

Relatório do Estágio de Educação Física Realizado na Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Sulamita Raquel Fernandes Barreto Neves

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade

www.uma.pt

novembro | 2018

**Relatório do Estágio de Educação Física
Realizado na Escola Básica e Secundária
Gonçalves Zarco**

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Sulamita Raquel Fernandes Barreto Neves

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

ORIENTADOR
Ana José Aguiar Rodrigues

AGRADECIMENTOS

Este sonho, só foi possível com a ajuda de muitas pessoas que passaram por mim nestes anos de grande transformação. Acredito que muitas dessas pessoas nem se aperceberam em como estavam a me ajudar, porque por vezes nem eram necessárias palavras, bastava um olhar para recuperar as forças. Por isso, não posso deixar de dedicar as primeiras folhas deste documento a todas essas pessoas.

Em primeiro lugar, quero agradecer a uma pessoa única e muito especial, que tornou possível ser a pessoa que sou hoje, a minha querida mãe. A minha melhor amiga que sempre esteve do meu lado nos momentos bons e menos bons. Obrigada a ti, por tudo o que és e fazes me ser.

Aos meus filhos, Tomás e Ana, por darem aquele abraço único nos momentos mais difíceis que servia de alavanca para continuar a lutar pelos meus sonhos.

À minha querida irmã, Décia, que sempre esteve presente e que sempre me apoiou, em qualquer que fosse a minha decisão, depositando em mim toda a confiança do mundo.

Ao pai dos meus filhos, Alexandre, que sempre me motivou apesar das minhas incertezas durante este percurso académico moroso e desgastante. Um fiel companheiro que cuidou dos nossos filhos durante horas incessantes, enquanto a mãe dedicava-se aos estudos.

A todos os professores, sem exceção, da Licenciatura e Mestrado da Universidade da Madeira, da área de Educação Física e Desporto, todos aqueles que passaram por mim neste percurso académico, um muito obrigada.

À professora Ana Rodrigues e ao professor João José Carvalho que me acompanharam nesta reta final, auxiliando nas mais diversas áreas e sempre com uma disponibilidade imediata para ajudar. Grata por tudo.

Aos meus colegas de turma de mestrado, sempre disponíveis, e com uma alegria contagiante, que omitia o cenário da sala de aula, fazendo-me sentir integrada no grupo.

E por fim, aos meus queridos alunos que me aceitaram de bom grado e me fizeram crescer e acreditar que a decisão e o sonho escolhido foram uma excelente aposta para o meu futuro profissional.

Resumo

O documento que apresentamos visa analisar, discutir e refletir sobre todas as atividades desenvolvidas, no âmbito do estágio pedagógico, realizado na Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco, no ano letivo 2017/2018, anexo ao Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade da Madeira.

Este relatório de estágio, além de ser uma narrativa de uma experiência única, vivida pela estagiária, apresenta um diagnóstico da sala de aula investigada, o que poderá servir de base para outros docentes, quer estejam no início da sua carreira, ou não. Um processo exigente e moroso, que proporcionou momentos de reflexão constantes, na promissora carreira docente.

Inserido neste documento encontramos a prática letiva, parte mais extensa do estágio pedagógico, a assistência às aulas e suas competências associadas, abarcando uma panóplia de estratégias diversificadas e modelos de ensino aplicados. Como complementos curriculares, encontramos as atividades de natureza científico-pedagógica, a atividade de extensão curricular e a ação de intervenção na comunidade escolar.

Acreditamos ter contribuído para uma educação crítica e emancipatória, onde o aluno constrói o saber e faz uma leitura crítica das informações que retém. Criando, na escola, um ambiente de indagações e transformações em detrimento de um ambiente de respostas.

Palavras-chave: Educação Física, ensino-aprendizagem, estágio pedagógico, docente, reflexão.

Abstract

The document we present aims at analyzing, discussing and reflecting on all the activities carried out, within the scope of the pedagogical stage, carried out at the Gonçalves Zarco Primary and Secondary School, in the 2017/2018 school year, attached to the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary, accredited by the University of Madeira.

This internship report, besides being a narrative of a unique experience, lived by the trainee, presents a diagnosis of the classroom investigated, which could serve as a basis for other teachers, whether they are early in their career or not. A demanding and time-consuming process, which provided constant moments of reflection, in the promising teaching career.

Inserted in this document we find the learner practice, the more extensive part of the pedagogic stage, the attendance to classes and their associated competences, encompassing a panoply of diversified strategies and applied teaching models. As curricular complements, we find the activities of a scientific-pedagogical nature, the activity of curricular extension and the action of intervention in the school community.

We believe we have contributed to a critical and emancipatory education, where the student constructs the knowledge and makes a critical reading of the information that retains. Creating in the school an environment of questions and transformations to the detriment of an environment of answers.

Key words: Physical Education, teaching-learning, pedagogical internship, teacher, reflection.

Resumée

Le document que nous présentons a pour objectif d'analyser, de débattre et de réfléchir sur toutes les activités menées, dans le cadre de la phase pédagogique, à l'école primaire et secondaire Gonçalves Zarco, au cours de l'année scolaire 2017/2018, annexées au Master en enseignement de l'éducation physique de base et en éducation de base. Secondaire, accrédité par l'Université de Madère.

Ce rapport de stage, en plus de raconter une expérience unique vécue par le stagiaire, présente un diagnostic de la classe étudiée, qui pourrait servir de base à d'autres enseignants, qu'ils soient au début de leur carrière ou non. Un processus long et exigeant, qui a fourni des moments de réflexion constants dans la carrière d'enseignant prometteuse.

Inscrit dans ce document, nous trouvons la pratique de l'apprenant, la partie la plus étendue de l'étape pédagogique, l'assiduité aux cours et les compétences associées, englobant une panoplie de stratégies diversifiées et de modèles d'enseignement appliqués. En complément des programmes, nous trouvons les activités de nature scientifique et pédagogique, les activités d'extension des programmes et les interventions d'intervention dans la communauté scolaire.

Nous pensons avoir contribué à une éducation critique et émancipatrice, dans laquelle l'élève construit ses connaissances et fait une lecture critique des informations qu'il retient. Créer dans l'école un environnement de questions et de transformations au détriment d'un environnement de réponses.

Mots-clés: éducation physique, enseignement-apprentissage, étape pédagogique, enseignant, réflexion

Resumen

El documento que presentamos pretende analizar, discutir y reflexionar sobre todas las actividades desarrolladas, en el ámbito del estadio pedagógico, realizado en la Escuela Básica y Secundaria Gonçalves Zarco, en el año escolar 2017/2018, anexo al Máster en Enseñanza de Educación Física en las Enseñanzas Básicas Secundario, acreditado por la Universidad de Madeira.

Este informe de prácticas, además de ser una narrativa de una experiencia única, vivida por la pasante, presenta un diagnóstico del aula investigada, lo que podrá servir de base para otros docentes, ya estén al inicio de su carrera, o no. Un proceso exigente y moroso, que proporcionó momentos de reflexión constantes, en la prometedora carrera docente.

En este documento encontramos la práctica lectiva, parte más extensa del estadio pedagógico, la asistencia a las clases y sus competencias asociadas, abarcando una gama de estrategias diversificadas y modelos de enseñanza aplicados. Como complementos curriculares, encontramos las actividades de naturaleza científico-pedagógica, la actividad de extensión curricular y la acción de intervención en la comunidad escolar.

Creemos haber contribuido a una educación crítica y emancipatoria, donde el alumno construye el saber y hace una lectura crítica de las informaciones que retiene. Creando, en la escuela, un ambiente de indagaciones y transformaciones en detrimento de un ambiente de respuestas.

Palabras clave: Educación Física, enseñanza-aprendizaje, práctica pedagógica, docente, reflexión.

LISTA DE ABREVIATURAS

ACPC – Ação científico-pedagógica coletiva

ACPI – Ação científico-pedagógica individual

AD – Avaliação diagnóstico

AEC – Ação de extensão curricular

AICE – Atividade de integração na comunidade escolar

ARE – Atividades rítmicas expressivas

JDC – Jogos desportivos coletivos (andebol, basquetebol e futebol)

EBSGZ – Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco

EF – Educação Física

EFERAM-CIT – Educação Física nas escolas da RAM – Compreender, Intervir, Transformar

EP – Estágio pedagógico

MEEFEBS – Mestrado em ensino de Educação Física nos ensinos básico e secundário

NE – Núcleos de estágio

NEEBSGZ – Núcleo de estágio da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco

NEMEEFEBS – Núcleos de estágio do Mestrado em ensino de Educação Física nos ensinos básico e secundário

PA – Planeamento anual

Pa – Planos de aula

PCA – Percursos Curriculares Alternativos

PEE – Plano Educativo de Escola

PNEF – Programa Nacional de Educação Física

RAM – Região Autónoma da Madeira

RI – Regulamento interno

UD – Unidade didática

UMa – Universidade da Madeira

1. ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO	4
1.1. O ESTÁGIO PEDAGÓGICO	4
1.2. OBJETIVOS DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO.....	6
1.3. EXPETATIVAS DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO	6
2. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL.....	7
2.1. CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA GONÇALVES ZARCO	7
2.1.1. Breve resenha histórica.....	8
2.1.2. Missão e objetivos	9
2.1.3. Orgânica	11
2.1.4. Infraestruturas, recursos humanos e materiais.....	12
3. PRÁTICA LETIVA.....	15
3.1. TRÊS TURMAS: TRÊS REALIDADES	15
3.1.1. Caracterização do 10º ano	17
3.2. PLANEAMENTO ANUAL.....	19
3.2.1. Justificação da estruturação dos conteúdos	21
3.3. UNIDADES DIDÁTICAS	23
3.3.1. Introdução.....	23
3.4. ESTRUTURAÇÃO DOS PLANOS DE AULA.....	24
3.5. MODELO DE ENSINO	26
3.5.1. O MED na Ginástica	28
3.5.2. O MED nos Jogos Desportivos Coletivos	35
3.5.3. O modelo de ensino nas restantes matérias	38

3.5.4. Intervenção Pedagógica	39
3.5.5. Avaliação e Controle	43
3.6. ASSISTÊNCIAS ÀS AULAS	47
3.6.1. Enquadramento das Assistências às Aulas	47
3.6.2. Observação: um complemento na formação do docente.	50
4. AÇÕES DE NATUREZA CIENTÍFICO-PEDAGÓGICAS	52
4.1. AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA INDIVIDUAL	52
4.1.1. Conceptualização.....	52
4.1.2. Operacionalização	54
4.1.3. Análise.....	55
4.2. AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA	57
4.2.1. Conceptualização.....	57
4.2.2. Operacionalização	59
4.2.3. Análise.....	62
5. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR.....	64
5.1. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR	64
5.1.1. Conceptualização.....	65
5.1.2. Operacionalização	66
5.3.1. Análise.....	67
6. AÇÃO DE EXTENSÃO CURRICULAR	72
6.1. Conceptualização	72
6.2. Operacionalização.....	74
6.3. Análise.....	76
7. Outras atividades.....	79

7.1. Projeto EFERAM-CIT UMa	79
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	81
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	84

ÍNDICE ANEXOS

Anexo 1. Projetos de enriquecimento curricular.	87
Anexo 2. Material didático disponível.	89
Anexo 3. Planificação anual 10º3 - estruturação de conteúdos.	91
Anexo 4. Exemplo plano de aula.	95
Anexo 5. Plano de época - Ginástica.	97
Anexo 6. Exemplo: Contrato MED - Ginástica.	99
Anexo 7. Dossier do aluno - MED - Ginástica.	100
Anexo 8. Dossier do Docente - MED - Ginástica.	106
Anexo 9. Dossier do aluno - MED - JDC.	121
Anexo 10. Exemplo: Relatórios de aula.	140
Anexo 11. Ficha de Observação.	143
Anexo 12. Cartaz da Ação Científico-Pedagógica individual.	144
Anexo 13. Convite Ação Científico-Pedagógica individual.	145
Anexo 14. Certificado Ação Científico-Pedagógica individual.	146
Anexo 15. Poster Seminário do Desporto e Ciência 2018.	147
Anexo 16. Cartaz Ação Científico-Pedagógica coletiva.	148
Anexo 17. Cartaz Atividade de intervenção no meio escolar.	151
Anexo 18. Folheto informativo: Ação de Extensão Curricular.	152
Anexo 19. Consentimento: Ação de Extensão Curricular.	153
Anexo 20. Protocolo: Projeto EFERAM-CIT.	154

1. ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

1.1. O ESTÁGIO PEDAGÓGICO

O estágio pedagógico (EP) tem um impacto considerável na formação inicial dos professores, pois durante este processo encontram-se inseridos numa multiplicidade de dimensões e funções de desenvolvimento e um conjunto de fatores de várias ordens, como pessoal, relacional, institucional e formativa, estando todas elas ligadas sinergicamente (Caires & Almeida, 2003).

O estágio, situa-se como ferramenta indispensável para a formação da identidade e desenvolvimento profissional. O EP permite aproximar os futuros professores da realidade escolar e refletir sobre a complexidade do processo ensino-aprendizagem. (Rosa, 2012).

A capacidade de refletir é um ganho obtido pelos professores estagiários. Todo o processo envolvente auxilia na produção de profissionais autónomos, reflexivos, atentos aos seus educandos e circunstâncias que protagonizam as suas práticas e ao seu próprio desenvolvimento profissional, capacitando-os para que, no futuro, sejam capazes de gerir autonomamente o seu próprio processo de formação e desenvolvimento profissional. (Caires, 2006).

Encontramos os princípios gerais sobre a formação de educadores e professores, no artigo 33º, do Capítulo IV - Recursos Humanos, da Lei de Bases do Sistema Educativo (LBSE), onde verificamos que:

*“1 - A formação de educadores e professores assenta nos seguintes princípios:
a) **Formação inicial de nível superior**, proporcionando aos educadores e professores de todos os níveis de educação e ensino a informação, os métodos*

e as técnicas científicas e pedagógicas de base, bem como a formação pessoal e social adequadas ao exercício da função;

*b) **Formação contínua** que complemente e actualize a formação inicial numa perspectiva de educação permanente;*

*c) **Formação flexível** que permita a reconversão e mobilidade dos educadores e professora dos diferentes níveis de educação e ensino, nomeadamente o necessário complemento de formação profissional;*

*d) **Formação integrada** quer no plano da preparação científico-pedagógica quer no da articulação teórico-prática;*

*e) **Formação assente em práticas metodológicas** afins das que o educador e o professor vierem a utilizar na prática pedagógica;*

*f) **Formação que, em referência à realidade social,** estimule uma atitude simultaneamente crítica e actuante;*

*g) **Formação que favoreça o estímulo a inovação e a investigação,** nomeadamente em relação com a actividade educativa;*

*h) **Formação participada que conduza a uma prática reflexiva e continuada de auto-informação e auto-aprendizagem.***”

Conferenciada em âmbito nacional e internacional, como sendo impulsionadora para a preparação de uma sociedade de conhecimento e conseqüente desenvolvimento do país, a formação inicial de professores, é vista como uma das etapas na formação contínua da trajetória profissional do professor (Januário, C., Ferro, F., Anacleto, F. & Henrique, J. (2009).

Contemporaneamente, o acesso ao conhecimento está facilitado pela diversidade de procura e efetivação de fontes de informação o que implica que o professor seja mais do que um simples transmissor de conhecimento. Assim sendo, o objeto de estudo deverá estar articulado, de forma lógica e coerente, com a aquisição de conhecimentos do docente, sendo que o mesmo deverá dominar ferramentas que viabilizem a melhor compreensão, das soluções que melhor se adequam ao problema e entender os desafios que se lhe apresentam, superando-os (Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M., 2008, p. 66).

1.2. OBJETIVOS DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

O Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), segundo o *site* da Universidade da Madeira (UMa), tem como intuito que o aluno, futuro docente, seja capaz de:

(i) “Compreender e aplicar os conhecimentos adquiridos no 1º ciclo a novas situações e resolução de problemas (na prática da Actividade Física e Desporto - AFD) no sistema educativo; (ii) Aprofundar e integrar conhecimentos, lidar com questões complexas, desenvolver soluções, nos domínios da Educação Física (EF) e Desporto Escolar (DE); (iii) Comunicar de modo claro e adequado (escrita, oral, corporal e emocional) na organização ou orientação de AFD; (iv) Desenvolver e aplicar competências específicas (estágio) e produzir um relatório revelador de capacidade de investigação e originalidade na EF e DE” (Universidade da Madeira, 2018).

Além dos objetivos acima referidos o aluno deverá demonstrar:

(i) “Uma atitude de elevada responsabilidade social e de cidadania na orientação das AFD, desenvolvendo competências que elevem a aptidão física, a qualidade de vida e a saúde e o gosto pela prática regular dos jovens; (ii) Um sentido de aprendizagem e de superação permanente (partilha da informação, solidariedade e trabalho em equipa) no âmbito dos domínios contemplados no quadro da extensão da EF” (Universidade da Madeira, 2018).

1.3. EXPETATIVAS DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

A via ensino sempre foi, desde cedo, um objetivo inerente ao processo de formação académica, iniciado na Universidade da Madeira (UMa), na área de Educação Física e Desporto. Sendo assim, o MEEFEBS, surge como sendo uma convicção pessoal, para dar seguimento aos objetivos definidos desde o princípio, em que procuramos adquirir um conjunto de conhecimentos, aptidões e competências inerentes à gestão do processo ensino-aprendizagem.

Tratando se de um processo, até ao momento, desconhecido, é construído uma imagem dúbia, pouco esclarecedora daquilo que seria as expetativas para esta

experiência. No entanto, com o desenrolar do processo essa imagem vai se tornando mais clara e caminhamos no sentido de reduzir ao máximo as dúvidas e hesitações suscetíveis ao fenómeno.

Estando num processo de transição da teoria para a prática, a lecionação era, desde cedo, a atividade que causava mais insegurança por parte do professor estagiário. O sentido de responsabilidade, exigido ao longo de todo o processo, foi colocado à prova logo no primeiro dia de aulas ao deparar-se com os alunos em processo de ensino-aprendizagem, processo esse em que éramos responsáveis pelo seu sucesso ou não. A atitude foi de aprendizagem constante, humildade assertiva, para aceitar as críticas construtivas, de refletir, e repetir esse processo, em todas as decisões tomadas para que a nossa atuação e intervenção fosse a mais adequada possível às necessidades e potencialidades dos alunos.

2. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL

2.1. CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA GONÇALVES ZARCO

A escolha da escola, a estagiar, sempre foi aceite como um desafio, inerente ao processo, e acolhida como uma oportunidade para superar dificuldades e estar preparado para o futuro. Ao integrarmos o núcleo de estágio da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco (NEEBSGZ) procuramos, junto de colegas estagiários dos anos transatos, conhecer um pouco do contexto escolar que nos aguardava. De seguida procuramos analisar o Projeto Educativo de Escola (PEE) (PEE, 2014-2018), para que estivéssemos mais cientes da realidade escolar e foi nesse instante que partimos logo de duas premissas (i) níveis de indisciplina e (ii) resultados académicos dos alunos. Neste

sentido, verificamos que seria necessária uma boa preparação do docente para que fosse possível transformar os alunos em processo educativo.

A caracterização da escola é um aspeto crucial para o professor estagiário, pois permite compreender as características do meio escolar, entender como é gerido os diferentes órgãos executivos, as suas funções e meios de funcionamento. Todo este processo facilitará a nossa integração no meio escolar e aquisição de conhecimentos que suportam toda a nossa atuação no EP.

A elaboração desta caracterização teve como desígnio a informação colocada (i) nos relatórios dos colegas estagiários dos anos anteriores, (ii) no *site* oficial da respetiva instituição, (iii) no Projeto Educativo Escolar (PEE), (iv) no Regulamento Interno (RI), (v) no Plano Anual de Atividades, e (vi) nas informações facultadas pelo orientador pedagógico no que respeita à missão, valores, diretrizes e dinâmicas, bem como as políticas e envolvimento contextual da instituição escolar.

2.1.1. Breve resenha histórica

A Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco (EBSGZ), nasce a 9 de setembro de 1968, com a denominação de Escola Preparatória de Gonçalves Zarco, sendo a primeira instituição com o ciclo preparatório, como anexo à Escola Secundária Francisco Franco e Escola Secundária Jaime Moniz (PEE, 2010-2014). Em 1989 nasceu um edifício próprio, na freguesia de São Martinho (atual localização), contendo alunos do 2º ciclo até ao ensino secundário, inclusive.

A oferta formativa está distribuída, nos últimos anos, pelo 2º e 3º Ciclo e Ensino Secundário (diurno e noturno), os Percursos Curriculares Alternativos (PCA), os Cursos

de Educação e Formação (CEF) e os Cursos Profissionais (CP), onde o número total de alunos ronda os 1600 (EBSGZ, 2017).

Os alunos, na sua grande maioria, apresentam grandes défices económicos, com apoio da ação social escolar, um desvio etário elevado, ausência de ambições profissionais e encarregados de educação, maioritariamente, com habilitações literárias no ensino básico (PEE, 2014-2018).

O insucesso escolar é mais evidente no 7º ano de escolaridade, seguido pelos 8º e 6º anos, apesar de se ter verificado no ano letivo anterior um decréscimo nesse mesmo aspeto. No Ensino Secundário, o insucesso escolar é muito reduzido nos anos terminais, tal não acontece no 10º ano, estando possivelmente associado à fraca ambição profissional dos alunos e possível resultado do aumento da escolaridade obrigatória (PEE, 2014-2018).

Desmistificando os pressupostos anteriormente apresentados, a EBSGZ preocupou-se em criar projetos educativos com o objetivo de melhorar o sucesso escolar, promovendo a qualidade da aprendizagem, a disciplina e cidadania, a organização interna e a representação da escola (PEE, 2014-2018).

No presente ano letivo a EBSGZ apresenta, através do seu *site*, uma vasta oferta de projetos de enriquecimento curricular para os alunos (consultar anexo 1).

2.1.2. Missão e objetivos

A instituição escolar define como missão a promoção do desenvolvimento harmonioso do aluno, através do sucesso educativo e valorização social e pessoal do mesmo, numa linha de educação para a cidadania, da potencialização das práticas

colaborativas, da promoção da inovação e formação e da preservação da identidade e cultura escolar (PEE, 2014-2018).

A EBSGZ refere o aluno como sendo o centro do processo educativo, onde as estratégias, atividades e metodologias de ensino têm de ir ao encontro de um ensino com qualidade, direcionado para o sucesso dos mesmos e bem-estar de toda a comunidade escolar.

Contudo, a comunidade escolar aponta alguns pontos fracos e fortes que influenciam todo o projeto educativo, sendo eles: a degradação das instalações, equipamentos e por vezes dos materiais escolares, a falta de disciplina, segurança, higiene e educação na escola e o tratamento desajustado dos funcionários em relação aos alunos é apontado como pontos fracos a melhorar. No entanto, a escola prima pela qualidade da oferta e gestão formativa, o profissionalismo do corpo docente e os espaços exteriores amplos e cuidados da escola.

Assim sendo, o Conselho Executivo identifica quatro áreas prioritárias de intervenção: (i) Pedagógica; (ii) Relacional; (iii) Organização e Gestão dos Recursos; (iv) Identidade e Cultura da Escola.

