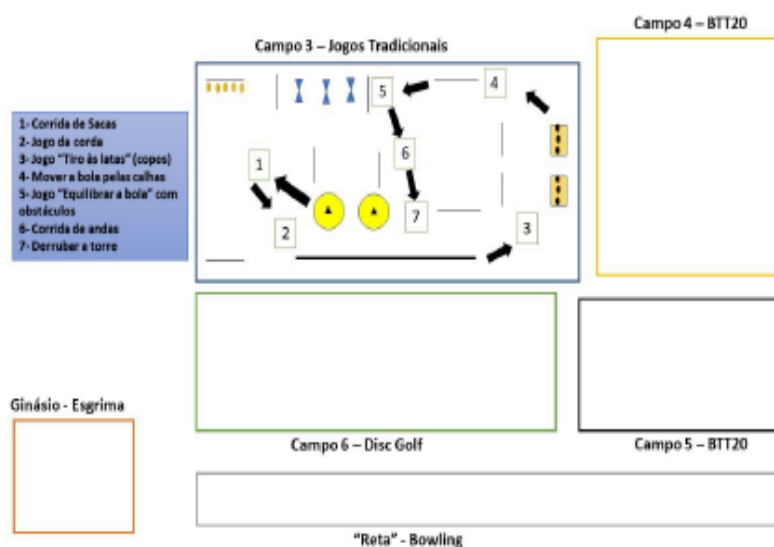
Organização das atividades

De forma a facilitar o desenrolar das atividades e evitar dificuldades de organização, para cada atividade foram atribuídos espaços próprios, sendo a circulação das turmas feita sempre apenas sobre uma atividade ou entre duas atividades distintas (ex: BTT20 e Jogos tradicionais). O tempo de permanência em cada um dos referidos espaços, será respetivamente 50 e 25 minutos, sendo que após os 50 minutos haverá um sinal sonoro para alertar a mudança de atividade ou término desta.

Os espaços serão distribuídos da seguinte forma:

- a. Campo 3 –Jogos Tradicionais
- b. Campo 4 – BTT26
- c. Campo 5 – BTT20
- d. Campo 6 – Disc golf
- e. Ginásio – Esgrima
- f. “Reta” – Bowling
- g. Espaço escolar – Orientação

h. Espaço escolar – Rappel e Slackline



Descrição das Atividades

1. Jogos Tradicionais

- i. **Jogo "Tiro às latas" (copos):** O aluno tenta derrubar com uma bola as latas/copos empilhados em cima da mesa disposta à sua frente, estando o aluno atrás de uma linha. Tem 2 tentativas. Para pontuação, cada lata derrubada vale 1 ponto. As turmas podem ser divididas em dois grupos.

MATERIAL: 2 mesas, 18 copos, 4 bolas.

- ii. **Jogo da corda:** São formadas equipas. Cada equipa deverá puxar a corda de forma que um colete verde que está atado no seu meio, passe uma determinada linha.

MATERIAL: 1 corda, 1 colete verde

- iii. **Jogo "Equilibrar a bola" com obstáculos:** Os alunos aos pares, vão procurar equilibrar uma bola na zona da cintura que deverá entre os dois e esta não poderá cair. Os alunos podem estar de costas, de frente ou lado a lado.

MATERIAL: 1 bola

- iv. **Derrubar a torre:** Os alunos colocam uma meia liga à volta da cabeça (como se fosse uma touca) e dentro desta haverá uma bola de ténis, sendo que o objetivo deste jogo passa pelos alunos derrubarem o objeto colocado à sua frente utilizando apenas balanços com a cabeça, fazendo assim com que a bola se movimente sucessivamente.

MATERIAL: 2 meias ligas com uma bola de ténis dentro, 2 latas ou garrafas

- v. **Corrida de sacas:** Os alunos fazem uma competição entre si para ver quem chega primeiro à meta que o colega, para isso os alunos devem colocar-se dentro de uma saca de serrapilheira. Pode-se realizar em estafetas também.