Na área pedagógica objetiva-se:

“Melhorar os índices de sucesso escolar dos alunos nos diferentes ciclos, reduzir o insucesso interno da disciplina de Matemática, melhorar os resultados da avaliação externa, reduzir os níveis de insucesso e o absentismo escolar dos cursos das modalidades profissionalizantes e dos PCA, melhorar os índices de sucesso dos alunos da Educação Especial e assegurar a orientação vocacional dos alunos” (PEE, 2014-2018).

A área relacional tem como propósito “melhorar os níveis de indisciplina, inculcar o sentido de responsabilidade nos alunos na preservação do espaço escolar e desenvolver a postura adequada dos alunos no espaço escolar/meio” (PEE, 2014-2018).

A organização e gestão dos recursos emergem com o propósito de “melhorar os meios de comunicação interna, aperfeiçoar o funcionamento dos órgãos e estruturas da escola, na gestão dos recursos físicos e materiais e garantir a segurança máxima da comunidade educativa” (PEE, 2014-2018).

Terminando com a área de identidade e cultura da escola onde o intuito passava por:

“promover a qualidade do ensino, da aprendizagem, da cidadania e uma cultura de escola integradora, desenvolver, ao longo do ano letivo, uma política educativa de defesa do ambiente, interagir com o meio e a comunidade, promover o sentimento de pertença à escola e a inserção de alunos e famílias da área da residência da escola na vida ativa, realizar atividades culturais como espaço de formação do aluno e divulgar a escola e a sua prática didático-pedagógica” (PEE, 2014-2018).

2.1.3. Orgânica

A comunidade escolar da EBSGZ estrutura-se em cinco órgãos, que prezam pela política educativa escolar, através da gestão e organização da comunidade escolar nas áreas pedagógica, executiva, educativa e administrativa.

Assim, a escola está estruturada da seguinte forma: (i) Conselho da Comunidade Educativa, responsável pela política educativa de escola prevista na LBSE; (ii) Conselho Executivo, direcionado para a gestão da escola nas áreas pedagógica, cultural, administrativa e financeira e responsável pela aprovação do Projeto Educativo de Escola e o Regulamento Interno; (iii) Conselho Pedagógico, definido para a coordenação e orientação educativa da escola, nos domínios pedagógico-didático, na orientação, acompanhamento e formação contínua; (iv) Conselho Administrativo, designado para a componente administrativo-financeira da escola, nos termos da legislação em vigor e (v) Seção de Avaliação do Desempenho Docente (RI, 2014-2018).

2.1.4. Infraestruturas, recursos humanos e materiais

As infraestruturas, os recursos humanos e os materiais caracterizam o meio escolar e são essenciais para o bom funcionamento das atividades e projetos escolares. Compreendendo a organização e gestão destas componentes, seremos capazes de realizar uma prática mais consciente e eficaz, contribuindo para o sucesso na gestão do processo ensino-aprendizagem, quer seja a nível temporal, quer seja a nível de aplicabilidade.

2.1.4.1. Infraestruturas

As infraestruturas desportivas da escola abrangem um pavilhão polidesportivo, com balneários, uma sala anexa (com mesas e cadeiras) e uma sala com três mesas de ténis de mesa (com possibilidade de afastar o material), dois campos exteriores (um de reduzidas dimensões e outro com quatro campos de dimensões 40x20m) e seis mesas de ténis de mesa no exterior (amovíveis). Para além destes espaços desportivos há a possibilidade de utilização de outras áreas para as aulas de EF como o espaço circundante do pavilhão e a varanda do mesmo, a sala de EF, a sala dos *media* no pavilhão e o pátio.

Para além da diversidade, o esquema de rotação de instalações estabelecido permite que cada turma desenvolva as suas aulas de EF em todos os espaços, alguns mais do que uma vez. O campo de futebol, era rentabilizado em quatro espaços, permitindo que quatro turmas tivessem aula em simultâneo. O pavilhão podia, igualmente, abarcar mais do que uma turma em simultâneo, mais precisamente três turmas, otimizando toda a potencialidade da infraestrutura desportiva. No entanto, esta rentabilização exigia que o docente estivesse atento a que os alunos evitassem ter comportamentos-desvio distraíndo-se com as outras turmas.

Segundo o regulamento interno definido pelo grupo disciplinar de Educação Física (EF) existem algumas condicionantes na abordagem de algumas matérias de ensino

em determinados espaços desportivos, nomeadamente o Voleibol, o Badminton e a Ginástica que só podem ser abordadas no pavilhão polidesportivo de forma a conservar os materiais desportivos e a integridade física dos alunos.

Existem, na proximidade da escola, espaços e instalações desportivas que poderão ser utilizados/rentabilizados no processo ensino-aprendizagem, bem como no desenvolvimento das atividades do âmbito curricular e extracurricular nomeadamente, o Estádio do Marítimo, o Centro de Atletismo da Madeira, o Clube Desportivo “O Barreirense”, o Clube Amigos do Basquete, o Clube Naval do Funchal, o Clube de Ténis do Funchal e a Quinta Magnólia.

2.1.4.2. Recursos humanos

Para o ano letivo de 2017/2018, e de acordo com as informações fornecidas pelo Conselho Executivo, na EBSGZ lecionam 235 docentes, estando incluídos os diretores de instalações, os responsáveis pelos PCA, pelos projetos AltamenteGZarco, pelos serviços de psicologia e orientação, apoio social escolar e pedagógico, ação social e educação especial. Existem ainda 79 funcionários, que desempenham funções de técnicos, assistentes técnicos e operacionais.

2.1.4.3. Recursos materiais

Quanto ao material didático para as aulas de EF, tendo em conta o inventário realizado no presente ano letivo, a escola possui um conjunto muito diversificado, por aluno, sendo estes organizados por (i) amovíveis e (ii) móveis (consultar anexo 2).

Contudo, apesar da instituição de ensino dispor de materiais diversificados, o docente, na aplicação de alguns exercícios, de preparação física, viu a sua tarefa dificultada. Contudo, o professor estagiário, procurando proporcionar experiências ricas

e variadas aos seus alunos, investiu na aquisição de materiais alternativos para colmatar essa carência e enriquecer a quantidade e diversidade do material disponível.

É importante salientar que a escola usufrui de plataformas de acessibilidade adaptadas para portadores de deficiência, como elevadores, rampas e sanitários, o que torna a escola referência para a incapacidade motora.

3. PRÁTICA LETIVA

Ao longo do EP é desenvolvido um conjunto de atividades aos mais diversos níveis no âmbito da função docente, nomeadamente a prática letiva (PL), que se figura como o processo mais envolvente e constante no decorrer de todo o estágio.

O processo de formação inerente à PL passou pelo desenvolvimento da gestão do processo ensino-aprendizagem, que envolveu a definição de um planeamento anual (PA), a criação de épocas desportivas e unidades didáticas (UD) e consequentes criações de planos de aulas (Pa). Como resultado, no decorrer do ano, foram adotadas estratégias específicas, assim como uma metodologia adequada às necessidades e potencialidades dos alunos, apresentadas no decorrer deste capítulo.

3.1. TRÊS TURMAS: TRÊS REALIDADES

A PL desenrolou-se por três turmas, inseridas no ensino básico e secundário, em diferentes estabelecimentos de ensino. O planeamento e gestão da PL é indissociável das características do meio e dos alunos. No quadro 1 é apresentada uma superficial caracterização das turmas, instituição de ensino e do professor responsável pela turma.

QUADRO 1. DADOS PESSOAIS DAS TURMAS DA PRÁTICA LETIVA.

Turma	Número de Alunos	Média de Idade¹	Estabelecimento de Ensino	Planificação por:	responsável
5º	24 (12♀ e 12♂)	10	EBSAAS ²	Prof. Rui Cunha	
10º	16 (9♀ e 7♂)	15,8 (15-18)	EBSGZ	Prof. ^a Estagiária Barreto	Sulamita
12º	24 (14♀ e 10♂)	17	EBSGZ	Mestre João Carvalho	

¹Retirado a 1 de outubro de 2017.

²Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva.

A possibilidade de lecionação em diferentes contextos e a alunos com distintas características, antevia-se como um ambiente enriquecedor para o desenvolvimento de diversas competências enquanto futura docente. Neste contexto, a nossa PL abarcou 3 turmas em diferentes fases do ciclo da escolaridade obrigatória (5º ano, 10º ano e 12º ano).

A turma que nos foi atribuída, numa primeira abordagem, foi possível verificar que seria um grande desafio, sendo evidente a falta de motivação da grande maioria dos alunos para a disciplina. Comportamentos instáveis e ausência de atividades coletivas, sendo evidente a existência de pequenos grupos, de afinidade, dentro da turma. O comportamento imprevisível, desta turma, tinha a capacidade de resultar em aulas excepcionais e com grande energia, bem como em aulas menos conseguidas, sendo que a presença ou ausência de determinados elementos da turma influenciavam toda a dinâmica do grupo.

O EP contemplava igualmente a lecionação a uma turma de 2º ciclo que decorreu na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (EBSAAS) sobre a supervisão do Professor Rui Cunha, também docente na Universidade da Madeira. Esta turma demonstrou ser mais uma nova realidade para o professor estagiário. O diferente contexto, os diferentes níveis de aprendizagem, o grupo etário mais jovem, sem dúvida, colocou-nos grandes inseguranças que foram sendo superadas com o tempo. Embora a experiência ter sido limitada, devido ao pouco tempo que trabalhamos com os mesmos, foi sem dúvida um momento marcante do EP.

Todas estas vivências resultaram numa experiência rica, que nos levou a reflexões críticas constantes, sobre o que é gerir o processo de ensino-aprendizagem e o que ele exige de nós docentes. É quase que entrar numa diferente sala de aula, interiorizando um

docente diferente, que assumia diferentes papeis, porque, nas turmas de secundário era possível oferecer uma certa liberdade aos alunos para que eles explorassem o seu meio, enquanto que aos alunos de 2º ciclo esta teria de ser muito mais condicionada, de modo a evitar comportamentos desviantes dos objetivos definidos para a aula.

Foi ainda possível verificar que mesmo entre as duas turmas de secundário encontramos diferenças quer seja pelo facto de uma estar a ser lecionada por um professor estagiário e outra por um professor experiente, quer seja pelo facto de uma delas estar perto do fim do seu percurso académico onde verificou-se que muitos preocupavam-se em ser melhores, em serem competitivos entre os mesmos, enquanto outros estavam num processo de desmotivação crescente com problemas familiares de grande relevância, sentindo-se obrigados a ali permanecerem.

Três dinâmicas diferentes, três modos de estar diferentes, o que exigia ao docente três distintas formas de intervir. Neste contexto, o docente deverá ser dotado de estratégias de ensino adequadas a cada uma das realidades, que consiga captar a atenção dos seus alunos e trabalhem com os mesmos para que cada um deles supere os seus obstáculos. Verificamos que num contexto escolar, a exigência para lidar com diferentes contextos será ainda maior, ou seja, quando o docente tiver em sua responsabilidade seis ou mais turmas, terá de se adaptar em cada uma dessas realidades. Além disso, o nosso trabalho torna-se evidente que não poderá ser visto como um fim, mas um começo e uma constante adaptação.

3.1.1. Caracterização do 10º ano

Para conhecer a turma de 10º ano foi aplicado um conjunto de instrumentos como bateria de testes motores Fitnessgram e Eurofit, questionários em regime online e teste

sociométrico, no início do ano letivo. Estes instrumentos permitiram a recolha de informação sobre a aptidão física, hábitos de atividade física, vivências desportivas, aptidão física, dinâmica grupal, dados demográficos, hábitos de vida e prestação motora.

No que diz respeito ao historial desportivo, dos alunos, verificamos que apenas três alunos da turma estavam integrados num desporto federado, sendo dois deles associados ao futebol, e um ao andebol, todos eles do sexo masculino. A frequência semanal da modalidade era superior a três vezes por semana.

A turma de 10º ano, quando avaliado a sua prestação motora, nas matérias de ensino a lecionar, e em relação à aptidão física e dinâmica de grupo, verificamos grandes deficiências o que implicaria ao docente um trabalho mais atento na componente de preparação física dos mesmos, indo de encontro a inculcar hábitos de vida saudável em todos os alunos, não só a curto prazo mas a longo prazo, um trabalho para a vida.

Ao conhecermos detalhadamente o quadro clínico dos nossos alunos poderemos operacionalizar a nossa prática letiva de forma mais segura e consciente das limitações dos mesmos. Assim sendo, verificamos a existência de um aluno com limitações na realização da prática desportiva. O aluno estava diagnosticado com escoliose degenerativa, tendo, em alguns períodos, dificuldades em executar alguns exercícios, sendo que deveria permanecer em repouso em algumas aulas.

O questionário aplicado permitiu retirar dados e informações pertinentes para nos ajudar na nossa intervenção pedagógico-didática. Uma ferramenta essencial para se fazer conhecer questões que oralmente torna-se mais difícil de desvendar. Contudo, acreditamos que a relação pessoal, professor-aluno, no decorrer do ano letivo, permitiu conhecer melhor a turma em termos comportamentais e relações interpessoais.

3.2. PLANEAMENTO ANUAL

A planificação segundo Marques (1998), é um processo que tem como objetivo encontrar respostas para as seguintes questões: o quê, como, para quê e quando ensinar?

O mesmo autor acrescenta que existem vários modelos de planificação, sendo eles: (i) a planificação não linear, que privilegia a seleção das atividades de ensino e aprendizagem, às quais se associam, depois, os objetivos para ajudar a expor o que sucedeu; (ii) a planificação prévia à instrução, realizada pelo professor antes da ocorrência do processo de instrução e que privilegia a seleção dos objetivos, conteúdos, metodologias e técnicas de avaliação e (iii) a planificação racional-linear que salienta, antecipadamente, a definição dos objetivos e, de seguida, a seleção das estratégias e atividades necessárias para alcançar os objetivos outrora definidos. Neste contexto a planificação pode incluir progressões de aprendizagem de longa duração (planificação anual) ou de curta duração (planos de aula) (Marques, 1998).

Luckesi (1990, citado por Bossle, 2000) relata que o planeamento, é algo dinâmico e constante, estando associado a uma tomada de decisão regular (...), um guia de ação. Assim sendo, é exigido ao docente que o mesmo elabore um plano que seja possível de se adaptar ao contexto, com tomadas de decisão efetivadas em tempo útil. Não deverá ser um guia estanque, mas aberto a novas tendências e oportunidades de intervenção.

Padilha, (2001, citado por Bossle, 2002) refere que “não é possível imaginar uma ação pedagógica sem planeamento (...). Acrescentando ainda que “o ato de planear é intrínseco à educação”. Bossle (2002) continua por dizer que esse ato de planear consiste numa ação que visa alcançar um fim, referindo-se a um contexto em transformação, de forma que o sujeito esteja envolvido com a realização do que foi elaborado.

A partir da caracterização da turma, das reuniões com os orientadores científicos e cooperantes, com os responsáveis e especialistas do projeto EFERAM-CIT, com o

Núcleo de Estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (NEMEEFEBS) e com o grupo disciplinar de EF, partimos para a escolha das matérias de ensino. As opções recaíram, em grande parte, nas orientações do Plano Nacional de Educação Física (PNEF), por questões logísticas, na gestão das instalações desportivas disponíveis e, por fim, sob orientação das matérias de ensino em estudo pelo EFERAM-CIT.

Assim sendo, ficou definido que, nas turmas dos estagiários do NEEBSGZ, lecionaríamos no 1º Período, a Ginástica, recorrendo ao MED, e os Desportos de Raquete (Ténis de campo, Badminton e Ténis de Mesa). No 2º Período as matérias de ensino a abordar seriam os Jogos Desportivos Coletivos (JDC), sendo eles o Basquetebol, o Andebol e o Futebol, recorrendo também ao MED, em aulas alternadas com as Atividades Rítmicas Expressivas (ARE). Por fim, no 3º Período, foi lecionado o Voleibol e os Desportos de Adaptação ao Meio, nomeadamente o *Stand-up-Paddle*, a Canoagem e o *Geocaching* propondo aos alunos novas experiências, que potencializem o desenvolvimento de competências inerentes ao perfil dos alunos no fim de ciclo (consultar anexo 3).

É importante referir que as matérias de ensino de Ginástica e Badminton, apenas poderiam ser realizadas no pavilhão, enquanto que o ténis de campo é efetuado nos campos exteriores, o que também influenciou a estruturação dos conteúdos consoante o dia de semana da aula.

Com base na análise ao PNEF (Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J., 2001) foi nos possível verificar as linhas orientadoras e finalidades da EF no sentido de organizarmos o processo ensino-aprendizagem.

Na reunião com o grupo disciplinar de EF fomos instruídos que os critérios de avaliação estavam divididos em: (i) domínio motor, com uma percentagem de 60% onde

seriam contabilizados, o desempenho motor, a aplicação das regras e as fichas de observação; (ii) domínio cognitivo, avaliado por meio de teste ou trabalho contabilizando 20% da nota final e (iii) o domínio relacional, onde o civismo, a responsabilidade e o empenho correspondem a 10% da classificação.

3.2.1. Justificação da estruturação dos conteúdos

Além das razões logísticas anteriormente referidas, a estruturação das matérias e conteúdos abordados na disciplina de EF, equacionou a potencialização e rentabilização da aprendizagem dos alunos. Para a aptidão física, aliado ao projeto EFERAM-CIT, efetuou-se a bateria de testes motores do *Fitnessgram* e *Eurofit* em que foi possível recolher a composição corporal, a capacidade aeróbia, a força abdominal e dos membros superiores, a flexibilidade do tronco e dos membros inferiores dos alunos.

A prioridade foi a definição das aulas de Ginástica e de JDC, no calendário anual, tendo em consideração os espaços disponíveis, para efeitos de estudo do EFERAM-CIT, visto que cada uma dessas matérias de ensino teria de ter no mínimo treze aulas de noventa minutos a si associados, para que suportássemos a fiabilidade e continuidade da aplicação do MED.

Assim sendo, partindo desse pressuposto fomos em busca da escolha das matérias de ensino que poderiam ser aliadas às acima referidas. Em conjunto com o colega do NEEBSGZ e orientador cooperante, ficou então definido que os Desportos de Raquete seriam coordenados com a Ginástica, no primeiro período. Esta decisão teve em conta que sendo a Ginástica uma matéria menos valorizada pelos alunos, (a sua maioria não apreciava), que seria uma boa forma de incentivá-los juntando uma matéria de ensino que os mesmos sentissem mais à vontade e mais motivados (desportos de raquete). No nosso entender, seria perigoso colocar duas matérias de ensino como a ginástica e as atividades

rítmicas expressivas (ARE), matérias que a maioria dos alunos não sentia afinidade, no mesmo período, pois poderia provocar desmotivação por parte dos mesmos, principalmente no início do ano letivo, etapa em que trabalhamos para criar laços com os nossos educandos.

No segundo período estando definido os JDC, matérias de ensino que são aceites pelas suas características coletivas, inserimos as ARE por ser uma matéria que coloca alguns desafios socio afetivos nos alunos.

O voleibol foi uma das matérias de ensino escolhidas porque, logo na primeira aula do ano letivo, os alunos demonstraram grande interesse na mesma. Assim sendo, tendo o voleibol uma condicionante espacial, modalidade que deveria ser lecionada, obrigatoriamente, no pavilhão, só nos foi possível inseri-la nesse período letivo. Devido à pouca disponibilidade de horas no último período letivo, achamos que não surtiria efeitos estarmos a lecionar mais uma matéria de ensino.

Posto isto, reservamos algumas aulas para inserirmos atividades opcionais, em que os alunos teriam uma experiência no *kinball*, na canoagem, no *stand-up-paddle* e no *geocaching*. Esta decisão foi de encontro a proporcionarmos algo de novo aos alunos e acreditarmos que atividades de mar seriam uma boa aposta tendo em conta que a escola não dispõe de espaços para solicitar o tipo de comportamentos que as mesmas proporcionam.

As atividades de mar estão associadas à ação de extensão curricular (ACE) que poderá ser consultada no presente relatório, no capítulo seis. Paralelamente, a opção por estas matérias, permitiu a possibilidade de potencializar o *transfer* e o desenvolvimento de competências essenciais inerentes ao perfil de alunos em fim de ciclo.

3.3. UNIDADES DIDÁTICAS

3.3.1. Introdução

A didática dedica-se, ao longo dos anos, ao estudo e aprofundamento do elemento ou ferramenta - planificação do ensino, como forma de orientação, cumprindo com o seu objetivo de dar suporte e respostas baseados nos referenciais teóricos sobre a prática (Bossle, 2002).

A Unidade Didática (UD) é uma sequência ordenada de atividades, onde o docente propõe uma metodologia de ensino, para um determinado conjunto de conteúdos/matérias de ensino. Estas geralmente são desenvolvidas segundo um tema e devem incluir todos os domínios de aprendizagem das várias áreas curriculares, de forma que o professor organize o processo ensino-aprendizagem dos alunos, numa duração de tempo variável e incluindo todos os elementos do currículo em questão (Carmona, 2012).

A UD apresenta-se como sendo um instrumento que ajuda o docente a organizar as aprendizagens e a articular os conhecimentos a abordar e que pretende, através de uma sequência lógica e progressiva, introduzindo uma aprendizagem ativa e significativa.

Para garantir a coerência de uma UD, Pais (2011, citado por Carmona, 2012), acredita que a mesma deverá apresentar alguns elementos, nomeadamente: (i) a sequenciação didática, na qual se mantém uma relação entre o tempo de ensino e o tempo de aprendizagem, (ii) a unidade temática, o tema em que todo o processo será desenvolvido, garantindo a articulação entre conteúdos programáticos e (iii) o elemento integrador que sustenta a articulação de todos os momentos do processo.

Assim sendo, procuramos apresentar a UD correspondente a cada matéria de ensino e a cada período letivo a que foi aplicado. Todos os conteúdos abordados em cada

uma das UD tiveram em consideração as componentes apresentadas pelo PNEF, os aspetos definidos pelo grupo de EF da escola e diferentes metodologias de ensino, apoiadas e sustentadas por especialistas no âmbito do projeto EFERAM-CIT.

É importante referir que, tendo o EP uma dimensão prática, existe uma dinâmica no processo ensino-aprendizagem, que nem sempre possibilita que as tarefas e objetivos propostos sejam alcançados em tempo útil. Assim sendo a UD não é linear, ou seja, não pode ser vista como estanque e inalterável, porque por vezes existe a necessidade de reformular e ajustar, caminhando para que os objetivos definidos sejam atingidos. Tratando-se da formação de um ser humano único e em constante transformação, teremos de estar preparados para adaptar o nosso ensino ao meio e a cada aluno individualmente.

3.4. ESTRUTURAÇÃO DOS PLANOS DE AULA

Os planos de aula (Pa) apresentam-se como um instrumento fundamental para o docente, onde o mesmo planeia e gere todo o processo ensino-aprendizagem da aula, consoante os objetivos que pretende desenvolver nos alunos. Padilha (2001, citado por Magalhães & Leal,2012), afirmam que o

“plano/planeamento é um processo de reflexão, de tomada de decisão sobre a ação; processo de previsão de necessidades e racionalização de utilização de meios (materiais) e recursos (humanos) disponíveis, visando a concretização de objetivos, em prazos determinados e etapas definidas, a partir dos resultados das avaliações”.