MATERIAL: 6 sacas de serrapilheira.

- vi. **Corrida de andas:** Os alunos fazem uma competição para ver quem chega primeiro à meta que o colega, para isso os alunos devem andar em cima de andas. Pode-se realizar em estafetas também.

MATERIAL: 7 pares de andas

- vii. **Mover a bola pelas calhas:** Os alunos em pares ou triplas deverão passar a bola de ténis de mesa, de calha em calha, sem a deixar cair até à linha de meta.

MATERIAL: 5 calhas

2. Gincanas de BTT

- i. **BTT20:** O aluno com uma bicicleta realiza o percurso organizado em forma de gincana. O aluno só poderá realizar o percurso se tiver o capacete colocado, e tiver capacidade para se equilibrar na bicicleta sem auxílio do professor; os alunos com dificuldades, deverão ser auxiliados pelo professor que deverá ajudar estes a se equilibrarem. As bicicletas a usar são as de roda 20 (mais pequenas).
- ii. **BTT26:** O mesmo que anteriormente, só que com bicicletas roda 26 (maiores).
3. **Bowling:** O aluno tenta derrubar com uma bola as latas que estão dispostas à sua frente (em forma de triângulo); estando o aluno atrás de uma linha. Terá dois lançamentos; se derrubar as latas todas de uma vez, faz strike e ganha 15 pontos, senão

derrubar todas de uma vez e conseguir fazê-lo na segunda tentativa faz 10 pontos. Se eventualmente não derrubar as latas todas, nas duas tentativas contamos 1 ponto por cada lata caída. Deverão estar os bancos suecos a separar as duas pistas.

MATERIAL: 10 garrafas, 2/3 bancos suecos, 2 bolas.

4. **Orientação:** Os alunos formam duplas, triplas ou grupos de quatro, cada equipa deverá ter um telemóvel com a aplicação iOrienteering instalada. É criado um percurso e colocados vários postos de controlo (PC) pelos diversos espaços envolventes aos campos exteriores e restante escola. Os alunos devem efetuar o percurso pela ordem dos números que aparecem na aplicação (ex: Start-5-4-3-9-8-10-2-6-1-7-Finish).

MATERIAL: Smartphone com App iOrienteering instalada

5. **Esgrima:** Os alunos vão realizar alguns gestos técnicos associados à esgrima, utilizando capacete e o florete.

MATERIAL: Será disponibilizado pelo professor responsável.

6. **Rappel e Slackline:** Será montado uma descida em rappel

MATERIAL: Será disponibilizado pelo técnico responsável.

7. **Disc Golf:** Será montado um percurso de Disc Golf onde os alunos, vão procurar chegar ao último objetivo, primeiro que os seus colegas utilizando o menor número de lançamentos possível.

MATERIAL: 4 cordas, 4 arcos, cones, 12 frisbees.

INTERVALO – Coffee Break					
11:50 – 12:40	682			Campo 3	Jogos Tradicionais
	687			Campo 5	BTT20
	7910			Escola toda	Orientação 2
	996			Ginásio	ESGRIMA/Bowling
	1084 CPD			Campo 4	BTT26
	1195 CPD			Campo 6	Disc Golf
	1291			Bar Alunos	Slackline
12:40 -13:30	583			Campo 3	Jogos Tradicionais
	685			Campo 5	BTT20
	784			Ginásio	ESGRIMA/Jogo da corda
	788			Campo 6 + Reta	Disc Golf + Bowling
	992			Bar Alunos	Slackline
	1291			Campo 4	BTT26

Observações:

1. Instalação “Reta” – espaço em frente ao campo 6, que vai desde o pavilhão até campo 5.
2. Campo 3 – Dedicado aos jogos tradicionais.
3. Na orientação haverá 2 mapas (iniciante e avançado) com diferentes percursos.
4. As turmas de Cursos Profissionais de Desporto que estejam destacadas a amarelo, terão a função de colaborar e auxiliar na realização das atividades, no referido horário.
5. BTT20 – roda20” (Bicicletas pequenas), BTT26 – roda26” (Bicicletas maiores).
6. Cada professor responsável pela turma deverá acompanhá-la durante toda a atividade.
7. Nos intervalos-coffee break, não haverá atividades pois estas pausas serão utilizadas para os convidados lancharem.

Atividade	Responsável	Contacto
Jogos Tradicionais		
BTT		
Egrima/Bowling		
Disc Golf		
Orientação		
Rappel / Slackline		

*Em caso de algum aluno se magoar, ligar para o Prof. Estagiário [] que andarà com o kit de primeiros socorros.

XI Festival da Levada					
Percurso - Orientação 1					
Dorsal	Duplas	Turma	Percurso 1	Percurso 2	Percurso 3
1					
2		799	00:02:14.0	00:03:56.0	00:02:18.0
3		799	00:03:09.0	00:05:41.0	00:03:54.0
4		799	00:02:43.0	00:05:00.0	00:03:17.0
5		799	00:02:38.0	00:02:53.0	00:07:04.0
6		799	00:03:50.0	00:03:46.0	00:02:56.0
7		799	00:04:49.0	00:06:07.0	00:03:47.0
8		994	00:04:18.0	00:02:50.0	00:02:46.0
9		994	00:06:15.0	00:07:54.0	00:05:57.0
10		994	00:05:25.0	00:05:02.0	00:03:24.0
11		994	00:03:39.0	00:05:27.0	00:08:02.0
12		994	00:03:58.0	00:08:01.0	00:04:10.0
13		7910	00:06:48.0	00:05:19.0	00:04:48.0
14		7910	00:12:05.0	00:12:28.24	
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 1	
1º				
2º				
3º				

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 2	
1º				
2º				
3º				

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 3	
1º				
2º				
3º				

XI Festival da Levada					
Percurso - Orientação 2					
Dorsal	Duplas	Turma	Percurso 1	Percurso 2	Percurso 3
1					
2		1196	00:10:59.0	00:12:06.0	00:09:55.0
3		1196	00:12:23.0		
4		1196		00:11:18.0	
5		7910	00:05:23.0	00:09:33.0	00:07:53.0
6		7910	00:12:22.0	00:07:25.0	00:12:26.0
7		7910	00:07:37.0	00:11:37.0	00:10:00.0
8		7910	00:12:22.34		00:15:40.0
9		7910		00:17:26.0	00:14:26.0
10		798	00:05:51.0	00:07:26.0	00:09:19.0
11		798	00:08:22.0	00:10:44.0	00:10:30.0
12		798			00:15:38.0
13		798	00:17:18.0		
14		798	00:24:29.0		
15					
16					
17					
18					

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 1	
1º				
2º				
3º				

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 2	
1º				
2º				
3º				

Estatísticas Individuais dos Alunos				
Pódio	Alunos	Turma	Percurso 3	
1º				
2º				
3º				

13. Anexos

Anexo 1 - Grelha de Avaliação Sumativa

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva
Ano letivo 2022/2023
Grelha de Avaliação de Disciplina Educação Física
9º Ano Turma 5