O Pa encontra-se estruturado por 3 partes chave: (i) cabeçalho; (ii) apresentação das tarefas e (iii) reflexão (consultar anexo 4), que passamos a descrever de forma mais detalhada. A primeira parte do Pa é composta por: (i) cabeçalho, onde encontra-se definido as características da aula como, a data, a turma e o número de alunos, que respeita os níveis de desenvolvimento dos educandos e as tarefas são geridas segundo esse mesmo

número; (ii) o local da aula, considerando os materiais disponíveis e as características do espaço como o pavimento, o ambiente e as acessibilidades ao mesmo; (iii) a hora da aula, seguindo a carga letiva do dia e o número de blocos de aula; (iv) o material, ponto essencial para que seja possível organizar todas as questões logísticas da aula, rentabilizando a sua quantidade para não afetar a prática letiva de outras turmas; e (v) os objetivos da aula, acompanhando o desenvolvimento dos alunos nas aulas anteriores e definidos para o período/ano letivo.

Na apresentação das tarefas, segunda parte do Pa, encontra-se descrito a organização da turma e a matéria de ensino em realização, identificando os objetivos específicos para cada situação de aprendizagem, bem como as respetivas estratégias de operacionalização (e.g. grupos de trabalho, estratégias para o posicionamento do professor e as tarefas dos alunos dispensados) e variantes dos exercícios, para adaptar a tarefa às necessidades de cada aluno, através da diferenciação pedagógica. Por fim, um esquema do exercício, para melhor interpretação e de fácil leitura do mesmo, e a duração da tarefa, para melhor gestão do tempo de aula e das suas transições.

O Pa é um documento que pode, e deve, ser facilmente adaptado tendo em conta os desafios pedagógicos que possam surgir, ou seja, com este instrumento seremos capazes de: (i) refletir, (ii) controlar e (iii) corrigir todo o processo ao qual somos responsáveis. Assim sendo, o Pa dispõe ainda de um espaço reservado à reflexão durante e/ou após a aplicação da aula, permitindo ao docente colocar as suas notas durante a mesma, refletindo, corrigindo, possibilitando uma intervenção pedagógica em tempo útil. Todas as alterações resultantes deverão estar transcritas, na reflexão, para que na elaboração do Pa seguinte essas conclusões sejam consideradas.

3.5. MODELO DE ENSINO

Segundo Marques (1998, p.168) no seu livro “arte de ensinar”, verificamos que o modelo de ensino é um

“conjunto articulado e coerente de teorias, métodos e técnicas de ensino, partindo de um quadro filosófico, psicológico e pedagógico comum que visa dar resposta às seguintes questões: como é que a criança e o adolescente aprendem? Porque é que devem aprender segundo determinadas metodologias? Aprender o quê, como e para quê? Um modelo de ensino pressupõe uma coerência lógica entre as finalidades da educação, as metodologias, as técnicas e os instrumentos de avaliação”.

O modelo de educação desportiva (MED), é um modelo de currículo e instrução desenvolvido para fornecer experiências desportivas autênticas e pedagogicamente bem orientadas em contexto escolar, contrariando a descontextualização do desporto e ausência de formalidade e festividade da competição existente nas aulas de EF (Hastie, 2011; Mesquita, 2012; Siedentop, 2002).

No MED, segundo Hastie (2011), Mesquita (2012), Rolim e Mesquita (2012); Siedentop (1994): (i) as tradicionais unidades didáticas são substituídas por épocas ou temporadas desportivas, combinando momentos de prática/treino e de competição, conferindo autenticidade desportiva ao contexto de prática; (ii) cada estudante tem uma afiliação à mesma equipa durante toda a época desportiva, contribuindo concomitantemente para o desenvolvimento de pertença ao grupo; (iii) no decurso da época desportiva é organizado um calendário referente à competição formal entre as equipas, com o intuito de dar uma maior visibilidade e impacto aos eventos realizados; (iv) os registos estatísticos das prestações individuais e de equipa ao longo da época, devem ser concretizados, de modo a facilitar a atribuição de *feedback* e a fixação de metas por parte do professor e dos próprios alunos; (v) existe um clima de festividade, quer no decurso da época desportiva quer no evento culminante, para reconhecer e celebrar os

desempenhos individuais e coletivos; e (vi) as épocas desportivas são encerradas através da realização de um evento culminante para aclamar e celebrar o sucesso de todos os participantes num clima de grande festividade.

O MED, implica uma duração mínima de vinte sessões e é constituída por três etapas de desenvolvimento: pré-época, época e pós-época (Pereira, Mesquita, Araújo & Rolim, 2013).

Na pré-época, é realizada uma avaliação inicial da matéria de ensino que será lecionada. Posteriormente, são apresentados aos alunos os pressupostos regulamentares do modelo e as situações práticas de aprendizagem que serão trabalhadas ao longo da época desportiva. Nas últimas sessões desta primeira etapa de desenvolvimento, são constituídas as equipas e os alunos escolhem os papéis que querem desempenhar no seio da sua equipa, procedendo-se igualmente à assinatura dos respetivos contratos protocolares. Por último, cada equipa é desafiada a criar e a escolher um nome, um uniforme/equipamento, um logótipo/emblema, um lema, um grito, um hino, etc. (Rolim & Mesquita, 2012).

Na transição da pré-época para a época, os alunos, de acordo com os papéis que irão desempenhar, têm uma formação específica e é disponibilizado um dossier com os exercícios que as equipas deverão consultar previamente, para poderem preparar adequadamente as suas sessões de treino (Rolim & Mesquita, 2012).

Na época, são organizados treinos e jornadas, referentes ao campeonato interno. Em cada um dos treinos, é fornecido a cada equipa um plano de treino para trabalharem as lacunas evidenciadas nas jornadas. No dia das jornadas, pretende-se promover a competição desportiva e fazer com que os alunos percebam os principais fatores inerentes à organização e ao funcionamento de um evento desportivo.

Na pós-época é realizado o evento culminante com um carácter festivo, onde as equipas são premiadas pelos seus desempenhos da época desportiva. Com a implementação do MED, existe uma clara diferenciação de papéis, ou seja, o aluno tem um papel ativo no processo ensino-aprendizagem onde o docente observa, monitoriza e supervisiona todo esse processo. Os alunos poderão desempenhar, por exemplo, os papéis de: (a) treinador adjunto; (b) diretor de equipa; (c) árbitro; (d) jogador; (e) oficial de mesa (Siedentop, Hastie & Van der Mars, 2011).

O aluno - treinador adjunto organizava e orientava as sessões de treino e os jogos. O aluno - diretor de equipa organizava e geria os recursos espaciais, humanos, materiais e temporais da sua equipa. O aluno - árbitro garantia que todos os jogadores jogavam e respeitavam as regras da forma mais justa possível. O aluno - jogador representava a equipa nos jogos e competições, tendo sempre uma atitude de bom desportivismo, *fair play* e cooperação com os colegas de equipa e com os adversários. O aluno - oficial de mesa registava todos os acontecimentos do jogo.

Assim sendo, o docente permanecia como o supervisor de todo o processo, no entanto, não deixava de ter a responsabilidade no sentido de trabalhar para que os alunos atingissem os objetivos propostos para a aula. Pretende-se deste modo potencializar o desenvolvimento de competências transversais, e cruciais para a vida adulta, como responsabilidade, autonomia, capacidade de debate, de fundamentação, de gestão de conflitos, de saber aceitar a opinião do outro.

3.5.1. O MED na Ginástica

A ginástica é uma modalidade bastante complexa, não só pelo facto de englobar vários aparelhos que pressupõem movimentos diferenciados, mas também por requerer uma exigência elevada ao nível da execução dos elementos (Araújo, 2004).

Segundo Almada *et al.* (2008) a Ginástica é considerada uma modalidade que se enquadra, predominantemente, nos Desportos Individuais, uma vez que leva o aluno a centrar toda a sua atenção no movimento que pretende realizar, isolando-se de qualquer fator que o possa distrair e quebrar a sua *performance*. O conhecimento que o próprio aluno faz de si mesmo, possibilita-o compreender os seus próprios limites, reconhecendo até que onde pode caminhar (Almada *et al.*, 2008).

Para o desenvolvimento da metodologia de avaliação com base no MED, recorreu-se a um especialista nesta matéria de ensino, nomeadamente para: (i) definição dos critérios de êxito a observar na avaliação inicial e final; (ii) auxílio na avaliação de *performance* e (iii) apoio na conceção e desenvolvimento de estratégias de implementação do MED.

Numa primeira fase procedeu-se a uma avaliação inicial, baseada nos códigos de pontuação da Ginástica Artística masculina (GAM) e feminina (GAF), bem como o código de pontuação de Ginástica de Trampolins, referente ao Minitrampolim. Relativamente à ginástica de solo foram feitas adaptações ao sistema de ensino, ou seja, em vez de o docente avaliar uma sequência de solo como um todo, a avaliação era realizada elemento a elemento, em concordância com os objetivos definidos pelo PNEF. O sistema de pontuação na ginástica de solo realizava-se numa “visão do todo” a cada elemento gímico, ou seja, eram atribuídos 10 pontos à execução perfeita de cada elemento gímico, enquanto que o sistema de pontuação na ginástica de aparelhos (minitrampolim) realizava-se critério a critério. As penalizações estavam associadas à execução dos critérios de êxito.

O MED estava estruturado em quatro etapas fundamentais: (i) a avaliação inicial, (ii) a pré-época, (iii) a época e (iv) a avaliação final, também tratada por evento culminante. O modelo foi aplicado em 13 aulas de 90 minutos o que resultou num total

de 1170 minutos. As situações de aprendizagem eram seis, a avaliar, na ginástica de solo sendo: (i) o rolamento à frente e (ii) à retaguarda, (iii) o avião, (iv) a roda, (v) a ponte e (vi) apoio facial invertido. Na ginástica de aparelhos eram equacionados: (i) o salto de vela, (ii) o salto engrupado, (iii) o salto de carpa, (iv) o salto com meia ou uma pirueta e (v) o mortal à frente engrupado.

Anterior à escolha das situações de aprendizagem, procedeu-se ao inventário de materiais destinados à ginástica, a confirmação da conservação e possibilidade de operacionalização desses mesmos materiais. Seguindo o inventário procedeu-se ao levantamento dos materiais necessários, sendo eles: colchões de queda, minitrampolim, *Reuter*, colchões de solo, *bocks*, plintos e tapetes gímnicos. A quantidade necessária de materiais, para a aplicação dos Pa, foi adaptada considerando o número de estações e de alunos que tínhamos em atividade.

Visto que as equipas do MED poderiam ser compostas por 4 a 5 jogadores, tendo em conta o número máximo de alunos que a nossa poderia ter foram criadas três equipas homogéneas. O formato da competição, das sequências gímnicas, estava repartido em duas estações: a de ginástica de solo e a de ginástica de aparelhos (minitrampolim) de forma a rentabilizar ao máximo o tempo de empenhamento motor.

Dentro das equipas existiam papéis/funções específicas para cada aluno de forma a que todos se sentissem responsáveis pelo sucesso da equipa, essas funções poderiam ser variadas tais como: Treinador-adjunto; Técnico de ajudas; Capitão de equipa; Diretor desportivo; Diretor de imprensa; Oficial de prova – Júri.

3.5.1.1. Operacionalização do MED na Ginástica

A avaliação inicial decorreu na primeira aula de 90 minutos, sendo a mesma captada em vídeo, para posterior observação dos alunos, individualmente, fundamentando a criação das equipas. Para que fosse possível avaliar todas as situações propostas foi

criada uma ficha de avaliação para o efeito, sendo utilizada durante toda a época desportiva: (i) avaliação inicial, (ii) competições (iii) e avaliação final (consultar anexo 5).

Todos os elementos gímnicos estavam associados a cinco critérios de êxito. Na Ginástica Artística, dos cinco critérios definidos, tendo em conta a sua globalidade, as penalizações estavam atribuídas da seguinte forma: "0", se o aluno executasse o elemento sem erros; "0,3", se o aluno fizesse o elemento, mas não cumprisse dois critérios de êxito; "0,5": se o aluno executasse o elemento, mas não cumprisse três ou quatro critérios de êxito e 1 para o aluno que realizasse o elemento gímnico, mas não cumprisse nenhum dos critérios de êxito definidos. Quando os alunos que não executassem o elemento gímnico tinham uma penalização de 10 pontos.

Na Ginástica de Aparelhos (minitrampolim) era contabilizado, em cada critério de êxito, um valor de 0, 0,1, 0,2. O valor "0 (zero)", correspondia à avaliação do critério sem erros por parte do aluno; o valor "0,1" correspondia ao cumprimento do critério com alguns erros/falhas e o valor "0,2", correspondia ao cumprimento do critério com muitos erros/falhas. Para os alunos que não executassem o elemento gímnico, o valor máximo da penalização permitido era de 10 pontos.

Em relação às ajudas gímnicas, quer na Ginástica de Solo, quer na Ginástica de Aparelhos (minitrampolim), o valor da penalização estava atribuído da seguinte forma: "0,5", se o aluno necessitasse de uma ajuda muito ativa para realizar o elemento gímnico e "0,2", se o aluno beneficiasse de uma ajuda pouco ativa para executar a habilidade gímica.

A Pré-Época desenrolou-se por 5 aulas de 90 minutos, centrando-se na preparação dos alunos com as progressões e situações de aprendizagem dos elementos gímnicos, tendo na sua génese o Manual de Ajudas de (Araújo, 2002).

É nesta fase que são constituídas as equipas. Foram criadas equipas homogéneas, relativamente à performance, com base nas observações dos vídeos da avaliação inicial. É importante referir que as equipas deverão sentir que não estão a ser injustiçadas, ou seja, entre equipas deverá existir uma equidade, em que estão a competir no mesmo patamar, em igualdade de oportunidades.

Os contratos dos alunos (consultar anexo 6) com as respetivas tarefas são, nesta fase, assinados. As tarefas a atribuir estavam dependentes do número de alunos e dos comportamentos que queríamos solicitar (e.g. juiz; treinador adjunto; capitão de equipa; diretor de equipa; fotógrafo de equipa; entre outros).

Contudo, verificamos que os papéis de cada aluno devem estar bem definidos, para que as dúvidas, em relação à função, fossem minimizadas ou até mesmo inexistentes. Na atribuição de tarefas, o docente deverá ter o cuidado de escolher/verificar se o aluno está ou não capaz de desempenhar a função que lhe foi atribuída, isto porque se o aluno que não se sente apto, ou até mesmo, não deseja essa responsabilidade, a equipa poderá sofrer consequências com essa função mal atribuída. Neste sentido, o docente deverá estar atento e intervir com a melhor solução possível para o efeito.

O dossier do aluno (consultar anexo 7) foi criado para servir de apoio ao aluno no sentido de que o mesmo tinha um guião para utilizar nas suas aulas, e fora das mesmas, contribuindo para a melhoria da sua performance e dos seus colegas de equipa.

Assim sendo, no documento encontramos um pequeno (i) enquadramento acerca do MED; (ii) o regulamento do campeonato; (iii) os diferentes elementos gímnicos a ser avaliados indicando, em cada um deles, os seus critérios de êxito; (iv) as situações de aprendizagem/progressões e as ajudas; (v) o quadro competitivo; (vi) as funções de cada elemento da equipa e suas tarefas associadas; (vii) e, por fim, os planos de treino.

Um documento de apoio, designado de “dossier do docente” (consultar anexo 8) foi criado para que o professor verifique a metodologia de avaliação, ou seja, que parâmetros a ser avaliados e a pontuação/penalização a atribuir a cada um deles. Verificamos durante a aplicação do MED que este documento de apoio também auxiliou os alunos, que tinham a função de juízes nas competições, e no evento culminante, visto que os mesmos conseguiam, pelos esquemas apresentados, identificar as componentes críticas de cada exercício mais facilmente.

Os treinos têm início na fase da “época”, sendo eles divididos por quatro sessões de noventa minutos e as jornadas divididas em três sessões de noventa minutos. Nos treinos os alunos tinham acesso às avaliações realizadas pelo docente e verificavam os aspetos/elementos gímnicos a treinar nas próximas sessões. As equipas organizadoras da jornada ficavam responsáveis pela montagem das estações, ajuizar a competição e fotografar os eventos.

A avaliação dos elementos gímnicos eram da responsabilidade do professor e dos juízes das equipas que não estavam a competir. As jornadas com duração de uma sessão de 60 minutos e estavam estruturadas em duas partes de 30 minutos. Cada elemento da equipa tinha a possibilidade de realizar a sequência gímica 2 vezes, sendo contabilizada a sequência mais pontuada.

Os resultados das jornadas tinham uma ponderação de 60% da avaliação do docente e 40% dos juízes - alunos. Posteriormente a pontuação estava dividida em quatro patamares, sendo que o primeiro lugar correspondia a vinte e cinco pontos, o segundo lugar a vinte pontos, o terceiro lugar a quinze pontos e o quarto lugar a dez pontos.

Paralelo à avaliação da execução dos elementos gímnicos foram criados, critérios de avaliação para a execução das funções do MED, nomeadamente: (i) ajudas gímnicas, (ii) o cumprimento das funções contratuais e o (iii) *fair-play*. Assim sendo, em todos os

treinos e jornadas a equipa tinha a si atribuído, inicialmente, 25 pontos pelas alíneas (i), (ii) e (iii), que podiam ser retirados segundo vários critérios criados para o efeito (consultar anexo 7 – Dossier do aluno).

Na última sessão de 90 minutos desta fase é importante reservar tempo para a preparação do evento culminante, fase seguinte deste modelo, isto porque os trofeus já deverão estar criados e prontos para oferecer aos vencedores no último dia de avaliação. Os trofeus poderão ser realizados em paralelo com outras disciplinas (e.g. educação visual e tecnológica, desenho, multimédia), criando multidisciplinariedade de matérias de ensino. Nesse sentido, os alunos poderão ter a responsabilidade e oportunidade de criarem os troféus do seu campeonato apelando à criatividade dos mesmos. No entanto, esta tarefa terá de ser designada desde cedo, na fase da pré-época, para que o mesmo esteja disponível no dia do evento.

Os treinos foram aplicados considerando a avaliação inicial e posteriormente as avaliações intermédias, que eram fornecidas aos alunos para análise e prescrição do exercício dos colegas de equipa. As competições assumiam um carater muito semelhante ao evento culminante para preparar os alunos para o mesmo.

Por fim, numa última fase do modelo, temos a avaliação final – o evento culminante, centrada em uma sessão de 90 minutos, com festividade, convite a agentes da comunidade escolar (e.g. encarregados de educação, especialistas da modalidade), onde se procede à entrega de prémios às equipas vencedoras após o apuramento dos resultados.

Importa referir que a classificação final estava dependente em 70% do trabalho desenvolvido nos treinos e jornadas e 30% do evento culminante (avaliação final).

3.5.2. O MED nos Jogos Desportivos Coletivos

Para Graça e Mesquita (2013), os JDC assumem um papel de relevo no currículo da EF a nível mundial e continuam a integrar o mesmo como conteúdo de educação, devido: (i) ao seu valor próprio; (ii) ao seu potencial edificante do humano, como prática moral, cultural e social; e (iii) ao seu potencial para enriquecer de prazer, de significado e sentimento de realização a vida de quem está, de uma qualquer forma ligado à prática dos jogos.

Os JDC são caracterizados pelo confronto entre duas equipas, condicionadas pelo cumprimento de um regulamento, que se dispõe de uma forma particular no terreno de jogo e movimentam-se com o objetivo de vencer. As sucessivas configurações que o jogo vai experimentando, tanto no ataque como na defesa, são resultado da forma com ambas as equipas geram as relações cooperativas e opositivas em função do objetivo do jogo (Garganta, 1998).

Na perspetiva de Bayer (1994), os JDC podem ser agrupados numa única categoria, pelo facto de possuírem seis invariantes comuns (bola ou objeto jogável, espaço delimitado de jogo, companheiros de equipa para cooperar, adversários para superar, alvos para atacar e defender, regulamentos específicos de funcionamento para cumprir), que conferem uma estrutura similar ao jogo.

Desportos como o andebol, basquetebol e futebol são considerados jogos dependentes do fator tempo. Modalidades essas que, de acordo com Almada *et al.*, (2008), enquadram-se no modelo taxonómico de Desportos Coletivos. Neste tipo de desportos a ocorrência de uma constante situação de cooperação/oposição possibilita a existência de um diálogo entre companheiros e adversários. Estas modalidades desportivas coletivas privilegiam a divisão do trabalho pelos diferentes elementos do grupo, implicando o desempenho de funções específicas e o domínio da dinâmica das suas coordenações.

Os desportos coletivos, segundo Almada *et al.*, (2008, p. 250), são desportos que privilegiam a divisão de trabalho pelos vários elementos de um grupo, implicando um trabalho na área da dinâmica de grupo estando presente um desempenho de funções específicas pelos elementos, mas também um domínio da dinâmica da coordenação das suas funções. Trata-se de um modelo em que $t \geq t'$, sendo t o tempo de ação ofensiva e t' a ação defensiva, pretendendo que se verifique uma boa dinâmica de grupo e que o t do atacante seja inferior ao t da defesa, aumentando as probabilidades de a equipa alcançar o objetivo (Almada *et al.*, 2008).

Os JDC, tal como a ginástica, foram abordados através do MED, onde treze aulas de noventa minutos, perfazendo um total de mil cento e setenta minutos, estavam reservadas para a aplicação deste modelo. As modalidades escolhidas foram o andebol, o basquetebol e o futebol, sendo que o formato das equipas passava por: 5x5 no andebol; 3x3 no basquetebol; 4x4 no futebol, ou seja, em formato de jogo reduzido para incentivar a aprendizagem dos alunos de forma mais eficaz. Os membros das equipas poderiam receber vários papéis/funções, sendo eles: treinador adjunto, marcador, árbitro, dirigente, estatístico, capitão de equipa.

Tendo já efetuado uma época desportiva para a Ginástica o *transfer* para a aplicação do MED nos JDC foi mais fácil (e.g. contratos apenas necessitaram de alguns ajustes). No entanto, devido à especificidade da modalidade coletiva, foi necessário a criação de um dossier do aluno (consultar anexo 9) com exercícios de defensivos, ofensivos, defensivos e ofensivos. Este documento exigiu alguma dedicação da nossa parte de forma a criarmos exercícios que fossem o mais natural e real possível, mas que fossem, igualmente, passíveis de mudança/adaptações. O dossier dos alunos, com os exercícios a aplicar nos treinos conforme as dificuldades dos colegas das suas equipas,

possuíam uma linguagem clara, com esquemas gráficos para facilitar a leitura dos mesmos.

As jornadas estavam divididas pelas modalidades inseridas no MED, ou seja, nas primeiras aulas treinava-se o andebol para uma jornada de andebol, de seguida treinava-se o basquetebol para uma jornada de basquetebol e assim sucessivamente, não impedindo os alunos de treinarem as três modalidades, em simultâneo, em qualquer um dos dias de treino. Em cada dia de treino, os alunos tinham de preencher o plano de treino consoante a avaliação/jornada do dia anterior e aplicar os exercícios que mais se adequavam à equipa para obtenção de melhores resultados. Todo o processo era supervisionado e acompanhado pelo docente.

O evento culminante, tal como na ginástica, era o evento encerrador da matéria de ensino onde havia lugar à festividade com a avaliação final, apuramento de resultados e atribuição de prémios.