Adérito Nóbrega

Nº	Nome do aluno	Domínio Atitudinal: 25%								Domínio Cognitivo/Psicomotor: 75%						Nota 3º Período				Nota Ano letivo										
		Responsabilidade		Empenho / participação / autonomia		Respeito / coopera		Média Ponderada do Domínio Atitudinal		Teste / Trabalho de Grupo / Outros: 15%		Domínio Psicomotor: 60%				Nota calculada	Nota arredondada	Nível	Auto avaliação	Nota Final	Nota 1º Período	Nota 2º Período	Nota 3º Período	Nota final calculada	Nota Final					
		Realização de tarefas (inclui Material)	Empenho	Participação	Autonomia	Respeito	Cooperação	1.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	2.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	Média Ponderada do Domínio Cognitivo	3.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	4.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	5.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	6.º Teste / Trab. de Grupo / Outros	Média Ponderada do Domínio Psicomotor															
		2%	2%	2%	3%	2%	2%	8%	4%	25%	15,0%	15,0%	50,0%	10,0%	60,0%	100,0%	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%										
1		100	100	100	95	95	100	100	99,0	82,0				82,0	92,3	94,0			92,6	92,60	93	5	5	5	90,0	92,6	92,6	91,7	5	
2		100	90	95	80	80	80	100	90	91,6	99,0				99,0	81,5	50,0			76,3	83,50	84	4	4	4	84,8	83,1	83,5	83,8	4
3		100	80	95	80	80	80	100	90	90,8	93,0				93,0	76,3	50,0			71,9	79,80	80	4	4	4	78,7	77,5	79,8	78,7	4
4		100	80	100	80	80	80	100	90	91,2	80,0				80,0	73,9	50,0			69,9	76,75	77	4	4	4	72,1	76,7	76,8	75,2	4
5		95	80	90	75	75	75	100	90	88,6	64,0				64,0	70,8	57,0			68,5	72,85	73	4	4	4	75,5	72,0	72,9	73,5	4
6		100	75	90	75	75	70	100	90	88,2	89,0				89,0	67,1	50,0			64,3	73,95	74	4	4	4	72,5	66,5	74,0	71,0	4
7		100	90	100	90	90	90	100	95	95,6	82,0				82,0	83,3	82,0			83,1	86,05	86	4	5	4	85,2	86,4	86,1	85,9	4
8		100	80	100	80	80	75	100	95	91,6	85,0				85,0	73,3	50,0			69,4	77,00	77	4	4	4	74,7	76,7	77,0	76,1	4
9		95	70	90	70	75	70	90	80	82,0	74,0				74,0	59,3	50,0			57,8	66,25	66	3	4	3	63,9	65,8	66,3	65,3	3
10		100	90	100	90	90	90	100	100	96,4	99,0				99,0	79,7	72,0			78,4	86,00	86	4	4	4	85,8	85,4	86,0	85,7	4
11		100	75	90	70	70	65	100	80	85,2	71,0				71,0	55,1	50,0			54,3	64,50	65	3	3	3	65,2	63,5	64,5	64,4	3
12		100	75	90	70	70	65	100	80	85,2	68,0				68,0	58,5	50,0			57,1	65,75	66	3	4	3	69,6	65,6	65,8	67,0	3
13		100	85	100	80	80	75	95	85	88,8	82,0				82,0	76,5	71,0			75,6	79,85	80	4	5	4	77,4	77,5	79,9	78,2	4
14		100	85	100	80	85	80	100	90	92,0	89,0				89,0	82,8	83,0			82,8	86,05	86	4	5	4	77,9	81,8	86,1	81,9	4
15		100	75	100	75	75	70	100	85	88,2	76,0				76,0	70,4	50,0			67,0	73,65	74	4	4	4	70,7	72,5	73,7	72,3	4
16		100	90	100	90	90	90	100	95	95,6	75,0				75,0	92,0	94,0			92,3	90,55	91	5	5	5	90,3	91,5	90,6	90,8	5
17		95	75	80	70	75	70	90	75	80,8	63,0				63,0	62,6	50,0			60,5	65,95	66	3	3	3	57,0	64,4	66,0	62,5	3
18		100	80	100	70	75	65	100	85	87,6	74,0				74,0	56,3	50,0			55,3	66,15	66	3	4	3	66,0	66,3	66,2	66,2	3
19		95	85	85	85	80	90	100	90	91,4	64,0				64,0	76,5	70,0			75,4	77,70	78	4	5	4	84,3	77,8	77,7	79,9	4
20		100	90	95	90	90	85	100	95	94,8	80,0				80,0	91,8	83,0			90,5	89,90	90	5	4	5	81,3	89,6	89,9	86,9	5
21		100	85	100	80	80	80	95	85	89,2	82,0				82,0	80,9	88,0			82,1	83,85	84	4	5	4	81,2	81,8	83,9	82,3	4
22		100	85	100	85	90	85	100	90	93,4	93,0				93,0	82,7	50,0			77,3	83,65	84	4	4	4	82,8	81,3	83,7	82,6	4
23		100	75	85	70	70	70	95	85	84,4	69,0				69,0	58,8	50,0			57,3	65,85	66	3	4	3	65,2	66,1	65,9	65,7	3
24		100	90	100	80	85	80	95	90	90,8	75,0				75,0	77,3	74,0			76,8	80,00	80	4	5	4	78,6	79,9	80,0	79,5	4