3.5.2.1. Operacionalização do MED nos JDC

A escolha das equipas foi uma tarefa desafiadora, visto que ao tentar formar as equipas o mais homogéneas possível, esbarramos na escolha de equipas sem afinidade entre os membros da equipa, o que nos levou a mensurar qual seria a escolha mais acertada, com vista a evitar prejudicar todo o processo.

Ao longo da aplicação dos exercícios verificamos que alguns resultavam e outros nem tanto. Contudo, acreditamos que esses exercícios, não resultando com os nossos alunos, não queria isso dizer que não resultaria com outros alunos, outra turma, outro docente a aplicá-los. Além disso, o documento criado poderá ser adaptado à realidade da turma que estamos a trabalhar, ou seja, inserir novos exercícios e/ou variáveis mais ou menos complexas.

Muitos alunos não conseguiam compreender os objetivos de alguns exercícios o que implicou uma explicação mais pormenorizada de alguns deles. O professor teve de intervir nomeadamente no início das aulas para que iniciassem os seus planos de treino, visto que necessitavam de algum tempo para efetivar o mesmo. No entanto, ao operacionalizarem o plano, a aula decorria na sua normalidade com a execução dos exercícios propostos. Verificou-se que alguns alunos escolhiam os exercícios pelo cariz lúdico e não porque iriam trabalhar algum princípio de jogo específico e então foi necessária a intervenção do docente para que os mesmos percebessem que aqueles exercícios ditos lúdicos estavam ali inseridos para o início ou fim das aulas e não para trabalhar especificamente os princípios de jogo que eles necessitavam para evoluir.

3.5.3. O modelo de ensino nas restantes matérias

As restantes matérias de ensino abordadas foram aplicadas mediante os objetivos específicos definidos para cada uma delas. Definimos objetivos por períodos (ou etapas) e no final de cada período foi efetuado um balanço entre o delineado, o conseguido e quais as conclusões e consequentes adaptações a serem realizadas.

O trabalho de condição física que realizamos teve em conta os resultados da avaliação diagnóstico (AD) relativamente aos níveis de aptidão física dos alunos, esse trabalho foi desenvolvido no sentido de demonstrar aos alunos, com resultados mensuráveis (mediante avaliação da EFERAM_CIT), a importância de uma prática regular e autónoma de atividade física e pretendíamos contribuir para que todos terminassem o ano na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – Bateria de Testes *Fitnessgram*).

Jacinto et al. (2001, p. 28) refere que ao nível das capacidades motoras, as preocupações metodológicas, deverão recair sobre os princípios pedagógicos, como: a

inclusão e a desigualdade dos processos de treino de acordo com as hipóteses e limitações de cada um. Assim sendo, foi nosso objetivo desenvolver, um trabalho mais específico, de preparação física, no início de cada aula, durante todo o ano letivo, promovendo hábitos de vida saudáveis nos nossos alunos, de forma individualizada. Definindo objetivos individuais resultou numa maior motivação por parte dos alunos (e.g. prancha *challenge*, onde verificamos o melhor tempo de cada aluno no decorrer das aulas).

3.5.4. Intervenção Pedagógica

Transitando da posição de aluno para docente, surgem novas tarefas e responsabilidades, que sendo uma novidade para o professor estagiário, implicou que o mesmo fosse capaz de, constantemente, se adaptar às exigências diárias que todo o processo acarretava. Contudo, a nossa preocupação prendia-se com a criação de condições que favorecessem o sucesso da aprendizagem nos nossos alunos.

Neste sentido o docente tinha a completa noção de que a forma como intercedesse no processo pedagógico, do(s) aluno(s), iria influenciar todo o desenvolvimento do(s) mesmo(s), isto porque a nossa responsabilidade passava por oferecer aos alunos transformações e adaptações no sentido de prepará-los para a vida e não apenas para um momento único.

Seguindo os mesmos princípios do MED, as restantes matérias de ensino elegidas, tiveram sempre em atenção a inclusão do aluno em todo o processo ensino-aprendizagem, tentando, sempre que possível, atribuir-lhe funções de gestão e organização das tarefas de aula, de apoio ao professor e aos colegas.

Ao abordar novas matérias de ensino, o docente iniciava a sua aula fazendo um retrospecto sobre a matéria dada nas aulas anteriores. Esta estratégia foi particularmente

eficaz nas ARE na criação da coreografia pelos alunos, no sentido de eles procurarem inovar os seus passos com novos conteúdos/danças que aprenderam (e.g. a junção de passos de valsa com *cha cha cha*).

Na organização dos alunos estabelecemos, sempre que possível, grupos de trabalho homogêneos quanto ao nível de proficiência, para conseguirmos atuar de forma mais eficaz nas situações de aprendizagem e, se necessário, à individualização da tarefa. Isto porque tal como Jacinto et al. (2001 p.30) indica a formação de grupos é “um elemento chave na estratégia de diferenciação do ensino. Os diferentes modos de agrupamento (...) devem ser considerados processos convenientes (...) como etapa necessária à formação geral de cada aluno”.

Esta situação já não se verificou na matéria de ensino de ARE, isto porque devido a constrangimentos sociais optou-se por dar a oportunidade aos alunos de escolherem os seus grupos de trabalho para que se sentissem mais à vontade e motivados. Contudo, nas situações de aprendizagem, aplicadas nas aulas, o docente trabalhou no sentido de que todos os alunos tivessem uma experiência de dança com todos os colegas, utilizando um método rotativo (o aluno dançava com o seu colega da frente, do sexo oposto, que ao sinal do docente passaria para o colega do lado direito e assim sucessivamente).

Quanto ao tempo de empenhamento motor tentamos que o mesmo se mantivesse em níveis elevados, evitando ao máximo que fosse perdido tempo, em fases de instrução de tarefa, criando estações e instruindo de forma específica e clara ao grupo o que deveriam de trabalhar na aula em questão, passando aos grupos seguintes e assim sucessivamente. Esta estratégia teve bons resultados visto que além de instruir, individualmente ou em grupo, o docente também tinha oportunidade de fornecer *feedbacks*, interrogativos e corretivos, conforme o que observou durante o exercício anterior, evitando expor os alunos a toda a turma.

Para a abordagem das diferentes matérias de ensino a maior ênfase foi atribuída às matérias em que os alunos apresentavam maiores dificuldades, no sentido de motivá-los através da utilização de matérias favoritas no cumprimento de objetivos comuns.

Sempre que se justificava, os *feedbacks* aconteciam de forma individualizada incentivando, a partir de *feedbacks* interrogativos, que os alunos compreendessem as situações de aprendizagem integrando-os no processo ensino-aprendizagem como elementos produtores e não consumidores das mesmas. Além disso, procurou-se instruir/demonstrar os movimentos corretivos que os alunos deveriam ter em conta para que obtivessem sucesso na sua tarefa. Por vezes, recorremos a alunos mais proficientes para essa tarefa no sentido de incentivar/motivar os restantes colegas.

Com o decorrer do ano letivo fomos melhorando as estratégias pedagógicas, resultado da nossa aprendizagem proveniente do EP e de um melhor conhecimento da turma. Neste sentido destacamos a criação de um grupo de turma, privado, no *facebook*, onde o docente enviava as informações sobre a aula seguinte para que os alunos estivessem familiarizados com a matéria da aula. Esta estratégia/ferramenta pedagógica resultou, pois os alunos tiravam as dúvidas no referido grupo e as tarefas, na aula, encadeavam-se muito mais rapidamente. Além disso, esta é uma ferramenta que, articulada a outras convencionais, promove a atração dos alunos para o ato de aprender utilizando a internet de maneira intencional, orientada e sistematizada na estruturação de novos conhecimentos.

No primeiro período, solicitamos a realização de um teste teórico na matéria de ensino de desportos de raquete, onde antecedente à tarefa foram enviadas todas as informações necessárias para o referido teste, no entanto, os alunos não demonstraram interesse o que se revelou nos baixos resultados obtidos. Assim sendo, encaramos esta

metodologia como uma tarefa menos bem sucedida pelo que no decorrer do ano letivo optamos por outras formas de avaliação, como as questões-aula.

Aleatoriamente eram aplicadas questões a alunos que deveriam responder no momento sobre o assunto. Todas as questões abordadas estavam relacionadas com os conteúdos das aulas e ao que era colocado, pelo docente, no grupo da turma. Esta estratégia permitiu dar oportunidade a todos os alunos de falar perante os colegas na aula, o que para muitos foi desafiador mas que, com o tempo, foi superado o obstáculo, nomeadamente, da timidez, face ao julgamento da turma.

Perguntar desenvolve, a capacidade e a competência de levantar hipóteses e montar estratégias para a resolução dos problemas e dominar uma metodologia que permita descobrir o que não é verdade, evitando conjecturas (Lopes, 2013) Agora nos devemos questionar será que os nossos alunos entendem o objetivo da tarefa que estamos a solicitar aos mesmos? E nós, docentes, também entendemos a intencionalidade daquilo que propomos? É importante que todos os intervenientes neste processo estejam cientes do que é proposto e do que implica a ação.

Para que fosse possível avaliar os alunos que, por vezes, não podiam participar na aula prática tínhamos definido, antecipadamente, tarefas para os mesmos. Os relatórios das aulas (consultar anexo 10) representavam mais uma parte da avaliação. Nestes relatórios encontrávamos uma série de questões adaptadas à matéria de ensino que o docente estaria a aplicar. Quando possível os alunos também tinham tarefas de gestão/organização da aula/matéria a lecionar como, por exemplo, arbitrar os jogos. O importante era manter os alunos focados e ativos na tarefa mesmo que apenas de forma cognitiva.

3.5.5. Avaliação e Controlo

As avaliações são um fator essencial em cada processo, porque permitem diagnosticar os erros do processo, ajustar as respostas e a qualificar e quantificar processos, os seus efeitos e consequências. Contudo, devemos ter em atenção se o instrumento de avaliação mede o que realmente interessa. Isto porque nós avaliamos para provocar uma ação e ajudar a alcançar um objetivo (Lopes, 2013, p.30).

Lopes (2013, p.104) refere que para podermos prescrever da melhor forma precisamos de efetuar um bom diagnóstico dos problemas que interessam e são necessários resolução. Acrescenta ainda que sem este saber não é possível ter uma intencionalidade no “para onde queremos ir” ou no “que queremos ser”.

Assim sendo, na nossa carreira docente há que existir um cuidado especial sobre o que vamos avaliar, como avaliar e quando avaliar. Não podemos avaliar só porque achamos que o devemos fazer, porque é o “habitual”, mas sim, porque é necessário para uma melhor intervenção no processo pedagógico.

Conforme referido na reunião do grupo disciplinar, de EF, os critérios de avaliação para o Ensino Secundário encontram-se divididos segundo alíneas constantes no quadro2.

QUADRO 2. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO - ENSINO SECUNDÁRIO - EBSGZ.

	Domínios Anos	10º e 11º	12º
Motor	Desempenho motor	60%	65%
	Aplicação das regras		
	Fichas de observação		
Cognitivo	Teste Trabalho	20%	25%
Relacional	Civismo	10%	5%
	Responsabilidade	10%	5%
	Empenho		

Partindo dos pressupostos acima apresentados foi nos possível passar à fase em que estruturávamos a avaliação em três fases: (i) Avaliação Diagnóstico (AD); (ii) Avaliação Formativa (AF) e (iii) Avaliação Sumativa (AS).

3.5.5.1. Avaliação diagnóstica

Segundo o PNEF:

“No protocolo de avaliação inicial, as situações de avaliação e procedimentos de observação e recolha de dados deverão considerar os aspetos críticos do percurso de aprendizagem em cada matéria e sintetizar o grau de exigência de cada nível do programa, nos critérios e indicadores de observação acertados entre todos.” (Jacinto et al., 2001, p. 25).

A avaliação construiu-se através de uma linha de partida e de chegada, e do trajeto entre esses extremos, para que fosse possível considerar o aluno no seu todo, traçando o seu desenvolvimento individual e grupal. Assim sendo, o instrumento utilizado para avaliar inicialmente foi o mesmo que o utilizado numa fase intermédia de avaliação e numa fase final da mesma, para que existisse uma evolução mensurável e fidedigna.

Sendo a avaliação inicial (de diagnóstica) de importância extrema, ao abordar uma nova matéria de ensino, a primeira aula era dedicada à avaliação diagnóstica, de forma a verificar em que nível de ensino os alunos permaneciam no sentido de podermos intervir no processo ensino-aprendizagem da melhor forma possível.

Desta forma, foi nos possível definir o ponto de partida que, foi ao encontro dos objetivos delineados pelo NE, sendo que o mesmo procurava avaliar o nível da turma utilizando vários instrumentos didático-pedagógicos, adaptados à matéria de ensino em questão.

3.5.5.2. Avaliação Formativa

A AF pretende determinar onde o aluno encontra-se ao longo de uma matéria de ensino, identificando as dificuldades e agregando as possíveis soluções (Ribeiro, 1997).

Haydt (2000) salienta que a AF permite verificar se os objetivos de aprendizagem estão a ser alcançados, verificando se existe harmonia entre os objetivos definidos e os resultados alcançados durante a evolução das atividades propostas. Através desta avaliação há a necessidade de o aluno compreender os seus erros e procurar trabalhar sobre os mesmos, assim como também é esse o trabalho do professor, resultando uma interação entre ambos, principalmente através de mecanismos de *feedback*. Isto verificou-se, na aplicação do MED, quando os alunos eram capazes de verificar onde precisavam de treinar mais com o objetivo de, em equipa, obter melhores resultados.

Neste sentido, o MED apresenta benefícios no que toca à responsabilização do aluno à sua própria performance, à necessidade que ele tem de treinar mais para melhorar, ou seja, o aluno identificando as suas dificuldades é capaz, se desejar, de criar as estratégias necessárias para ultrapassar os seus obstáculos. Além disso, este aluno preocupa-se em trabalhar com a equipa para melhorar não só o seu resultado, mas o dos colegas, havendo uma entre ajuda e uma dinâmica de grupo distinta.

A AF permite que o docente seja capaz de detetar e identificar lacunas na sua forma de ensinar, possibilitando reestruturações no seu trabalho didático, com o objetivo de melhorá-lo (Haydt, 2000). Assim sendo, durante a AF o docente foi capaz de passar pelo percurso de avaliação, de cada aluno, verificando o que foi realizado e como esse processo se encontra visando atingir os objetivos definidos na AD. Só dessa forma o docente terá capacidade de verificar em que ponto deverá intervir na formação do aluno.

3.5.5.3. Avaliação Sumativa

A AS pretende ajuizar o caminho que o aluno percorreu, durante uma matéria de ensino, do começo até o fim, com vista a conferir os resultados já recolhidos nas

avaliações formativas e obter indicadores que permitam melhorar o processo de ensino (Ribeiro, 1997).

Haydt (2000) afirma que a avaliação sumativa tem como objetivo classificar os alunos segundo os seus níveis de aproveitamento do processo de ensino-aprendizagem.

Assim sendo, a AS era realizada no final de cada período letivo, atribuindo uma classificação quantitativa numa escala de 0 a 20 valores. Todo o processo de avaliação foi complexo e colocou ao docente grandes desafios no que toca a tentar avaliar de forma individual tendo em conta todo o contexto envolvente em cada um dos alunos, um processo que, segundo a nossa opinião, não deveria se resumir de forma quantitativa.

3.6. ASSISTÊNCIAS ÀS AULAS

3.6.1. Enquadramento das Assistências às Aulas

O processo de assistências às aulas surge como uma das tarefas do EP, que nos permite aprender a observar e refletir de forma crítica o que observamos. Esta tarefa, contribui para a melhoria da qualidade da eficácia pedagógica e da aprendizagem.

Para a observação de aulas é importante definirmos o que é que se pretende observar, para depois determinar como fazer e que técnicas utilizar. Sarmiento (2004) afirma que há uma necessidade de existência de princípios orientadores no processo de observação, incidindo-se no que realmente ocorre e não naquilo que o observador gostaria de ver.

Assim sendo, teremos de ter em atenção que o processo de observação não deverá ser influenciado por fatores intrínsecos, como a nossa experiência, a nossa teoria de ensino, ou até mesmo a expectativa que temos do professor observado. O nosso interesse

deverá ser analisar os comportamentos observados e refletir sobre os mesmos, tendo como principal objetivo a nossa formação profissional.

Reis (2011) afirma que para o sucesso da observação das aulas, é necessária a preparação cuidadosa da duração, frequência, identificação e negociação de comportamentos específicos a observar, a escolha de metodologias a utilizar e a operacionalização de instrumentos de registo adequados à recolha sistemática dos dados considerados significativos.

Para a melhoria da eficácia pedagógica, dos professores, na observação das aulas, é importante considerar os seguintes objetivos: (i) identificar os aspetos do conhecimento e prática pedagógica a melhorar; (ii) adaptar o processo de observação às características e necessidades específicas de cada docente; (iii) proporcionar a reflexão sobre as potencialidades e limitações das diferentes metodologias, estratégias, atividades e abordagens; (iv) desenvolver a capacidade de analisar e refletir como observador; (v) ser capaz de auto refletir, de se auto avaliar e de ter um espírito auto crítico; (vi) criar um instrumento de observação; (vii) modificar comportamentos em função das dificuldades encontradas e contestadas (Reis, 2011).

O sistema de observação adotado foi em *checklist*, considerando que fornece registos objetivos dos processos de ensino-aprendizagem a partir de categorias pré-definidas. Tivemos como base o instrumento criado pelo NEEBSGZ no ano letivo 2014/2015 (consultar anexo 11). Em seguida podemos verificar todas as categorias de observação selecionadas:

- **Instrução:** categoria onde observarmos se o vocabulário utilizado é adequado ao público-alvo, se os objetivos e os conteúdos são transmitidos aos alunos de forma clara e objetiva, qual a forma de instrução utilizada pelo professor (verbal e/ou

demonstração) e se o mesmo apresenta recurso a formas de expressão que explicitam os conteúdos e termos técnicos da aula em questão.

- **Feedbacks:** categoria onde pretendemos observar o objetivo, a direção, a forma e a afetividade do *feedback* fornecido pelo docente. A partir destas subcategorias é nos possível perceber a frequência e o tipo de *feedbacks* mais utilizados.
- **Organização e planeamento:** categoria onde observamos se o docente é capaz de organizar as atividades nas áreas disponíveis para a prática, se tem a capacidade de adaptar-se perante situações inesperadas e se os conteúdos são coerentes aos objetivos estabelecidos e às competências dos alunos. Observamos ainda a rentabilização dos alunos como possível agente de ensino, por exemplo, a nível de demonstração ou de orientação de exercícios. Análise aos tempos de transição e de execução dos exercícios se são controlados e rentabilizados. Por fim, averiguar a existência ou não de funções para os alunos dispensados.
- **Controlo e segurança:** categoria onde verificamos se existe uma gestão correta, hábil e eficaz do tempo de aula, se o posicionamento e deslocamento do professor é estratégico o suficiente para não perder os alunos do seu campo de visão e por fim se o docente demonstra capacidade para adotar medidas preventivas, evitando situações de risco, alertando os intervenientes com frequência.

A ficha de observação, explanava as competências/comportamentos observados, numa escala de um a três, onde um correspondia a pouco, dois a suficiente e três a muito. Na secção das observações colocávamos as informações que julgávamos mais pertinentes.

3.6.2. Observação: um complemento na formação do docente.

Numa fase inicial, as observações realizadas às aulas do orientador cooperante, maioritariamente através de observação visual e informal, foram fundamentais para sermos capazes de enquadrar o processo de ensino, de EF, e de identificar particularidades que não estávamos familiarizados.

A observação das aulas foi, sem dúvida, um meio influenciador, e por vezes facilitador, da nossa intervenção pedagógica. Este processo de observação demonstrou como alguns exercícios resultavam, em tempo real, enquanto que outros apresentavam algumas lacunas o que nos permitiu refletir e alterar os nossos Pa em tempo útil. Outra questão analisada foi que, sendo a turma observada, maior que a turma de intervenção, verificamos que existiam diferentes dinâmicas que poderiam ser criadas nos diferentes grupos, facilitando a aplicação de alguns exercícios, mas colocando, igualmente, condicionantes no que toca ao ensino individualizado. Além disso, os diferentes níveis de empenhamento motor eram notórios, havendo uma necessidade de adaptação dos exercícios.

A nossa atuação enquanto professores foi-se tornando coerente e cada vez mais eficaz, muito pelo facto de sermos observados e termos a capacidade de analisar, de discutir, de partilhar informações e, sobretudo, de conseguir refletir sobre a nossa atuação. Sendo que muitas vezes a perspetiva de quem está de fora é diferente de quem está inserido no contexto. As fases de pós-observação foram fundamentais para transformar a complexidade dos dados obtidos em representações claras.

Não podemos ver a reflexão como um fim, mas sim como um meio que concede aos indivíduos, através de um processo de contextualização da ação, uma construção interna da situação, permitindo visualizar novas formas de atuar e, dessa forma, melhorar as nossas competências como docentes através de uma prática reflexiva.

Considerando que o alcance da excelência profissional poderá ser gerido através das observações e das reflexões que fazemos sobre a nossa intervenção, temos consciência de que a formação de um professor deve ser um processo contínuo. Não menos importante do que estabelecer esta ideia, é a possibilidade de poder observar e refletir outras aulas, outras metodologias, outras abordagens, outras estratégias de ensino, cruzando e discutindo perspectivas e pontos de vista enriquecedores.

No nosso entender a assistência às aulas, sua análise e observação revelou ser um elemento fundamental na nossa formação. Isto porque a realidade da turma que estamos a observar não é a mesma realidade da turma em que somos os agentes de ensino. O que pode resultar na turma observada, não quer dizer que resultará na nossa intervenção, exigindo uma constante adaptação, do docente, no momento de aplicação das estratégias observadas. É importante ter em conta que o ensino de hoje não é o mesmo que de há 10 anos atrás nem será, com certeza, o mesmo de daqui a 10 anos, daí a necessidade de todos nós professores mantermo-nos atualizados numa sociedade em constante desenvolvimento.

4. AÇÕES DE NATUREZA CIENTÍFICO-PEDAGÓGICAS

As Ações de Natureza Científico-Pedagógica (ANCP) têm como objetivo servir de complemento à nossa formação acadêmica, oferecendo-nos uma imensidão de variáveis que nos farão procurar construir estratégias mais eficientes para atingir os objetivos propostos. Libâneo (2001), refere que *“não há sociedade sem práticas educativas”*. (...) e a pedagogia *“não se refere apenas às práticas escolares, mas a um imenso conjunto de outras práticas”*.

Neste capítulo apresentamos e refletimos a Ação Científico-Pedagógica Individual (ACPI) e a Ação Científico-Pedagógica Coletiva (ACPC), duas dinâmicas distintas que nos possibilitou enriquecer a nossa experiência pedagógica, permitindo partilhar com a sociedade e em particular com os professores de Educação Física os conhecimentos adquiridos com a pesquisa e a experiência de operacionalização da mesma. Neste sentido, esta experiência não só enriqueceu a nossa ação educativa, como possibilitou a outros conhecer e entender outras realidades, oferecendo-lhes opções de metodologias e estratégias de atuação na sua carreira docente.

A temática de ambas as ações estavam interrelacionadas, sendo que a ACPC surge como complemento da ACPI. A ACPI, estava direcionada para os professores de EF da EBSGZ, enquanto que a ACPC direcionava-se para todos os professores de EF, e possíveis interessados na área, como estudantes de Desporto, da RAM.

4.1. AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA INDIVIDUAL

4.1.1. Conceptualização

No início do ano letivo na reunião inicial do grupo de EF (3º ciclo e secundário) o planeamento das atividades de estágio que seriam realizadas naquela instituição em prol

da comunidade educativa. Neste contexto, verificou-se um interesse, por parte dos docentes, em procurar entender melhor as características do MED nas matérias de ensino Ginástica e JDC, ficando mais atraídos pela primeira. Assim sendo, em conjunto com a orientadora científica do NEEBSGZ, foi selecionado o título da ACPI, designado “Operacionalização do modelo de educação desportiva na Ginástica”.

Esta temática seria uma mais valia também para os colegas do NEMEEFEBS, visto que os mesmos passariam a aplicar esta metodologia nas suas aulas, não só deste ano letivo, mas também dos próximos. A escolha deste tema procurou diminuir as limitações da aplicabilidade da ginástica nas escolas, visto que os docentes demonstram alguma hesitação no que concerne a aplicar esta modalidade no contexto escolar. Este paradigma docente prende-se com o facto de associar à modalidade um risco de segurança, risco esse que, com esta ação, procuramos demonstrar que poderá ser reduzido, ou até mesmo eliminado, quando gerimos as variáveis e formamos os nossos alunos para o que serão as progressões pedagógicas para cada situação de aprendizagem (e.g. aplicação de ajudas).

Após definição da temática da ação, discutimos em conjunto com o grupo de EF possíveis datas e horários para a sua realização, considerando a disponibilidade de cada docente, de modo a possibilitar a participação de todos. Por iniciativa e sugestão do grupo disciplinar de EF, esta ação foi inserida numa das reuniões de grupo disciplinar, de carácter obrigatório, permitindo a presença de todos os docentes. A ACPI tinha preferencialmente como público-alvo os professores de EF do grupo de recrutamento 620, incluindo ainda os professores estagiários do MEEFEBS da UMa.

4.1.2. Operacionalização

A realização do evento, a nível teórico e prático, contou com a preparação da atividade e com a gestão da mesma aquando da sua realização, sempre com o auxílio dos orientadores do NEEBSGZ e também com o colega estagiário do respetivo grupo. A divulgação da ACPI passou pela apresentação da atividade na reunião do grupo de recrutamento 620 dos professores de EF da EBSGZ, criação de um cartaz de divulgação do evento, acompanhado por uma ficha de inscrição, e também através do contacto direto com os professores de EF ao longo dos dias antecedentes à ação (consultar anexo 12).

O cartaz foi exposto com duas semanas de antecedência, tendo sido exposto à entrada da sala de professores, com o auxílio da funcionária responsável pela afixação de eventos, e no *placard* da sala do grupo de EF, com o consentimento da delegada do grupo de EF. Os cartazes de divulgação expostos para a comunidade escolar foram aprovados pelo Conselho Executivo da respetiva instituição. Houve atenção cuidada em divulgar o evento através do contacto direto, oferecendo um convite elaborado para o efeito (consultar anexo 13), a cada docente, de modo a garantir que todos os professores tinham acesso à informação e conhecimento do mesmo.

O contacto direto – convite, revelou-se eficaz porque conseguimos garantir que todos os potenciais participantes tivessem acesso a todas as informações sobre a atividade e, por vezes, dando *feedback* do mesmo (e.g. hora adequada ou não). Além disso, demonstrou um cuidado especial para com os colegas, fazendo-os sentir valorizados e necessários para o bom funcionamento da ação, evidenciando que a nossa preocupação era a de oferecer algo de novo, no sentido de colaborar junto do grupo disciplinar.

Visto que o MED tinha sido aplicado nas turmas dos estagiários, no 1º período, conseguimos identificar possíveis lacunas no modelo e adaptar de forma a apresentarmos um instrumento válido aos participantes na ação. A atividade envolveu a organização de

todos os documentos que estavam associados à operacionalização do MED na Ginástica, ou seja, foi concebido um dossier com toda a documentação e ferramentas utilizadas, sendo posteriormente disponibilizado aos participantes de modo a auxiliar na implementação desta metodologia. Os documentos pedagógicos criados foram depois entregues em formato digital (CD-ROM) a cada um dos presentes na formação, possibilitando aos mesmos a operacionalização das ferramentas didático-pedagógicas ao abordar a ginástica em contexto escolar.

De forma a certificar os participantes na referida ação foi necessário a elaboração de um certificado de participação (consultar anexo 14) com aprovação do departamento de formação da EBSGZ e posteriormente assinado e carimbado pela direção executiva da escola.

A preparação da apresentação foi testada com antecedência, junto da orientadora científica e 15 minutos antes procedemos à montagem do material audiovisual necessário para o efeito, na sala de EF, onde decorreria a reunião do conselho disciplinar de EF.

O evento iniciou-se quinze minutos após a hora prevista por atraso dos participantes e contou com a presença de treze docentes. O atraso na chegada dos participantes estava relacionado com a transição de uma anterior formação a que alguns tinham participado no pavilhão, assim sendo, a transição para a reunião/ação tornou-se morosa.

A apresentação cumpriu com as horas previstas, procurou-se evitar que a apresentação teórica fosse demasiado prolongada.

4.1.3. Análise

Atendendo aos pontos apresentados pelos professores, no término da ação, acreditamos que as ferramentas didático-pedagógicas vêm colmatar as limitações

apresentadas para a abordagem da Ginástica nas aulas de EF, pois passaram a ter acesso a outras metodologias e ferramentas de abordagem desta matéria de ensino.

A ficha de presenças foi uma das questões que falhou na organização desta ação, bem como a ausência de foto final junto dos professores participantes. Tentamos tornar a componente teórica mais operacional, de forma a ser mais atrativa e motivante para os participantes, bem como auxiliar e facilitar a implementação desta metodologia pelos colegas.

No fim da apresentação existiu um momento de discussão, com esclarecimento de dúvidas e apreciações dos professores sobre a apresentação do MED e da operacionalização na Ginástica. Este momento foi útil para percebermos quais as principais objeções na aplicação do modelo. Verificamos que existem professores que acreditam no modelo, mas não num modo transversal a todas as matérias de ensino, ou seja, o MED pode resultar, mas não em todas as modalidades e o professor tem de ter a perspicácia de identificar se é ou não fiável a aplicação do modelo em algumas matérias de ensino, tendo em conta a turma que estamos a aperfeiçoar.

O aspeto positivo da ação foi a partilha de informações inerente à ação e a oferta de um documento de suporte para os colegas do grupo disciplinar. Um aspeto menos positivo foi o facto de sentirmos que os colegas estavam ali como que forçados porque era suposto estarem numa reunião de conselho disciplinar e isso poderá ter sido desmotivador, ou seja, para nós seria muito mais agradável sabermos que eles estavam ali porque tinham efetivado a sua inscrição, de livre vontade, motivados para o mesmo.

No futuro seria bom que esta ação fosse organizada, num mesmo dia de uma reunião obrigatória, mas que os participantes estivessem a par do assunto, para que estivessem mais bem preparados para o mesmo e evitar condicionar o comportamento dos organizadores da ação.

Após a realização da atividade foi solicitado o preenchimento do questionário de satisfação para entender quais as lacunas e/ou potencialidades do evento. O questionário de satisfação, estava estruturado a partir de sete parâmetros numa escala de um a cinco. A nível geral, os professores fizeram um balanço positivo do evento tendo apenas quatro respostas no nível 3 (razoável), no que diz respeito à divulgação, organização, duração e à apresentação teórica. Teria sido interessante perceber as razões para as votações atribuídas no respetivo inquérito para que futuramente fossem consideradas, através de perguntas abertas.

Por fim, o trabalho desenvolvido na ACPI foi posteriormente apresentado no Seminário Desporto e Ciência 2018, através de uma comunicação oral, em formato de póster (consultar anexo 14).

4.2. AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA

4.2.1. Conceptualização

O tema da Ação Científico-Pedagógica Coletiva (ACPC) foi escolhido em concordância com todos os núcleos de estágio, sendo que numa primeira fase de trabalho decorram várias reuniões, quer por parte dos alunos estagiários, quer por parte dos respetivos orientadores científicos, ficando definido a temática de didáticas de ensino da EF.

Numa perspetiva de que o público-alvo principal desta ACPC seria os professores das escolas da Região Autónoma da Madeira (RAM), os objetivos passaram por explorar e apresentar estratégias e ferramentas didático-pedagógicas para a abordagem de diferentes matérias de ensino, nomeadamente, a operacionalização do MED. Neste contexto, com base nos objetivos acima referidos o tema definido foi: “Didática da Educação Física: Propostas de operacionalização”. Uma vez definido o tema e os

objetivos gerais da ação, o tempo de formação foi dividido em cinco módulos e cinco conferências distintas, agrupados consoante as temáticas escolhidas e os objetivos de cada. No caso em particular do NEEBSGZ, definimos o tema “Aplicação do Modelo de Educação Desportiva da Matéria de Ginástica: da conceção à avaliação”, dando continuidade ao trabalho desenvolvido ao longo do estágio e em particular nas ACPI. Optamos por definir este tema por acreditarmos que estávamos a apresentar estratégias de operacionalização inovadoras, que podiam auxiliar os docentes, na gestão do processo ensino-aprendizagem.

Pretendemos com este módulo enquadrar a matéria de ensino de ginástica com o MED, partindo sempre de uma relação com o PNEF, caracterizar a temática, identificar as potencialidades desta matéria de ensino, abordar o seu contributo na formação do aluno e explorando ferramentas didático-pedagógicas da sua operacionalização em contexto escolar.

Paralelamente, cremos que seria uma mais valia convidar professores “especialistas” nas áreas em questão, que foram um meio essencial para a criação desta proposta de operacionalização e solicitando aos mesmos que testemunhem as suas vivências no contexto escolar. Para tal, em concordância com a orientadora científica, estabelecemos um primeiro contacto, via *e-mail*, com o professor mestre Gonçalo Marques, convidando-o para uma comunicação oral. O convite foi aceite e partimos para o agendamento de uma reunião para identificarmos os nossos objetivos e que conteúdos cada preletor teria à sua responsabilidade, no sentido de evitar temas sobrepostos e existir coerência na apresentação.

4.2.2. Operacionalização

A realização da ação, a nível teórico e prático, contou com a preparação da atividade e com a gestão da mesma, sempre com a colaboração e supervisão dos orientadores dos núcleos de estágio e com a monitorização do diretor de curso do MEEFEBS. Além disso, ao contrário dos anos anteriores, podemos contar com a colaboração de uma orientadora responsável por encaminhar/definir todas as exigências logísticas inerentes ao evento.

Para a divulgação da ação foi necessário realizar o cartaz e o programa detalhado do evento, de forma a dar conhecimento dos conteúdos programáticos, bem como os dias/horas respetivos (Consultar anexo 16).

No que diz respeito à divulgação da ACPC, foram definidas algumas estratégias que consideramos convenientes para chegar ao público-alvo em questão, como o envio de *e-mail* para as associações desportivas e a antigos alunos da UMA, a partilha do cartaz em vários grupos de redes sociais associados ao Desporto, a publicação do evento nos meios de comunicação social, afixação de cartazes pelas escolas da RAM e demais instituições associadas à EF.

Para que existisse um controlo das inscrições na ACPC foi criado um *link* de inscrição *online*, através dos Serviços de Investigação da UMA, inserido no cartaz, em código QR, para facilitar a leitura e igualmente inseridos nos *e-mails* de divulgação do evento enviados. Através desta inscrição obtivemos indicadores sobre o número de professores, de alunos e de participantes externos à UMA, assim como tivemos acesso a dados pertinentes, nomeadamente a idade, o género e a escola em que leciona.

Os professores estagiários tiveram o cuidado de convidar pessoalmente os preletores, bem como os membros da Direção Executiva das escolas dos NE e a todos os docentes do departamento de EF da UMA.

Numa fase final de preparação da atividade foi necessário preparar o *coffee break* (alimentação e espaço reservado), a marcação das salas para o dia (sala do senado e salas 1 e 2 para *coffee break* e treino de apresentações) e a divisão de tarefas para os dias da ação, definindo funções de secretariado, de assistência à sala da ação, de confeitaria e organização dos alimentos do *coffee break*, entre outras. Nesta fase procuramos angariar parcerias para o evento, em que tentamos obter algum apoio nomeadamente capas e esferográficas o que não foi possível. Contudo, logo pensamos numa alternativa que foi elaborarmos os blocos de apontamentos à mão junto de lápis, oferecidos por uma empresa parceira. Além da parceria no material de escritório, procuramos ter algum apoio no ramo alimentar, em que angariamos fruta diversificada para oferecer aos preletores.

A temática do *coffee break* foi incentivar hábitos alimentares saudáveis, associado à saúde e ao nosso tema de evento, atividade física e desporto. Assim sendo, nos bens alimentares fornecidos, houve uma preocupação em que os mesmos fossem o mais saudável possível, sem alterações alimentares. Os custos associados à organização ficaram assim minimizados, tendo em conta as parcerias criadas e o facto de nos organizarmos internamente para que a cada dia de ação, dois ou três professores estagiários, estivessem encarregues de trazer algo caseiro, do seu domicílio.

Existiu um cuidado em colocar na mesa dos preletores o nome correspondente. Os membros da organização estavam devidamente identificados com um cartão de identificação, o que revelou ter sido benéfico porque pelos corredores da UMa fomos abordados por algumas pessoas. A sinalética foi criada e colocada estrategicamente para que todos os inscritos chegassem facilmente ao local da ação.

É importante referir que a organização das tarefas teve em conta aqueles colegas que estariam ocupados com a preparação da sua apresentação no dia da ACPI, assim sendo, os professores estagiários que tinham preleção no dia 10 não tinham atividades de

logística associado a esse mesmo dia e *vice-versa*. Todos os colegas de estágio tinham uma tarefa definida, com a preocupação de garantir sempre duas pessoas no secretariado e as restantes distribuídas equitativamente no apoio à logística da sala (baterias dos microfones, sistemas de som, verificação das águas e identificação dos nomes na mesa das preleções) e no *coffee break* (tirar cafés, encher a cafeteira de água, lavar fruta, partir os bolos e repor os frutos secos).

Com respeito ao módulo associado ao NEEBSGZ, procuramos justificar a pertinência do tema, começando por caracterizar o MED, passando à operacionalização na matéria de ensino – Ginástica. A parte crucial do nosso módulo passou pela apresentação e exploração das ferramentas didático-pedagógicas aplicadas em contexto real na EBSGZ, dando exemplos práticos e concretos aplicados às turmas do NEEBSGZ e fornecendo testemunhos dos nossos alunos. No entanto, exigiu algum trabalho solicitarmos os testemunhos dos nossos alunos. Importa referir que a utilização desses vídeos foi devidamente autorizada pelos encarregados de educação por meio de um consentimento enviado atempadamente aos mesmos.

Para finalizar, a preparação da componente teórica foi importante considerar o tempo das intervenções dos professores estagiários que foram preparadas com antecedência, no que diz respeito à apresentação e projeção da comunicação oral, principalmente tendo em consideração que havia uma parte de audiovisual, com som, que teria de ser testado para evitar constrangimentos no dia de apresentação.

A atividade decorreu nos dias 10 e 17 de março, entre às 09:00h e às 18:30h, sendo que o nosso módulo específico (módulo V) ficou reservado para a parte da tarde (das 16:30h às 18:00h) do segundo dia. Posto isto, e após um último ensaio, as comunicações tiveram início à hora prevista, decorrendo dentro do tempo estipulado.

4.2.3. Análise

Podemos afirmar que de um modo geral, toda a logística do *coffee break* e da organização da sala da ACPC decorreu na sua normalidade. O facto de termos sido nós, NEEBSGZ, a preparar e gerir toda a atividade tornou-se uma mais-valia na medida em que conseguimos desenvolver competências ao nível da conceção, dinamização e gestão da mesma, apercebendo-nos da quantidade de variáveis a ter em consideração. Toda esta organização só foi possível mediante várias reuniões com os colegas dos NE, que por sua vez revelaram ter sido produtivas, porque segundo os *feedbacks* recebidos, estávamos de parabéns.

Relativamente às comunicações orais, recebemos alguns comentários pessoais, onde apontaram que a mensagem foi transmitida de forma clara e pertinente. Nesta perspetiva, e apesar da ansiedade inerente à preleção, conseguimos ultrapassar essa barreira e transmitir aquilo que pretendíamos. Foi, sem dúvida, uma experiência rica de desenvolvimento pessoal e profissional.

No tempo dedicado ao debate do módulo V, foram colocadas algumas questões, nomeadamente, ao facto dos dados apresentados terem sido apenas nas escolas do Funchal incentivando os preletores a buscarem estudar os outros conselhos da região. Outro ponto destacado foi para a forma como estava sendo avaliado o empenhamento motor, visto que, segundo o professor que interpelou, nem sempre os alunos que não estão ativos na aula não estão empenhados, ou seja, nesse sentido importa saber se o aluno avaliado estava desenvolvendo outras capacidades que não as motoras, como o domínio cognitivo.

Apesar de não termos uma componente prática na nossa ação, acreditamos que os instrumentos fornecidos serão práticos para o processo ensino-aprendizagem de qualquer

professor de EF e isso evidenciou-se quando os mesmos, no final da ação, foram de encontro ao código QR para poderem aceder à documentação de apoio.

Não podemos deixar de salientar a qualidade evidenciada pelo preletor convidado, e por consequência a qualidade da informação partilhada por este, com um contributo imprescindível para a mensagem que se pretendia transmitir e para o nosso processo de formação enquanto profissionais de EF.

5. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR

5.1. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR

A Atividade de Integração na Comunidade Escolar (AICE), tal como o próprio nome indica, visa promover uma ou mais atividades que envolvam toda a comunidade escolar em que estamos inseridos pelo no EP. Esta atividade pela envolvimento de todos os agentes que interagem numa comunidade permitem a caracterização, conceção, debate, análise e reflexão de percepções, de estratégias e metodologias de intervenção. Pretende-se assim, transformar a escola, não num conjunto de grupos, mas num grupo apenas, que integra todos os agentes da comunidade educativa.

Bezerra, Z., Sena, F., Dantas, O., Cavalcante, A. e Nakayama, L. (2010) referem que

“as ações escolares devem ser consolidadas em um contexto participativo, integrador de todos os seus segmentos, sincronizadas com o contexto atual, que requer uma política educacional capaz de contribuir na condução do país ao pleno desenvolvimento, em conformidade com os princípios democráticos em evolução”.

Assim sendo, num contexto de EP, é essencial que uma das partes nele integrantes passe por integrar a comunidade educativa nas nossas ações pedagógicas. A juntar a este excerto, na LBSE (2005), capítulo I, artigo 3º (princípios organizativos), verificamos que o sistema educativo deverá se organizar de forma a:

“Contribuir para desenvolver o espírito e a prática democráticos, através da adoção de estruturas e processos participativos na definição da política educativa, na administração e gestão do sistema escolar e na experiência pedagógica quotidiana, em que se integram todos os intervenientes no processo educativo, em especial os alunos, os docentes e as famílias”.

5.1.1. Conceptualização

A EBSGZ é uma instituição pública de ensino que recebe anualmente alunos pertencentes a um contexto económico, familiar e social bastante frágil e problemático. Os alunos, na sua grande maioria, apresentam grandes défices económicos, com apoio da ação social escolar, um desvio etário elevado, ausência de ambições profissionais e encarregados de educação, maioritariamente, com habilitações literárias no ensino básico (PEE, 2014-2018).

Neste sentido, os professores de EF, tendo a noção da realidade contextual existente, procuram desenvolver, no decurso do ano letivo, um conjunto de atividades desportivas (e.g. Torneio das 4 Estações, Torneio de Futsal, Torneio de Jogos Tradicionais, etc.). Neste contexto, estas atividades possuem o intuito de oferecer aos alunos a possibilidade de usufruírem de diversas experiências desportivas, nas mais variadas modalidades e incutir o gosto pela atividade física e pela prática desportiva, fora do espaço da aula de EF, de uma forma contínua e sem qualquer encargo financeiro.

Os professores dos grupos de recrutamento 260 e 620, em concordância, decidiram que seria realizada uma nova edição do “Torneio 4 Estações”, no decurso da Semana das Expressões, última semana do segundo período. Este evento foi realizado, pela primeira vez, no ano letivo transato e registou elevadas taxas de participação, justificando a repetição da organização do mesmo.

A designação deste torneio deve-se ao facto de serem realizadas, simultaneamente, competições de quatro modalidades (andebol, basquetebol, ténis de mesa e voleibol), destinadas a todos os alunos dos vários anos escolares, incluindo Cursos de Educação e Formação (CEFs) e Percursos Curriculares Alternativos (PCAs).

5.1.2. Operacionalização

Visto que a atividade fazia parte do grupo de EF, o NEEBSGZ decidiu contribuir ativamente no planeamento e operacionalização do torneio. A partir de diálogos informais com o delegado de EF, mostrámo-nos disponíveis para: (i) organizar os quadros competitivos; (ii) elaborar o cartaz de divulgação do evento, as fichas de inscrição e o regulamento do torneio; e (iii) desempenhar funções de arbitragem nos jogos das várias modalidades.

O PEE (2014-2018) reforça a ideia que neste tipo de atividades, é importante envolver pelo menos, 80% dos alunos e professores, 10% dos Encarregados de Educação e 50% dos funcionários da instituição de ensino. Tendo em consideração o ponto anterior, antes de iniciarmos a preparação das tarefas da ação, procuramos saber a reflexão construída, pelos elementos responsáveis, na edição do ano transato. Assim sendo, poderíamos conhecer mais detalhadamente o evento e que limitações poderiam ser colmatadas. As principais limitações apontadas foram (i) tempo de jogo reduzido, e (ii) jogadores, apesar de inscritos, não tiveram oportunidade de jogar. Esta análise ajudou-nos a gerir a edição do presente ano e evitar que situações como estas de voltem a ocorrer.

Com o intuito de promover o evento foi criado pelo NE um cartaz de divulgação, com as informações do torneio (consultar anexo 17), bem como a ficha de inscrição do mesmo. O cartaz foi colocado em pontos estratégicos da escola, entregue um exemplar em cada turma por professor respetivo, ou seja, cada professor tinha um cartaz e ficha de inscrição para entregar na aula, convidando às suas turmas a participar. Além deste meio de divulgação, o evento foi divulgado várias vezes pela rádio da escola.

Com a intenção de envolver um maior número de agentes da comunidade educativa, ao divulgarmos o evento, informámos aos alunos que, se na formação da

equipa, apresentassem professores de outras disciplinas do conhecimento científico, e/ou elementos pertencentes ao pessoal não docente, e/ou encarregados de educação, seriam beneficiadas em termos classificativos.

Os regentes do Percurso Curricular Alternativo de Desporto (PCAD) incumbiram os seus alunos de ficarem responsáveis por: (i) desempenhar funções de secretariado como, por exemplo, distribuir as equipas pelos vários campos de acordo com a ordem estipulada, preencher corretamente as fichas de jogo e dar início e término ao mesmo; e (ii) desempenhar funções de arbitragem.