Anexo 2 - Grelha de Observação e Assistência às aulas

INSTRUMENTO DE OBSERVAÇÃO PARA ASSISTÊNCIA ÀS AULAS			
Observador: Wilson Nóbrega		Observado: Professor A	Ano e Turma: 6º3
Matéria: Basquetebol		Data: 03/10/22	Hora: 09h55-10h45
Funções de Ensino	Critérios	Av. (1 a 10)	Observações
Apresentação do conteúdo	Explicação aos alunos dos objetivos e tarefas da aula.	8	Breve explicação dos objetivos, através de uma linguagem simples e adequada. Alguns alunos “agitados” a evidenciar conversas paralelas aquando do seu discurso.
	Informação clara e objetiva.	8	
	Equaciona a sua colocação em relação à turma.	9	
	Mantem os alunos focados no seu discurso.	7	
	Realiza balanço final da aula.	7	
Organização	Atividades adequadas ao nível da turma.	8	Atividades adequadas ao nível da turma. Realização de jogos lúdicos com ocupação racional do espaço. Elevado tempo de empenhamento motor dos alunos.
	Tempo útil de aula maximizado.	9	
	Utiliza o espaço de forma racional.	8	
	Utiliza uma posição ideal à comunicação e observação.	7	
Feedback	Circula de modo a controlar a aula.	7	Circula apenas à periferia. Observa atentamente os alunos, concedendo feedbacks positivos e descritivos. Resolve adequadamente os comportamentos desviantes, repreende e, caso necessário, permuta os alunos entre si.
	Privilegia os feedbacks positivos e interrogativos	8	
	Utiliza feedbacks específicos, permitindo o aluno resolver problemas	7	
	Resolve adequadamente comportamento desviantes	8	
Afetividade	Procura criar um clima positivo com os alunos	8	Relação de proximidade com os alunos, procurando manter um clima positivo e uma boa disposição entre todos os intervenientes.
	Conhece e trata os alunos pelo nome	9	
	Procura interagir igualmente com todos os alunos	7	
Observação silenciosa	Observa todos os alunos e intervém de forma pertinente	8	Ao longo de toda a aula apresenta-se muito observador e intervém para proceder a ajustes ou correções momentâneas no decorrer da atividade.
	Reajusta a intervenção em função das necessidades dos alunos.	8	

Anexo 3 - Cartaz de Divulgação e Programa da ACPC

UNIVERSIDADE da MADEIRA

CDA CENTRO DE DESENVOLVIMENTO ACADÉMICO

A EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALÉM DO ÓBVIO

AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA

8 CONFERÊNCIAS

6 MÓDULOS

4 DE FEVEREIRO | 9H - 18H
11 DE FEVEREIRO | 9H - 18H
SALA DO SENADO

15H DE FORMAÇÃO VALIDADA PELA DRE

CONFERENCISTAS CONVIDADOS

Francisco Carreiro da Costa Lusófona	Luis Carvalhinho IPS	Alda Portugal UMA
Nuno Ferro SPEF	António Pires ESFF	Patrícia Jorge AESR