Uma vez que o número de inscritos era elevado, decidimos, durante a definição e a estruturação dos quadros competitivos que, numa fase inicial da competição, seriam formados grupos constituídos por quatro equipas, em que cada um dos grupos seriam realizados seis jogos. Posteriormente, os dois primeiros classificados de cada grupo passariam à fase seguinte e o número de jogos a eliminar variava em função do número de grupos existentes. Numa fase mais avançada do torneio, além das meias finais e das finais, seriam realizados os jogos de atribuição dos 3.º e 4.º lugares, possibilitando que todos os elementos das várias equipas tivessem um maior tempo de prática.

5.3.1. Análise

No dia da atividade cumprimos na íntegra todas as tarefas pelas quais ficámos responsáveis. No entanto, o incumprimento de horários e tarefas por parte de alguns por alguns elementos da organização, fez com que o torneio não se iniciasse às horas previstas. Perante esta situação, e de modo a que o funcionamento do mesmo não fosse comprometido, acabámos por assumir algumas tarefas que inicialmente não eram da nossa responsabilidade como, por exemplo, cooperar na preparação e organização de

alguns recursos materiais (fichas de jogo) e recursos espaciais (montagem das redes de voleibol).

A ausência de algumas das equipas inscritas, permitiu-nos aumentar o tempo de jogo (andebol e basquetebol) ou o número de *sets* (ténis de mesa e voleibol). As equipas foram também informadas que todos os elementos da equipa, teriam de participar em pelo menos uma das modalidades do torneio.

Concluída a realização do torneio, importa agora realizar um balanço reflexivo, de modo a: (i) reforçar e valorizar as principais vantagens e potencialidades inerentes à realização deste tipo de atividades no seio da comunidade escolar; (ii) abordar as principais limitações identificadas nas fases de preparação, de dinamização e de realização do evento; e (iii) apresentar algumas sugestões que poderão contribuir positivamente para a dinâmica de funcionamento do torneio em edições futuras.

As várias tarefas associadas ao evento como: (i) afixação dos quadros competitivos, (ii) definição dos elementos responsáveis por controlar e gerir cada uma das estações, (iii) dispensa das aulas dos alunos participantes, (iv) escolha de árbitros e marcadores de pontos, (v) inscrição dos alunos das várias turmas (vi) e requisição de recursos materiais, deveriam ter sido distribuídas pelos professores de EF, numa reunião dirigida pelo delegado do grupo, que antecedia a realização do evento. A realização desta tarefa com antecedência, certamente iriam contribuir para um melhor funcionamento do torneio, sendo minimizado alguns condicionalismos.

Os campos não estavam devidamente assinalados o que resultou, principalmente nos alunos do 2.º ciclo, desorientação pelo espaço, uma vez que não sabiam em que campo é que as suas equipas teriam de jogar. O material de som (música, colunas e microfones), para facilitar chamada e a distribuição das equipas pelos vários campos, não foi requisitado atempadamente, o que veio prejudicar a organização/distribuição das equipas

e dos jogos. O material de arbitragem era escasso, ou seja, não existiam apitos e cartões de jogo suficientes para todos os árbitros.

Numa próxima edição, recomendámos que a competição de ténis de mesa seja realizada em frente ao bar e não na sala do pavilhão, uma vez que assim será possível ter um maior número de espetadores, à semelhança das restantes modalidades.

Inicialmente, estavam inscritas no torneio vinte e duas turmas, o que perfazia um número aproximado de 250 estudantes. Todavia, a marcação de fichas de avaliação por parte dos docentes de outras disciplinas para o dia do torneio, impossibilitou que todos os alunos inscritos participassem na competição. Acreditamos que em edições futuras, a data proposta deverá ter este aspeto em consideração e os diretores de turma da escola deverão ser informados do mesmo.

O desempenho dos alunos, provenientes do PCAD, que estiveram a desempenhar funções no evento ficou aquém do desejado. Ao nível do secretariado, alguns destes elementos recusaram-se a cumprir as funções que lhes foram destinadas, mesmo antes do torneio ter início. Em relação à arbitragem, esses alunos revelaram não ter conhecimento suficiente e, em alguns casos, mostraram um desconhecimento total dos regulamentos das modalidades, factos que originaram alguns erros e, conseqüentemente, algumas alterações entre árbitros e jogadores, que só foram resolvidas com a intervenção dos professores presentes.

Em forma de sugestão, para edições futuras, acreditamos que nas semanas antecedentes ao evento deverá ser criado um comité responsável pela formação destes jovens no sentido de os mesmos estarem familiarizados com a arbitragem, regras, segurança, etc. Para que tal aconteça é igualmente importante que existam reuniões, entre os restantes membros da organização do evento, para que seja definido o plano de

operacionalização que deverá incluir a organização/definição das tarefas de todos os intervenientes.

No dia da realização do torneio, existiram alunos que manifestaram intenção em inscrever-se na competição depois do quadro competitivo estar totalmente definido. Esta situação, segundo os alunos em questão, aconteceu porque o docente disse que a inscrição poderia ser feita no dia do evento. No entanto, no cartaz estava explícito a data limite de inscrições, para que fosse possível definir o quadro competitivo, e por esse mesmo motivo, não foi possível aceitar a inscrição dos mesmos.

Assim sendo, acreditamos que numa edição futura a abordagem às turmas poderá ser mais direta, talvez por termos o cuidado de visitar todas as turmas e abordar o evento incentivando a que, no momento, eles inscrevam-se ou explicando explicitamente as regras, nomeadamente, a data limite de inscrições.

Ao estabelecermos um diálogo informal com alguns alunos, para percebermos as suas perceções relativamente ao evento organizado, apercebermo-nos que os mesmos estavam descontentes com o facto de não existir entrega de prémios para reconhecimento do desempenho das equipas. Apesar de acreditarmos que a aquisição de troféus envolveria custos à instituição, consideramos que esta situação podia ser superada com a criação de prémios em conjunto com outros grupos disciplinares como a educação visual e tecnológica, criando ligações multidisciplinares que muito enriquece o processo ensino-aprendizagem. Outra solução poderia ser a elaboração e entrega de um certificado de participação a cada turma, visto que a escola é provida por um departamento de formação e *design* independente. A angariação de patrocínios, provenientes de instituições privadas, poderia ser, igualmente, uma estratégia solucionadora a esta limitação.

Tendo em consideração todos os pontos fortes e fracos supramencionados, importa referir que a nossa intervenção nesta atividade, realizada no seio da comunidade

escolar, permitiu-nos continuar a desenvolver a capacidade de análise e de reflexão das principais potencialidades e limitações inerentes às decisões tomadas durante a planificação e a conceção da atividade e, por outro lado, adquirir competências ao nível da gestão criteriosa de conflitos durante o desempenho de determinadas funções (e.g. arbitragem).

No nosso entender, este torneio deverá ser realizado em anos letivos futuros, desde que as limitações identificadas e analisadas anteriormente sejam resolvidas atempadamente pelos vários intervenientes. Assim sendo, acreditamos que o sucesso de qualquer atividade desenvolvida na escola, seja ela de que área disciplinar for, está fortemente dependente da colaboração ativa e da sinergia dos agentes da comunidade educativa.

6. AÇÃO DE EXTENSÃO CURRICULAR

A Ação de Extensão Curricular (AEC), é uma atividade que procura enriquecer as experiências desportivas dos alunos fora do contexto escolar. Segundo Liberalino (s.d.), a utilização de novos espaços de ensino e aprendizagem, é a uma atitude estratégica para a abordagem de temáticas emergentes das culturas e identidades locais, uma orientação pedagógica que já é demandada desde os primórdios da educação universitária.

Estudos e pesquisas têm exposto, inúmeros debates e reflexões do processo de EP, onde muitas dessas discussões têm mostrado que apenas o ensino, não é suficiente para proporcionar um processo de formação de facto, efetivo, qualificado e diferenciado (Menegon, Canhoto de Lima, Lima & Romero, s.d.). Neste sentido, a AEC tem também, como propósito dotar os docentes de novos meios de organização e gestão, no sentido de expandir a sua (re)produção de conhecimento.

Na AEC existe uma liberdade na escolha das temáticas, sendo uma oportunidade de experimentação de procedimentos metodológicos inovadores e de possibilidade de cooperação entre docentes, técnicos e alunos, viabilizando uma relação transformadora entre a Universidade (outros docentes e alunos da instituição), a Comunidade Escolar (funcionários, docentes e alunos) e, por sua vez, a Sociedade (utilização de espaços públicos e relação com outras entidades públicas/privadas).

6.1. Conceptualização

As atividades, inseridas na AEC, foram escolhidas segundo os seguintes critérios: (i) desenvolver atividades que procurassem atender às motivações dos participantes; (ii) proporcionar experiências em atividades físicas não contempladas no

plano de estudos das turmas; (iii) e desenvolver competências no âmbito dos Desportos de Adaptação ao Meio e Desportos de Exploração da Natureza.

Além disso, Lopes (2013, p.177) referindo-se ao “Mar de Oportunidades” que a Região Autónoma da Madeira (RAM) possui, o autor ao abordar a falta de cultura marítima existente em Portugal, sugere que a Escola pode ser uma estrutura de suporte que combata e inverta esta tendência. Acrescentando ainda que, o Mar, enquanto instrumento, pode e deve ser potenciador da rotura no processo pedagógico. Isto porque o Mar sempre exigiu pensamento prospetivo, planeamento, adaptação permanente, etc. que são competências que a Escola deve desenvolver e potenciar.

Assim sendo, considerando que a escola não usufruía de infraestruturas para desenvolver atividades aquáticas, junto dos seus alunos, achamos que matérias de ensino associadas ao meio aquático poderiam ser uma boa aposta. Além disso, os alunos nas primeiras aulas do 1º período, manifestaram interesse nessas mesmas atividades. Seguindo essa linha de ideias as atividades escolhidas foram: canoagem, *stand up paddle* e *geocaching*. Neste contexto e considerando a temática e as atividades escolhidas, para a AEC, passamos a denominá-la de “Dia do mar”.

A data da referida atividade, foi estabelecida no início do 2º período, para que pudéssemos antecipadamente organizar o evento. Outrossim, ao agendarmos a data da referida atividade, acreditamos que o último período seria a melhor escolha, contando que teríamos um conhecimento da turma mais aprofundado e as relações interpessoais estariam mais compostas. Ao estipular o dia da semana e hora da AEC respeitamos o horário escolar dos alunos, evitando que os mesmos faltassem a aulas de outros grupos disciplinares.

De forma a que as tarefas inerentes à atividade fossem realizadas com sucesso, os professores estagiários definiram, desde cedo, cada uma delas e o prazo de conclusão das mesmas:

QUADRO 3. CRONOGRAMA DE ORGANIZAÇÃO DA ATIVIDADE.

Tarefa	Descrição	Data de conclusão
Pedido de apoio Centro Treino Mar (CTM)	Solicitar informações junto da entidade (e.g. custos).	Até dia 7 de abril de 2018 (1 mês antes da atividade).
Projeto de visita de estudo EBSGZ	Elaboração do documento oficial da escola com todas as informações associadas à realização da atividade.	Até dia 7 de abril de 2018 (1 mês antes da atividade).
Programa do evento	Delinear as horas e organização de cada atividade	Até dia 21 de abril de 2018 (2 semanas antes da atividade).
Consentimento aos encarregados de educação	Elaboração de um consentimento, aos pais dos alunos, para participação na visita de estudo, com informação do local/hora, atividades a desenvolver e contactos dos responsáveis.	Após confirmação da atividade, junto da entidade, e até dia 30 de abril de 2018 (1 semana antes à atividade).

Nas aulas que antecederam à AEC procurou-se dar aos alunos algum enquadramento das atividades que seriam desenvolvidas. Assim sendo, como trabalho de casa, foi proposto que os alunos fizessem um trabalho sobre o *geocaching*. Nesse trabalho foi solicitado que os alunos definissem o conceito e indicassem que componentes estão associados ao mesmo. Posteriormente solicitou-se aos alunos que procedessem ao *download* da aplicação (c:geo) que seria necessária para encontrar as *caches* no dia da atividade (consultar anexo 18).

6.2. Operacionalização

A atividade foi divulgada por contacto direto, nas aulas, junto dos alunos e por meio das redes sociais, nomeadamente no grupo fechado do *facebook*. Os pais e a EBSGZ

foram informados por meio de um ofício expositivo das atividades, local, hora e pessoas responsáveis para contacto se necessário (consultar anexo 18).

A dinamização da AEC contou com a envolvimento de duas turmas da EBSGZ, coordenadas pelos dois professores estagiários do NEEBSGZ, com o apoio da orientadora científica da UMa, da turma do 1º ano de MEEFEBS e do orientador cooperante da EBSGZ.

Para uma melhor experiência e segurança dos participantes, devido às especificidades das atividades de mar, foi estipulado um número máximo de alunos, por estação, não devendo ser superior a 10.

A AEC decorreu no dia 7 de maio de 2018, sendo que as turmas saíram da respetiva escola entre às 13:00h e às 13:30h, dirigindo-se para a marina do Funchal. Na chegada à Marina do Funchal foi transmitido aos alunos o funcionamento da atividade, assim como definido as equipas.

No desenrolar da atividade, procuramos atingir os seguintes objetivos: (i) enquadrar as atividades, informando as questões de segurança e preservação dos materiais e (ii) estabelecer relações interpessoais, visto que cada equipa envolvia alunos das diferentes turmas.

As atividades funcionaram por sistema de rotação, em que os grupos um e dois tinham experiência nas atividades de mar (canoagem e *stand-up-paddle*), posteriormente passando para a atividade de *geocaching* e *vice-versa*.

Na programação dos grupos/atividade tivemos em conta que, estando um grupo numa das atividades de mar, não deveria passar à atividade de terra (*geocaching*) e depois

retornar à atividade de mar, evitando a necessidade de trocar de roupa duas vezes. Assim sendo, juntamos as duas atividades de mar (canoagem e *stand up paddle*), permitindo uma melhor administração do tempo e respeito pelas regras de segurança para com os nossos alunos.

6.3. Análise

Na nossa perspetiva e, sobretudo em relação à turma do 10º ano que estávamos a lecionar, a adesão não foi a desejada, isto porque faltaram cinco alunos (36%). Assim sendo, partimos em busca de justificações que pudessem expor os aspetos que deveriam ser considerados numa próxima AEC. Um dos pontos discutidos foi o facto da atividade exigir um custo, o que poderia ter originado algum constrangimento, aos alunos, que carecem de meios monetários. No entanto, a professora estagiária informou que poderia assumir a despesa de quem não tivesse possibilidade para tal, todavia, acreditamos que a timidez possa ter sido um elemento impeditivo para solicitar apoio na despesa.

Verificamos, que quatro dos cinco alunos que faltaram eram do sexo feminino e por isso procuramos saber a causa. As raparigas evidenciaram fraca autoestima e, sendo atividades de mar, que expõem algumas partes do corpo, originou uma falta de confiança (não se sentissem à vontade) para participar.

Outra dificuldade encontrada esteve relacionado com o facto de dois alunos, por não saberem nadar, negaram-se a participar nas atividades de mar, apesar de existir meios seguros para o fazerem. Este ponto inviabilizou a participação, dos mesmos, nas atividades de mar, no entanto, ambos participaram na atividade remanescente. Esta constatação faz-nos refletir sobre a necessidade de existir uma sondagem anterior à atividade, sendo a mesma não só de carácter verbal, como aconteceu, mas também de

caráter interrogativo, por meio de questionário, onde os alunos poderiam estar mais à vontade para expressarem as suas limitações/preocupações.

No nosso entender é grave, no ensino secundário, verificar a existência de alunos que não têm a adaptação ao meio aquático consolidada. Assim sendo, importa refletir sobre a importância que deverá ser dada a estas matérias de ensino, quando a escola não possui infraestruturas que possibilitem este tipo de atividades. Além de que, apelamos ao valor que deverá ser dado a atividades de extensão curricular para enriquecer o processo ensino-aprendizagem dos nossos alunos.

Relativamente ao desenrolar da atividade, foi perceptível o elevado nível de empenhamento motor dos alunos, na realização das tarefas, demonstrando agrado na experimentação das modalidades em questão.

Registamos apenas uma situação de comportamento-desvio onde um dos monitores, do Centro de Treino de Mar, (CTM), proferiu uma chamada de atenção a um aluno com respeito às suas atitudes de rebeldia, e incorreto manuseamento do material da instituição, tendo sido colocado à nossa consideração a continuação do aluno na referida atividade. No entanto, o aluno mostrou desconhecimento de que estava a danificar o material e lamentou a situação sucedida. Assim sendo, o professor estagiário da turma do aluno em questão, junto do orientador pedagógico, achou que o mesmo merecia voltar a participar na atividade.

A AEC foi de extrema importância visto que, enquanto futuros profissionais de EF, conseguimos desenvolver competências com a preparação deste evento no que diz respeito ao: (i) planeamento, (ii) organização, e (iii) gestão e reflexão sobre a da mesma, apelando ao desenvolvimento de competências comunicativas, da capacidade criativa

para analisar situações novas e diversificadas, e ainda a capacidade de pensar e agir com horizontes mais amplos.

Consideramos que o trabalho conjunto, entre o colega de estágio e os colegas do 1º ano do MEEFEBS, contribuiu para a troca de informações, de aprendizagens e de uma constante reflexão sobre o trabalho que fomos desenvolvendo, conseguindo criar uma organização lógica, subsidiando a nossa formação a curto, médio e longo prazo.

7. OUTRAS ATIVIDADES

No decorrer do EP, para além das atividades definidas desde o início, tivemos oportunidade de vivenciar outras experiências, que nos desafiaram nas mais variadas vertentes e nos permitiram enriquecer, ainda mais, toda ação pedagógica.

7.1. Projeto EFERAM-CIT UMa

A avaliação da aptidão física da turma do 10ºano, e das restantes turmas do Núcleo de Estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensino Básico e Secundário (NEMEEFEBS), foi realizada no âmbito do projeto desenvolvido pelo departamento de educação física na Universidade da Madeira (EFERAM-CIT UMa).

A aptidão física é uma das finalidades presentes no PNEF, na perspetiva da melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar, através da consolidação e aprofundamento dos conhecimentos e competências práticas relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades motoras. Visa alargar os limites dos rendimentos energético-funcionais e sensoriomotores, em trabalho muscular diversificado, nas correspondentes variações de duração, intensidade e complexidade (PNEF, 2001, p. 10).

Assim sendo, em conjunto com o EFERAM-CIT, foram efetuadas avaliações físicas não só no início do ano letivo mas também numa fase intermédia do mesmo, ou seja, no início do 3º período, onde utilizamos a bateria de testes adaptada de *Fitnessgram* e *Eurofit*: a) antropometria - altura, massa corporal, perímetros - da cintura e da cabeça, pregas – tricipital, bicipital, abdominal e geminal; b) Aptidão aeróbia: Vaivém (20m); c) Aptidão muscular: Salto em comprimento (força explosiva); abdominais 30seg (força do tronco); dinamometria manual (força estática) e suspensão na barra (força funcional); d) Flexibilidade: senta e alcança.

Aliado a este mesmo projeto do EFERAM-CIT, procurou-se saber outras informações dos alunos por meio de questionários *online* e entrevista sendo eles: (i) avaliação da função cognitiva (COGTEL); (ii) instrumentos relacionados com a motivação: Questionário de atitudes dos alunos face à educação física (QAAEF) Pereira (2008); Questionário dos objetivos de realização (AGQ) (Papaioannou *et al.*, 2007); Questionário das perceções sobre a ênfase que os professores atribuem aos objetivos (PTEGQ) (Papaioannou *et al.*, 2007); (iii) instrumentos relacionados com a análise da performance motora: Game performance com a análise da performance motora (GPAI) (Oslin *et al.*, 1998); Team sport assessment procedure for invasion games (TSAP) (Grehaigine *et al.*, 1007) e Tempo de empenhamento motor: avaliação da atividade física moderada-a-vigorosa (MPVA) dos alunos (Siendentop *et al.*, 2011).

A operacionalização deste projeto exigiu a marcação de reuniões, com os responsáveis do mesmo, para treino e prática da equipa envolvida nas medições e testes físicos. As diversas reuniões agendadas tinham como objetivo desenvolver competências de aperfeiçoamento e técnica da medição de pregas de adiposidade, para nos especializarmos nos protocolos utilizados (consultar anexo 20). Posteriormente, numa fase em que os conteúdos estavam já consolidados, os professores estagiários iniciaram o processo de avaliações físicas e cognitivas nas várias escolas, do NEMEEFEBS, sempre com o auxílio e supervisão dos seus orientadores.

Importa referir que esta experiência serviu de suporte para desenvolvermos competências relacionais com os alunos, com os colegas estagiários, e contribuiu, de forma mútua, para o debate, troca de ideias, entreaajuda, cooperação e trabalho em equipa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O EP manifestou-se como um dos maiores contributos, até ao momento, para a nossa formação académica. Um processo longo, que não representou um fim, mas um novo ponto de partida, porque acreditamos que os conhecimentos adquiridos não ficam por aqui, havendo uma procura contínua de novos saberes.

Foi, sem dúvida, um momento de muitas dúvidas, insegurança e busca de respostas de um processo académico, construto da identidade docente, que transitou do teórico para o prático.

Sentimos que não fomos meros executores de decisões burocráticas, porque assumimos como nossa a missão pedagógica: dar mais qualidade ao nosso trabalho, estudando mais e permanentemente, contribuindo para uma sólida aprendizagem dos conhecimentos por todos os nossos alunos.

No decorrer deste percurso verificamos a importância de, constantemente, realizar um balanço crítico, indo de encontro à problematização das variáveis em jogo, com intencionalidade para explorar soluções, dando lugar a experiências metodológicas, visto enfrentarmos situações de ensino complexas, ocorridas em terreno de grande complexidade, incerteza e singularidade.

A sala de aula transformou-se num laboratório de experimentação, adaptação, reflexão e aprendizagem de novas competências, conduzindo ao questionamento constante, onde procurou-se respostas e formação de novas discussões. Assim sendo, o EP é visto como um espaço de (des)construção associado à dinâmica e complexidade envolvente no processo de ensino-aprendizagem.

O docente deve ter em conta que um processo de interação deve ser pautado pelo diálogo, procurando conhecer os recursos da comunidade e os aspetos da realidade local. A oportunidade de conhecer e interagir com toda a comunidade escolar, foi fundamental para que fosse possível organizar algumas das atividades inerentes ao EP. Associado a essas parcerias, residiram novas aprendizagens que enriqueceram ainda mais todo este processo.

Os diferentes professores, que atravessaram a vida escolar dos nossos alunos, moldou o pensamento dos mesmos com base nas experiências vividas, quer elas tenham sido boas, ou más, o que nos faz pensar que todo o processo que instituímos neles, deverá ser cauteloso, porque terá resultados consideráveis no seu futuro.

Assim como o aluno procura resolver os desafios que se lhe apresenta quando joga, assim somos nós docentes, que ao operacionalizarmos os conteúdos, a alunos com diferentes características, procuramos igualmente resolver todas as questões associadas ao processo ensino-aprendizagem da forma mais eficiente possível. É certo que o processo decorreu com algumas oscilações e hesitações, mas acreditamos que todos esses acontecimentos fizeram parte de uma profissionalização consistente.

A experiência foi positiva, onde potenciamos a aquisição, transformação e desenvolvimento progressivo de várias competências. Tendo em conta que lidávamos constantemente com a imprevisibilidade, com seres em constante transformação, os conhecimentos foram aprofundados originando diferentes adaptações e gestão regular de atitudes pedagógicas individualizadas.

A especificidade da formação pedagógica, tanto a inicial como a contínua, não é refletir sobre *o que se vai fazer*, nem sobre *o que se deve fazer*, mas sobre *o que se faz*. (Houssaye, 1995 citado por Pimenta, 2005 p.26).

Acreditamos ter contribuído para uma educação crítica e emancipatória, onde o aluno constrói o saber e faz uma leitura crítica das informações que retém. Criando, na escola, um ambiente de indagações e transformações em detrimento de um ambiente de respostas.

Consideramos que este relatório de estágio é inconcluso, porque o processo pedagógico encontra-se em constante mutação e a pesquisa advém de um processo contínuo. Não queremos deixar de referir que existiram decisões, sentimentos e emoções que são difíceis de transpor em palavras, mas que ficarão em nós, completando-nos como profissionais de ensino.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). *A Rotura – A Sistemática das Actividades Desportivas*. Lisboa: Edição VML.
- Araújo, C. (2004). *Manual de ajudas em ginástica*. Porto: Porto Editora.
- Haydt, R. (2000). *Avaliação do processo ensino-aprendizagem*. São Paulo: Ática.
- Bayer, C. (1994). *O ensino dos jogos desportivos coletivos*. Paris: Vigot.
- Bezerra, Z., Sena, F., Dantas, O., Cavalcante, A. & Nakayama, L. (2010). Comunidade e escola: reflexões sobre uma integração necessária. *Educar*, 37. 279-291.
- Bossle, F. (2002). Planejamento de ensino na educação física – Uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8. (1), 31-39.
- Caires, S. & Almeida, L. (2003). Vivências e percepções dos estágios pedagógicos: Estudo com alunos de licenciaturas em ensino. *Psico-USF*, 8. (2), 145-153.
- Caires, S. (2006). Vivências e percepções do estágio pedagógico: Contributos para a compreensão da vertente fenomenológica do “Tornar-se professor”. *Análise Psicológica*, 1. (24), 87-98.
- Carmona, A. C. (2012). A unidade didática como estratégia de ensino integrado – dos fundamentos didatológicos aos processos de construção. Relatório de estágio em Educação Pré-escolar e Ensino do Primeiro Ciclo do Ensino Básico, Instituto Politécnico de Castelo Branco – Escola Superior de Educação, Portugal
- Garganta, J. (1998). O ensino dos jogos desportivos coletivos. Perspetivas e tendências. *Movimento*, 8, 19-27. Consultado a 26 de novembro de 2017, em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/2373/1070>.
- Graça, A. & Mesquita, I. (2007). A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 7. Universidade do Porto, Faculdade de Desporto.

- Hastie, P. (2011). The nature and purpose of Sport Education as na educational experience. Em P. Hastie, Sport Education: International perspectives (pp.1-12). London: Routledge.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). Programa de Educação Física para o 10º, 11º e 12º anos: Cursos gerais e cursos tecnológicos. Lisboa: Direcção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação.
- Januário, C., Ferro, F., Anacleto, F. & Henrique, J. (2009). Desenvolvimento profissional: a percepção da importância da formação contínua e das necessidades de formação em professores de Educação Física. Revista Digital Efedepportes.com, Ano 14, 135. Consultado em setembro de 2018 em <http://www.efdeportes.com/efd135/formacao-continua-em-professores-de-educacao-fisica.htm>.
- Lei de Bases do Sistema Educativo (2005). Lei nº 49/2005 de 30 de agosto.
- Libâneo, J. C. (2001). Pedagogia e pedagogos: Inquietações e buscas. Educar, 17. 153-176.
- Liberalino, F. (s.d.) Atividades curriculares de extensão em comunidades: uma estratégia de flexibilização. Coleção pedagógica. p.41-56. Consultado a 20 de outubro de 2018 em: file:///C:/Users/Sulamita%20Neves/Downloads/Flexibilizao_3.pdf
- Lopes, H. (2013). *Pedradas no Charco – Contributos para a Rotura do Processo Pedagógico*. Funchal: Universidade da Madeira.
- Magalhães, S. & Leal, L. (2012) Formação docente e planeamento de sala de aula. Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 10, n. 1, p. 369-383. doi: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvrv.2012.101.369383>
- Marques, R. (1998) A arte de ensinar: dos clássicos aos modelos pedagógicos contemporâneos. 2ª Edição, Aula Prática. Plátano Edições Técnicas.
- Menegon, R., Canhoto de Lima, M., Lima, J., Romero, L. (s.d.) A importância dos projetos de extensão no processo de formação inicial de professores de Educação

Física. Consultado a 20 de outubro de 2018 em:

http://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/25590_13728.pdf

Projeto Educativo de Escola (2014-2018). Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco. Rosa, M., (2012) A prática de ensino e o projeto de extensão, “Escola laboratório uma alternativa de melhoria de qualidade do ensino fundamental:” constatações e proposições de inovação pedagógica. Consultado a 20 de outubro de 2018 em:

http://www.infoteca.inf.br/endipe/smarty/templates/arquivos_template/upload_arquivos/acervo/docs/3271b.pdf

Reis, P. (2011). *Observação de aulas e avaliação do desempenho docente*. Lisboa: Ministério da educação – conselho científico para a avaliação de professores. Consultado a 19 de setembro de 2017 em: [http://www.ccap.min-edu.pt/docs/Caderno CCAP 2-Observacao.pdf](http://www.ccap.min-edu.pt/docs/Caderno_CCAP_2-Observacao.pdf)

Ribeiro, L. (1997). *Avaliação da Aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora.

Rolim, R., & Mesquita, I. (2012). Subsídios para a publicação do Modelo de Educação Desportiva no ensino do desporto nas aulas de educação física. Em Mesquita, I. & Bento, J. *Professor de Educação Física: fundar e dignificar a profissão*. (pp. 207-236). Belo Horizonte, Brasil: Casa da Educação Física.

Sarmiento, P., Veiga, A., Rosado, A., Rodrigues, J. & Ferreira, V. (1998). *Pedagogia do Desporto*. Instrumentos de Observação Sistemática da Educação Física e Desporto. 3ª Edição, Cruz Quebrada, Faculdade de Motricidade Humana.

Siedentop, D. (2002). Sport Education: A Retrospective. *Journal of Teaching In Physical Education*, 21, 409-418.

Siedentop, D., Hastie, P., & Van der Mars, H (2011). *Complete guide to Sport Education*. United States of America: Human Kinetics, 2nd ed.

Universidade da Madeira (2018). Mestrado – Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. www.uma.pt. Universidade da Madeira.

ANEXO 1. PROJETOS DE ENRIQUECIMENTO CURRICULAR.

Projeto	Objetivo
AgenteX	Campeonato de solução de problemas de Matemática.
Altamente GZarco.come	Combate ao insucesso e abandono escolar dos alunos.
Aprender com o Cinema	Projetos de criação de curta-metragens, aliados ao projeto Educamedia.
Baú de Leitura	Promover hábitos de leitura e escrita junto dos alunos de todos os níveis de ensino.
Carta de convivialidade	Visa dotar o aluno de competências para que contribua de forma positiva para o estabelecimento de um clima de maior e melhor harmonia relacional, com os seus colegas e com a restante comunidade educativa.
Cinedesafios	
Céfran	Melhorar os níveis de desempenho e as competências linguísticas dos alunos, bem como de facultar aos discentes uma oportunidade para desenvolver os domínios da oralidade e da escrita e, em simultâneo, proporcionar um ambiente para a partilha de saberes e de experiências numa vertente pluridisciplinar e multicultural.
Atlante	Prevenção da Toxicodependência.
Desporto Escolar	
Eco-Escolas	Educação Ambiental direcionado para a comunidade escolar.
Educação para a Segurança e Prevenção de Riscos	Dinamização do Plano de Prevenção e Emergência da Escola e o desenvolvimento de conteúdos temáticos na área da segurança: segurança de pessoas e bens; segurança alimentar e segurança rodoviária.
Educação Sexual e Afetos (ESA)	Promoção de comportamentos saudáveis e a vivência de relações interpessoais gratificantes entre os jovens, no sentido de efetivar a educação para a sexualidade e para os afetos.
Expressões Artísticas	Procurar desenvolver o sentido estético/visual dos alunos, tentando alcançar um nível cultural elevado, contribuindo com a participação na Semana Regional das Artes, e em várias eventos da escola.
Galeria Espaçoamar	Olhar as Artes direcionado para a comunidade escolar.
<i>Moodle</i>	Plataforma do aluno.
Polo de Emprego	O Polo de Emprego Zarco, é uma unidade de apoio à inserção ou reinserção de jovens e adultos desempregados, no mercado de trabalho, em cooperação com o IEM, IP-RAM, através do Centro de Emprego.
Rede de Bufetes Escolares Saudáveis (RBES)	Valorização do Buffet dos alunos.
Robótica – TecRobô	Uso da robótica em contextos pedagógicos.

SeguraNet	Promove, desde 2004, a navegação segura, crítica e esclarecida da Internet e dos dispositivos móveis na comunidade educativa.
<i>Skin Deep</i>	O projeto " Skin Deep " faz parte da comunidade <i>eTwinning</i> . É um projeto desenvolvido a nível da comunidade europeia, envolve seis países (Portugal, Alemanha, França, Turquia, Ucrânia e Estónia) e pretende abordar o conceito de beleza e a forma como este afeta a autoestima e autoconfiança.
WebRadio	Rádio da escola <i>online</i> .

ANEXO 2. MATERIAL DIDÁTICO DISPONÍVEL.

(i) amovíveis	Quantidade	Local	Observações
Espaldares	8	Pavilhão	
Tabelas	10	Pavilhão	6 no campo exterior e 4 no pavilhão
Trave	1	Pavilhão	

(ii) móveis	Quantidade	Local	Observações
Arcos	17	Pavilhão e Campo exterior	nº reduzido no Pavilhão
Balizas	10	Pavilhão e Campo exterior	6 no exterior; 2 no pavilhão e 2 de hóquei no pavilhão.
Bancos suecos	12	Pavilhão	No pavilhão
Bolas (andebol, basquetebol, futebol, futsal, ténis de campo, ténis de mesa e voleibol)	reduzido n.º por turma (média 15)	Pavilhão e Campo exterior	No pavilhão apenas têm bolas de andebol, basquetebol e voleibol
Bock	1	Pavilhão	
Cestos de Corfebol	4	Campo Exterior	
Colchões de queda (grandes)	5	Pavilhão	
Colchões de solo (pequenos)	18	Pavilhão	
Coletes/Fitas	30	Pavilhão e Campo exterior	3 variedades de cores (azul, amarelo e verde)
Cones	26	Pavilhão e Campo exterior	Diferentes tamanhos; N.º reduzido no Pavilhão.
Cordas	17	Pavilhão e Campo exterior	
Fitball	1	Campo Exterior	
Mesas de ténis de mesa	6	Pavilhão e Campo exterior	3 no exterior e 3 no pavilhão
Minitrampolim	2	Pavilhão	
Plinto	1	Pavilhão	
Postes de badminton	6	Pavilhão	
Postes de voleibol	12	Pavilhão e Campo exterior	6 no exterior e 6 no pavilhão

Raquetes de badminton	18	Pavilhão	
Raquetes de ténis de campo	20	Pavilhão e Campo exterior	
Raquetes de ténis de mesa	15	Pavilhão e Campo exterior	
Redes de badminton	5	Pavilhão	
Redes de voleibol	6	Pavilhão e Campo exterior	3 no Pavilhão e 3 no Campo exterior
<i>Reuthers</i>	2	Pavilhão	
Tapete de solo (10mt)	1	Pavilhão	
Volantes	20	Pavilhão	

ANEXO 3. PLANIFICAÇÃO ANUAL 10º ANO - ESTRUTURAÇÃO DE CONTEÚDOS.

Turma: 10º ano					
Data	Dia da semana	Aula	Duração	Conteúdo programático	Local
1º PERIODO					
19.09.2017	3a feira	1 2	45´ 45´	Avaliações: Questionários + COGTEL	Pavilhão e sala de imprensa
21.09.2017	5a feira	3 4	45´ 45´	Avaliações: <i>FITNESS GRAM</i> e <i>EUROFIT</i>	Pavilhão e sala de tênis de mesa
26.09.2017	3a feira	5 6	45´ 45´	Avaliações Iniciais de Ginástica de solo e aparelhos (minitrampolim)	Pavilhão 4S
28.09.2017	5a feira	7 8	45´ 45´	Avaliações diagnóstico de Desportos de Raquete	Pavilhão 4N
03.10.2017	3a feira	9 10	45´ 45´	Situações de aprendizagem e ajudas na Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
10.10.2017	3a feira	11 12	45´ 45´	Situações de aprendizagem e ajudas na Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
12.10.2017	5a feira	13 14	45´ 45´	Situações de aprendizagem Badminton	Pavilhão 4N
17.10.2017	3a feira	15 16	45´ 45´	Situações de aprendizagem e ajudas na Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
19.10.2017	5a feira	17 18	45´ 45´	Situações de aprendizagem Badminton	Pavilhão 4N
24.10.2017	3a feira	19 20	45´ 45´	Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim) - montar equipas para começar treinos MED	Pavilhão 4S
26.10.2017	5a feira	21 22	45´ 45´	Avaliação diagnóstico Tênis de Campo	Exterior 2S
31.10.2017	3a feira	23 24	45´ 45´	Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim) - treinos e preparação	Pavilhão 4S
02.11.2017	5a feira	25 26	45´ 45´	Situações de aprendizagem Tênis de Campo	Exterior 2S
07.11.2017	3a feira	27 28	45´ 45´	1º EVENTO - Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
09.11.2017	5a feira	29 30	45´ 45´	Situações de aprendizagem Tênis de Campo	Exterior 2S
14.11.2017	3a feira	31 32	45´ 45´	TREINO Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
16.11.2017		33	45´		

	5a feira	34	45´	Situações de aprendizagem Tênis de Campo	Exterior 2S
21.11.2017	3a feira	35 36	45´ 45´	2º EVENTO - Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
23.11.2017	5a feira	37 38	45´ 45´	Situações de aprendizagem Tênis de mesa	sala tênis de mesa
28.11.2017	3a feira	39 40	45´ 45´	TREINO Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
05.12.2017	5a feira	41 42	45´ 45´	Situações de aprendizagem Tênis de mesa	sala tênis de mesa
07.12.2017	3a feira	43 44	45´ 45´	3º EVENTO - Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
12.12.2017	5a feira	45 46	45´ 45´	REVISÃO DE CONTEÚDOS, treinos para a fase final e preparação para o evento culminante - Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
14.12.2017	3a feira	47 48	45´ 45´	EVENTO CULMINANTE COM ENTREGA DE PRÉMIOS - Ginástica de solo e aparelhos (mini trampolim)	Pavilhão 4S
2º PERÍODO					
04.01.2018	5a feira	51 52	45´ 45´	AVALIAÇÃO JDC da performance em jogos (Andebol 5x5, Basquetebol 3x3 e Futebol 4x4)	Exterior 1/2N
09.01.2018	3a feira	53 54	45´ 45´	Avaliação diagnóstico Dança e instrução de criação de coreografias; Introdução à Dança Contemporânea (Ballet)	Pavilhão 4S
11.01.2018	5a feira	55 56	45´ 45´	JDC - Iniciação ao Modelo de Educação Desportiva (determinação de equipas e funções)	Exterior 1/2N
16.01.2018	3a feira	57 58	45´ 45´	Situações de aprendizagem - Danças de salão (valsa e salsa)	Pavilhão 4S
18.01.2018	5a feira	59 60	45´ 45´	JDC - Treinos das equipas com orientação do professor (processo ofensivo e defensivo)	Exterior 1/2N
23.01.2018	3a feira	61 62	45´ 45´	Situações de aprendizagem - Dança - Hip e Hop	Pavilhão 4S
25.01.2018	5a feira	63 64	45´ 45´	JDC - Treinos das equipas com orientação do professor (processo ofensivo e defensivo)	Exterior 1/2N
30.01.2018	3a feira	65 66	45´ 45´	Situações de aprendizagem - Dança - Hip e Hop e Danças tradicionais na 2a parte da aula	Pavilhão 4S

01.02.2018	5a feira	<u>67</u> 68	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos das equipas com orientação do professor (processo ofensivo e defensivo)	Exterior 1/2N
06.02.2018	3a feira	<u>69</u> 70	<u>45'</u> 45'	Dança - Criação de coreografia (escolhendo a dança que mais se identificam)	Pavilhão 4S
08.02.2018	5a feira	<u>71</u> 72	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos orientados pelas próprias equipas com supervisão do professor	Exterior 1/2N
15.02.2018	5a feira	<u>73</u> 74	<u>45'</u> 45'	Ensaios e correções de coreografias se necessário - EVENTO FINAL na 2a parte da AULA	Pavilhão 4S
20.02.2018	3a feira	<u>75</u> 76	<u>45'</u> 45'	JDC - Jornada 1 do Campeonato interno (5x5 andebol, 3x3 basquetebol e 4x4 futebol)	Exterior 1/2N
22.02.2018	5a feira	<u>77</u> 78	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos orientados pelas próprias equipas com supervisão do professor	Pavilhão 4S
27.02.2018	3a feira	<u>79</u> 80	<u>45'</u> 45'	JDC - Jornada 2 do Campeonato interno (5x5 andebol, 3x3 basquetebol e 4x4 futebol)	Exterior 1/2N
01.03.2018	5a feira	<u>81</u> 82	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos orientados pelas próprias equipas com supervisão do professor	Pavilhão 4S
06.03.2018	3a feira	<u>83</u> 84	<u>45'</u> 45'	JDC - Jornada 3 do Campeonato interno (5x5 andebol, 3x3 basquetebol e 4x4 futebol)	Exterior 1/2N
08.03.2018	5a feira	<u>85</u> 86	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos orientados pelas próprias equipas com supervisão do professor	Pavilhão 4S
13.03.2018	3a feira	<u>87</u> 88	<u>45'</u> 45'	JDC - Treinos orientados pelas próprias equipas com supervisão do professor	Exterior 1/2N
15.03.2018	5a feira	<u>89</u> 90	<u>45'</u> 45'	JDC - Revisão de conteúdos, Treinos para a fase final e preparação do evento culminante	Pavilhão 4S
20.03.2018	3a feira	<u>91</u> 92	<u>45'</u> 45'	Torneio 4 Estações	Exterior 1/2N
22.03.2018	5a feira	<u>93</u> 94	<u>45'</u> 45'	EVENTO CULMINANTE COM ENTREGA DE PRÉMIOS - JDC	Pavilhão 4S
3º PERIODO					
10.04.2018	3a feira	<u>95</u> 96	<u>45'</u> 45'	VOLEIBOL: Avaliações da performance em situação de jogo formal 4x4 (aula 1e2)	Pavilhão 4S
12.04.2018	5a feira	<u>97</u> 98	<u>45'</u> 45'	VOLEIBOL: Jogo 1x1 com serviço por baixo, identificação das várias tarefas dentro da modalidade e explicação das	Exterior 2S

				regras inerentes ao jogo (aula 3e4)	
17.04.2018	3a	99	45´	VOLEIBOL: Jogo 2x2 com serviço por baixo (aula 5e6)	Pavilhão 4S
	feira	100	45´		
03.05.2018	5a	101	45´	VOLEIBOL: Jogo 2x2 com serviço por cima (aula 7e8)	Exterior 2S
	feira	102	45´		
07.05.2018	2a	103	45´	DIA DO MAR: <i>Stand-up-paddle</i> + canoagem e <i>Geocaching</i> (atividades decorrem durante a toda a tarde)	Marina do Funchal
	feira	104	45´		
10.05.2018	5a	105	45´	VOLEIBOL: Jogos 3x3 em campo aumentado (10x5) com serviço por cima (aula 9e10)	Exterior 2S
	feira	106	45´		
15.05.2018	3a	107	45´	TORNEIO DE VOLEIBOL: 3x3 em campo aumentado (10x5) (aula 11e12)	Pavilhão 4S
	feira	108	45´		
RESTANTES AULAS LECIONADAS PELO PROFESSOR JOÃO CARVALHO					

ANEXO 4. EXEMPLO PLANO DE AULA.

PLANO DE AULAS – EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO			DOCENTE:	Sulamita Raquel	TURMA:	10 ^º		
AULAS Nº	15 e 16	DATA:	17-10-2017	HORA:	9h55 – 11h25	MODALIDADE(S):	Ginástica MED	
MATERIAL DIDÁTICO:	6 Colchões azuis leves + 4 colchões com barra vermelha (mais grosso) + 1 colchão azul grande + 2 colchões verdes + 1 minitrampolim					LOCAL:	Pavilhão 4S	
OBJETIVOS:	Abordar as situações de aprendizagem e ajudas correspondentes aos conteúdos a treinar e avaliar no Modelo de Educação Desportiva.							
ESTRUTURA	TA	TP	OBJETIVO DA TAREFA	DESCRIÇÃO E ORGANIZAÇÃO DA TAREFA	ESQUEMA E/OU OBSERVAÇÕES			
INICIAL	9h55	2m	Introdução à aula	Apresentação dos conteúdos a abordar.				
	9h58	6m para cada	Preparação física (com música)	<p>Os alunos em fila sentados no chão uns atrás dos outros de costas, passam a bola dos seus pés para as suas mãos e das suas mãos para os pés do colega de trás e corre para o último lugar até final do campo, 1ª equipa a chegar ao final da linha ganha.</p> <p>Diferentes tipos de prancha:</p> <ul style="list-style-type: none"> Prancha em que os alunos passavam as bolas entre si - grupo de 3 a 4 (recebe com mão esquerda passa com a mão direita); Prancha 1x1 em que um aluno tenta desequilibrar o colega, tirando o apoio dos braços, depois troca de colega. 				
HIDRATAÇÃO (2m)								
FUNDAMENTAL	10h18	12m	Estação 1: Criação de uma sequência de ginástica de solo	<p>Os alunos deverão criar uma sequência de elementos gímnicos, podendo os mesmos incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"> Avião, roda, ponte, apoio facial invertido; Rolamento à frente e à retaguarda com pernas afastadas e/ou pernas juntas; e/ou outros elementos que queiram trabalhar. 				

LEGENDA: TA – tempo acumulado TP – tempo previsto

PLANO DE AULAS – EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

verso



ESTRUTURA	TA	TP	OBJETIVO DA TAREFA	DESCRIÇÃO E ORGANIZAÇÃO DA TAREFA	ESQUEMA E/OU OBSERVAÇÕES
FUNDAMENTAL	10h20	12m	Estação 2: Situações de aprendizagem para saltos no minitrampolim (foco na impulsão)	Estando os colchões a um nível mais elevado solicitamos aos alunos que tentassem subir mais, dando mais impulsão no minitrampolim e manter-se de pé em cima dos colchões.	
FINAL	11h15	5m	Alongamentos	Com o objetivo de prevenir lesões e alongar todo o corpo após grande ativação muscular durante a aula prescrevemos os alongamentos esquematizados.	

SUMÁRIO
(a colocar no PLACE)

Situações de aprendizagem para Ginástica de solo e Aparelhos (mini-trampolim), abordando os conteúdos a treinar e avaliar no Modelo de Educação Desportiva.