Para mais informações:
918 966 147
Mário Ferreira
<https://tinyurl.com/3ywhjk43>

Grupos de Recrutamento
160 | 260 | 620





4 FEVEREIRO

PROGRAMA

08:30 | Creditação/Secretariado

9h00 | Cerimónia de Abertura

9h30 | Conferência I
Literacia Física-História, Bases Filosóficas e Pedagógicas - Francisco Carreira da Costa (Lusófona).

10h10 | Debate

10h30 | Intervalo

11h00 | Módulo 1
Moderador: Hélio Antunes (UMa)

A Educação Física para além dos muros da Escola: potencialidades e constrangimentos - Leonor Abreu e Soraia Rodrigues (EBSAAS).

11h30 | Conferência II
Desporto da Natureza: Desafios para uma Intervenção de Sucesso - Luís Carvalhinho (IPS).

12h00 | Debate

12h30 | Almoço

14h00 | Conferência III

Os Desafios da Educação: A Promoção do Sucesso numa Escola Plural - António Pires (ESFF).

14h30 | Módulo 2
Moderador: Hélder Lopes (UMa)

A Educação Física e as Atividades de Complemento Curricular - Potencialidades e Desafios - Mário Ferreira (ESFF)

14h50 | Debate

15h10 | Módulo 3
Moderador: Ana Rodrigues (UMa)

Utilização das Novas Tecnologias na Abordagem de Orientação na Escola- César Bento e Luís Faria (ESGZ).

15h40 | Intervalo

16h10 | Conferência IV
O Potencial da Orientação- Propostas Teórico-Práticas para o seu desenvolvimento nas Escolas- António Pereira (UMa).

16h40 | Utilização das Novas Tecnologias na Abordagem de Orientação na Escola - Componente Prática

17h30 | Debate

17h45 | Síntese do 1.º dia

18h00 | Encerramento da Ação



11 FEVEREIRO

PROGRAMA

08h30 | Creditação/Secretariado

9h00 | Conferência V
Partilhamos o Óbvio da Educação? Física- Nuno Ferro (SPEF)

9h40 | Debate

10h00 | Módulo 4
Moderador: Élvio Rúbio (UMa)

A Arbitragem como Instrumento de Formação dos Alunos nas Aulas de Educação Física - Henrique Caldeira e Pedro Luz (EBBC)

10h30 | Intervalo

11h00 | Painel de Conferências - Características Psicológicas da Excelência na Arbitragem - Pedro Teques (AAM)

Desenvolvimento de competências básicas num árbitro de futebol - O papel de EF e do DE - Elmano Santos (SERCT)

Arbitragem - Marco Rebelo (ESJM)

12h00 | Conferência VI
A pedra-de-toque da relação pais-filhos - Alda Portugal (UMa)

12h30 | Debate

13h00 | Almoço

14h30 | Conferência VII
Inovação Pedagógica e Apoio Laboratorial na Educação Física Helder Lopes (UMa)

15h00 | Módulo 5
Moderador: Ricardo Alves (UMa)

Alunos Dispensados da Aula de Educação Física: que alternativas? - Francisco Gouveia e Wilson Nóbrega (EBSAAS).

15h30 | Debate

15h50 | Intervalo

16h20 | Módulo 6
Moderador: Ana Luisa Correia (UMa)

Trabalho de Flexibilidade e Força na Educação Física - Operacionalização e Otimização - Francisco Correia e Pedro Pontes (ESJM).

16h50 | Conferência VIII

A importância da Flexibilidade/Mobilidade no desenvolvimento de Crianças e Jovens - Patrícia Jorge (AESR).

17h30 | Debate

17h50 | Síntese do 2.º dia

18h00 | Encerramento da Ação