REFLEXÃO DA AULA

- Ao aplicar este plano, e passando um pouco pelas estações, verifiquei que o Tomás e o Gonçalo no solo não têm tanto medo de executar a roda do que com as situações de aprendizagem propostas na aula anterior (e.g. a partir do plinto ou com o banco sueco), o que significa que esta alteração foi bem sucedida, incentivando à repetição e treino do exercício. Na próxima aula seria benéfico criar uma estação só com os alunos com esta dificuldade, que pelo que avaliamos nas últimas aulas são 5, e trabalhar individualmente com eles para que os mesmos percam este medo e possam evoluir no elemento gímnico pretendido.
- Na estação dos saltos verificou-se no início algumas reticências por parte dos alunos evidenciando ser algo de novo para os mesmos. No entanto, no desenrolar dos exercícios fomos notando empenho em fazer melhor e motivação para fazer mais repetições, foi uma estação bem sucedida, inclusive as raparigas, todas elas, esforçaram-se em fazer e repetir.
- No final da aula foi solicitado para os alunos efetuarem uma reflexão da mesma, apelando à sua sinceridade, isto porque na estação da ginástica de solo verificou-se que os alunos simplesmente faziam uma vez e logo de seguida paravam e ficavam a olhar para a estação dos saltos, tive de chamá-los à atenção várias vezes e os mesmos diziam estar cansados de fazer sempre a mesma coisa.

ASSINATURA:

DATA: 17-10-2017

LEGENDA: TA – tempo acumulado TP – tempo previsto

ANEXO 5. PLANO DE ÉPOCA - GINÁSTICA.

DIAS	CONTEÚDOS/ORGANIZAÇÃO – SECUNDÁRIO	ESPECIFICAÇÕES
1	Avaliação	Esquema com elementos programados com ajuda. A avaliação deverá ser filmada visto ser impossível conseguir avaliar “ <i>in loco</i> ” vários elementos gímnicos a vários alunos.
2, 3 e 4	Ajudas e Progressões	O docente vai ensinar: Como ajudar os alunos que estão a executar determinado elemento gímnico; As progressões de cada elemento gímnico a abordar durante a época; Os cuidados a ter com o material.
5	Definir as Equipas	Com base nos níveis de proficiência dos alunos, formar equipas equilibradas, o docente deve criar as equipas e informar os alunos. O capitão de cada equipa será definido por meio de sorteio em anonimato. Após o sorteio o docente verifica se as escolhas foram as mais adequadas ao desenrolar do modelo. As equipas têm oportunidade de escolher o nome das mesmas.
6	Treinos / Preparação	Inicia-se o processo de treino e preparação para o 1º evento. NOTA: Neste momento todas as equipas já deverão ter o <u>Dossier da modalidade</u> onde consta cada elemento gímnico que irá ser abordado, os seus critérios de êxito e as ajudas, ou seja, todo o seu planeamento de treino para as próximas aulas.
7	1º Evento	- Sequência de elementos gímnicos de ginástica de solo e de aparelhos (mini trampolim); - Promover a competição; - Informar o sistema de pontuação da ginástica, a diferença entre pontuação de solo, de aparelhos e a das ajudas, para que todos os alunos entendam o que penaliza e o que premeia. Informar de como funciona um evento de ginástica, mostrar por exemplo um vídeo que o demonstre.
8	Treino	- As equipas continuam os seus treinos com o objetivo de melhorar a sua performance e ganhar o evento final.

		<ul style="list-style-type: none"> - Nesta fase os alunos já deverão ser mais autónomos e aplicar sozinhos o seu treino, sempre sobre a supervisão do docente.
9	2º Evento	<p>2º Evento - realizar uma competição muito aproximada ao evento final.</p> <p>Preparação do evento culminante:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Convite à comunidade escolar para assistir às finais; - Convite às associações locais; - Convite a possíveis membros do Júri.
10	Treino	<p>As equipas continuam os seus treinos com o objetivo de melhorar a sua performance, o docente continua a sua supervisão sobre o mesmo e ajusta se necessário alguma questão.</p>
11	3º Evento	<p>3º Evento - fazendo uma competição muito aproximada ao evento final</p> <p>Preparação do evento culminante:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verificação de questões de organização do evento, os prémios já deverão estar bem definidos e elaborados.
12	<p>Revisão de conteúdos</p> <p>Treinos para a fase final</p> <p>Revisão do evento culminante</p>	<ul style="list-style-type: none"> - As equipas devem treinar a sua estratégia para a fase final; - Cada equipa pode ser convidada a apresentar uma surpresa às outras no evento culminante; - O evento culminante já deverá estar totalmente definido e organizado em todos os aspetos, e.g. elementos do júri, local, prémios, convidados, equipas, etc.
13	Evento culminante com entrega de prémios	<ul style="list-style-type: none"> - Devem ser contempladas nesta fase a avaliação final, nas mesmas condições do que a inicial; - Filmagem: todos devem participar; - Não existem equipas excluídas neste processo; - Carácter festivo - música; - Entrega de prémios.

CONTRATO DO CAPITÃO DE EQUIPA

Como capitão de equipa, vou liderar demonstrando um bom comportamento desportivo e de liderança nas seguintes áreas:

- **Fair play** - Participar de forma responsável, dedicar-se, respeitar, ser prestável e não prejudicial;
- **Esforçar-se ao máximo** - Trabalhar muito para a equipa em todas as situações (i.e., nos treinos, ouvir todos nas decisões; prevenir conflitos, trabalhar na preparação física, e organizar a equipa nas competições);
- **Respeitar** - Respeitar os companheiros de equipa, juízes, adversários, professores e equipamentos;
- **Responsabilidade** - Organizar os companheiros de equipa nos treinos e antes das competições;
- **Ajudar** - Ajudar todos os elementos a melhorar em todas as situações.

Deveres diários específicos...

- Registrar a assiduidade;
- Se necessário, convocar reuniões onde as preocupações da equipa possam ser discutidas;
- Assistir o professor nas competições;
- Atuar como porta-voz da equipa;
- Verificar os comportamentos da sua equipa.

Assinatura:

Data:

Assinaturas dos restantes membros da equipa:

ANEXO 7. DOSSIER DO ALUNO - MED - GINÁSTICA.

DOSSIER DE GINÁSTICA

SUMÁRIO

1. Objetivos
2. Modelo de Educação Desportiva
3. Exemplos de Disposição de aula
4. Menu
 1. Ginástica de solo
 2. Ginástica de aparelhos (minitrampolim)
5. Regulamento
6. Referências bibliográficas

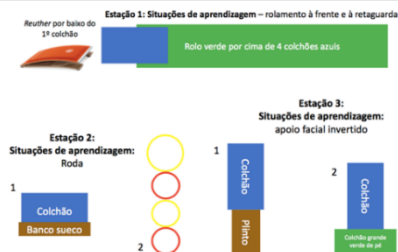
OBJETIVOS

- Este dossier foi criado no sentido de vos ajudar a planear os treinos de ginástica tendo em conta os elementos gímnicos que irão ser avaliados.
- Em cada elemento gímnico encontrarão:
 - Critérios de êxito
 - Situações de aprendizagem
 - Ajudas

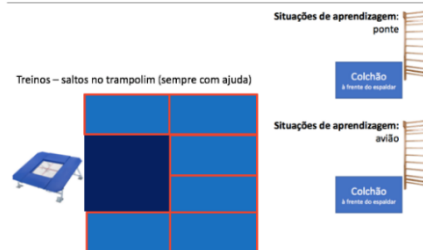
MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA



EXEMPLOS DE DISPOSIÇÃO DA AULA (1/2)



EXEMPLOS DE DISPOSIÇÃO DA AULA (2/2)



MENU

MENU

Ginástica de solo

- Rolamento à frente
- Rolamento à retaguarda
- Avião
- Ponte
- Roda
- Apoio facial invertido

Ginástica de aparelhos (minitrampolim)

- Salto de vela
- Salto engrupado
- Salto de carga
- Salto 1/2 e 1 pirueta
- Mortal à frente

Clica em cima do nome do exercício que queres treinar.

ROLAMENTO À FRENTE (ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior;
- Mãos à largura dos ombros;
- Dedos afastados no tapete;
- Queixo ao peito;
- Impulsão dos membros inferiores;
- Elevação da bacia (por cima da cabeça);
- Ângulo coxa/perna e tronco/coxa inferior a 90°;
- Repulsão das mãos no solo ou agarra joelhos para se levantar.

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(ARAÚJO, 2004)



1. "Bolinha"
2. A partir de um plinto
3. Em plano inclinado

MENU

AJUDA

(ARAÚJO, 2004)



Com uma mão na nuca para ajudar a encostar o queixo ao peito (e evitar lesões) e outra na parte posterior das coxas ou nadegueiros para impulsionar o enrolamento. Na fase final, o ajudante pode colocar as mãos nas costas (de preferência nas axilas) e ajudar a levantar.

MENU

ROLAMENTO À RETAGUARDA

(ARAÚJO, 2004)



[CRITÉRIOS DE ÊXITO](#)
[SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM](#)
[AJUDA](#)

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior
- Mãos à largura dos ombros com palmas viradas para cima
- Queixo ao peito
- Ângulo coxa/perna e tronco/coxa inferior a 90°
- Dedos afastados no tapete
- Repulsão das mãos no solo de forma a "passar" a cabeça
- Pés sempre juntos.

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(ARAÚJO, 2004)



1. Rolamento em plano inclinado
2. "Bolinha"

MENU

AJUDA

(ARAÚJO, 2004)



O ajudante deverá apoiar uma mão nas costas do aluno para lhe controlar a fase de sentar e depois deverá puxá-lo pela zona da bacia no sentido de facilitar a repulsão dos braços no solo e assim evitar que bata com a cabeça. Se o aluno já executar bem as fases de fecho e enrolamento à retaguarda, o ajudante deverá colocar-se um pouco mais atrás, segurá-lo pelas ancas e puxar para cima facilitando a repulsão de braços e impedindo que bata com a cabeça no solo.

MENU

AVIÃO

(ARAÚJO, 2004)



[CRITÉRIOS DE ÊXITO](#)
[SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM](#)
[AJUDA](#)

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Olhar em frente
- Cabeça levantada
- Pernas em extensão
- Amplitude entre membros inferiores maior que 90°
- Braços em extensão completa (2 posições aceitáveis)
- Manter a posição estática por mais de 2"

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(ARAÚJO, 2004)



Legenda: MI – membros inferiores

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

AJUDA

(ARAÚJO, 2004)



O ajudante coloca-se lateralmente ao aluno e com uma mão no peito e outra na parte anterior da coxa, da perna ou do pé, fornece-lhe algum apoio para o equilíbrio, ajudando também ao aumento do afastamento entre os MI, obrigando-o a manter o peito elevado (fazendo força para cima com ambas as mãos).

LEGENDA: MI – membros inferiores.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

RODA

(ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior e/ou afastados perpendicularmente ao tronco
- Afundo fronte-lateral
- Elevação dos membros superiores
- Enérgico lançamento da perna livre
- Apoios alternados (numa linha imaginária)
- Passagem do corpo pela vertical
- Afastamento dos membros inferiores superior a 90°

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(ARAÚJO, 2004)



DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

AJUDA

(ARAÚJO, 2004)



O ajudante coloca-se lateralmente (do lado da perna de impulsão, de forma a ficar nas costas do aluno). Ajuda nas ancas facilitando o equilíbrio, forçando a passagem pela vertical e impulsionando de maneira a não deixar perder o ritmo e a aumentar a velocidade de movimento.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

PONTE

(ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Mãos à largura dos ombros
- Membros inferiores e superiores em extensão
- Palmas das mãos viradas para a frente
- Dedos juntos
- Elevação da bacia acima da linha dos ombros e cintura pélvica
- Linha perpendicular entre mãos e ombros.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

MENU

(ARAÚJO, 2004)



Legenda: MI – membros inferiores

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

AJUDA

(ARAÚJO, 2004)



O ajudante coloca-se atrás do aluno, que se deita e apoia as mãos junto ou sobre os pés do ajudante. O aluno executa ponte e o ajudante força-lhe os ombros puxando para si.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

APOIO FACIAL INVERTIDO

(ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior e/ou afastados perpendicularmente ao tronco
- Mãos à largura dos ombros no solo
- Afundo Frontal
- Dedos afastados
- Braços em extensão
- Membros inferiores em extensão
- "Empurrar" o solo
- Olhar para as mãos (1a fase) e olhar em frente (2a fase)
- Alinhamento dos segmentos corporais.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(ARAÚJO, 2004)



DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

AJUDA (1/2)

(ARAÚJO, 2004)



1. Colocando uma mão no ombro para não o deixar avançar, em relação ao apoio das mãos, e com a outra mão na perna livre para impulsionar para cima e chegar à vertical.
2. Colocando-se na frente do aluno e segurando-o pelas ancas logo que apoie as mãos no solo e "puxando-o" para pino; esta ajuda é melhor para alunos mais pesados e que executam bastante mal (ver situação de aprendizagem nº 5).

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

SALTO DE VELA

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente
- Pés unidos
- Corpo em extensão completa e em tonicidade máxima
- Alinhamento corporal
- Recepção a dois pés e sem passos.

MENU

AJUDA

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



O ajudante coloca as mãos na zona da bacia ou nos ombros do aluno para facilitar uma recepção equilibrada e em segurança.

DOSSIER DE GINÁSTICA

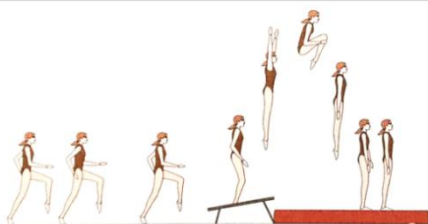
UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

SALTO ENGRUPADO

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente
- Agarrar os joelhos
- Ângulo coxa/perna e tronco/coxa inferior a 90º
- Cotovelos junto ao corpo
- Pés em extensão e unidos
- Recepção a dois pés e sem passos

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

AJUDA

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



O ajudante movimenta-se na zona de recepção de forma a posicionar-se perto e lateralmente à aluna; intervém na zona da bacia ou nos ombros para lhe facilitar uma recepção equilibrada e em segurança.

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente
- Pés unidos
- Corpo em extensão completa e em tonicidade máxima
- Alinhamento corporal
- Recepção a dois pés e sem passos.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

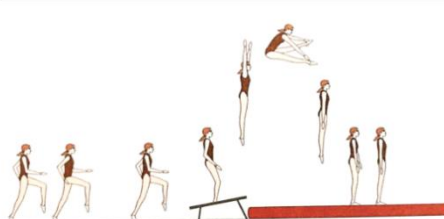
UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MENU

SALTO DE CARPA

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

MENU

CRITÉRIOS DE ÊXITO

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente
- Ângulo dos membros inferiores superior a 90º
- Pernas paralelas ao chão
- Pernas em extensão
- Mãos tocam no dorso do pé
- Ângulo tronco/coxa inferior a 90º
- Recepção a dois pés e sem passos

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

AJUDA

MENU

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



No salto de carpa o ajudante não se pode posicionar sobre a zona de receção visto que o aluno na fase ascendente do salto vai afastar as pernas podendo atingir o ajudante. Por isso o ajudante deverá colocar-se ao lado do minitrampolim e avançar rapidamente para ajudar apenas na receção. Esta ajuda poderá ser efetivada com uma mão nas costas e outra na zona abdominal ou nos ombros.

DOSSIER DE GINÁSTICA

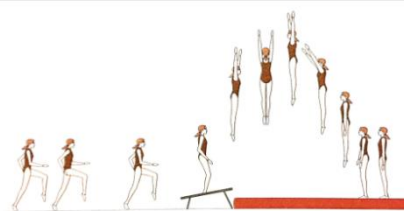
UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

SALTO DE ½ OU 1 PIRUETA

MENU

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

CRITÉRIOS DE ÊXITO

MENU

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente
- Corpo em extensão e tonicidade máxima
- Pés juntos
- Pernas em extensão
- Afastamento do membros superiores no final para parar rotação
- Receção a dois pés e sem passos

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

AJUDA

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



O ajudante deve manter-se atento durante a execução da meia pirueta e intervir para parar o aluno no caso de desequilíbrio. Na receção coloca-se uma mão na zona abdominal ou no ombro e outra nas costas.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

MORTAL

MENU

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



CRITÉRIOS DE ÊXITO

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

AJUDA

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

CRITÉRIOS DE ÊXITO

MENU

- Braços em elevação superior
- Olhar em frente (fase inicial)
- Queixo ao peito
- Elevação da bacia
- Agarra os joelhos
- Joelhos juntos
- Ângulo coxa/perna e tronco/coxa inferior a 90º
- Abertura na vertical
- Receção a dois pés e sem passos.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

AJUDA

MENU

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



Mortal à frente no minitrampolim com ajuda de manipulação; o ajudante coloca uma mão na zona abdominal para facilitar a impulsão e servir de eixo de rotação. Com a outra mão nas costas do aluno imprime velocidade no movimento de rotação à frente. O ajudante só deixa o contacto com o aluno depois de ele se encontrar de pé e em equilíbrio.

DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

SALTOS

MENU

SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM

(MOREIRA & ARAÚJO, 2004)



DOSSIER DE GINÁSTICA

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

ANEXO 8. DOSSIER DO DOCENTE - MED - GINÁSTICA.

DOSSIER DE APOIO AO DOCENTE - GINÁSTICA

Metodologia de avaliação da performance na ginástica artística

NÚCLEO DE ESTÁGIO 2017-2018

UNIVERSIDADE DA MADEIRA

NÚCLEO DE ESTÁGIO 2017-2018

1

Índice

I – METODOLOGIA.....	3
II – AVALIAÇÃO.....	3
2.1. GINÁSTICA DE SOLO.....	3
2.1.1. Rolamento à frente.....	4
2.1.2. Rolamento à retaguarda.....	4
2.1.3. Ponte.....	5
2.1.4. Avião.....	5
2.1.5. Roda.....	6
2.1.6. Apoio facial invertido.....	6
2.2. GINÁSTICA DE APARELHOS (MINITRAMPOLIM).....	8
2.2.1. Salto de Vela.....	8
2.2.2. Salto engrupado.....	9
2.2.3. Salto de carpa.....	9
2.2.4. Salto com ½ ou uma pirueta.....	10
2.2.5. Mortal à frente.....	10
III – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	12
ANEXOS.....	13
ANEXO 1 – Ficha de avaliação de ginástica de solo.....	13
ANEXO 2 – Ficha de avaliação de ginástica de aparelhos (minitrampolim).....	14

I – METODOLOGIA

A criação deste dossier de apoio ao docente tem como objetivo facilitar a avaliação, por meio de vídeo, da modalidade de ginástica. Esta avaliação integra os conteúdos a serem trabalhados pelo núcleo de estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto. Uma metodologia com base no Modelo de Educação Desportiva em que contamos com a colaboração do professor Gonçalo Marques, no que diz respeito a definir os critérios de êxito mais importantes a observar/avaliar.

Esta escolha de apoio sucedeu-se ao vasto currículo que o professor tem na matéria a desenvolver, visto que o mesmo, é Licenciado em Educação Física e Desporto e Pós-Graduado em Observação e Análise pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Mestre em Desporto para Crianças e Jovens pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Juiz Nacional de Trampolins desde 1994 e Juiz Nacional de GAM, no ciclo olímpico (2008/2012).

Este modelo de avaliação baseia-se nos códigos de pontuação da Ginástica Artística Masculina (GAM) e Feminina (GAF), bem como o código de pontuação de Ginástica de Trampolins, referente ao Mini Trampolim. No que toca à ginástica de solo foram feitas adaptações ao sistema de ensino, ou seja, em vez do docente avaliar uma sequência de solo como um todo, é avaliado elemento a elemento, o que está mais em concordância com os objetivos definidos pelo Programa Nacional de Educação Física.

II – AVALIAÇÃO

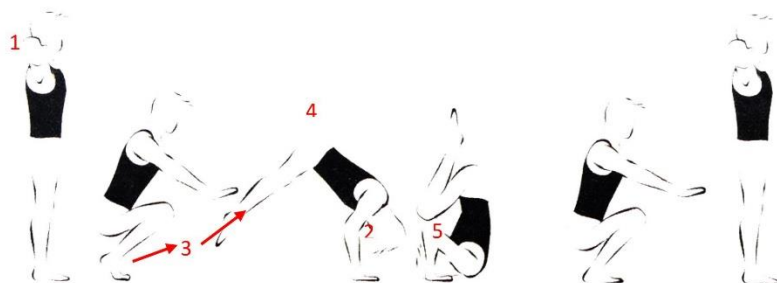
A avaliação de ginástica consiste em avaliar em cada elemento gímico cinco dos critérios de êxito referidos no Dossier de Ginástica, sendo que foram escolhidos os mais relevantes do mesmo.

2.1. GINÁSTICA DE SOLO

O sistema de pontuação na ginástica de solo é feito num todo a cada elemento gímico, ou seja, são atribuídos 10 pontos à execução perfeita de cada elemento gímico. As penalizações são atribuídas tendo em consideração a execução dos critérios de êxito.

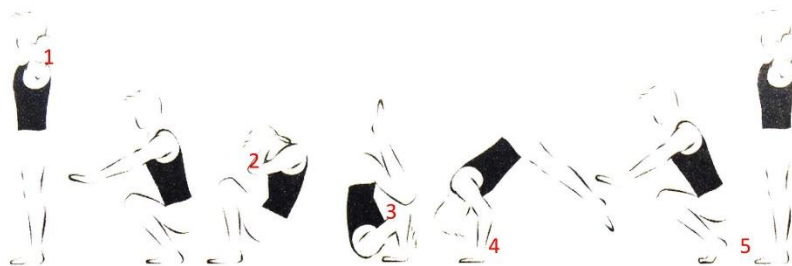
Os critérios de êxito escolhidos para cada elemento gímico, da ginástica de solo, seguem na tabela abaixo descrita e constam da ficha de avaliação (vide anexo 1).

2.1.1. Rolamento à frente



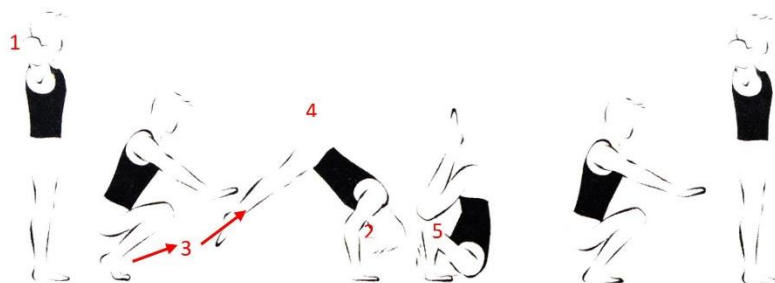
1. Mãos à largura dos ombros
2. Queixo ao peito
3. Impulsão dos membros inferiores
4. Elevação da bacia
5. Ângulo entre a coxa perna e tronco coxa 90°
6. Ajuda

2.1.2. Rolamento à retaguarda



1. Mãos à largura dos ombros com a palmas viradas para cima
2. Queixo ao peito
3. Ângulo entre a coxa perna e tronco coxa 90°
4. Repulsão das mãos no solo de forma a passar a cabeça
5. Pés juntos
6. Ajuda

2.1.1. Rolamento à frente



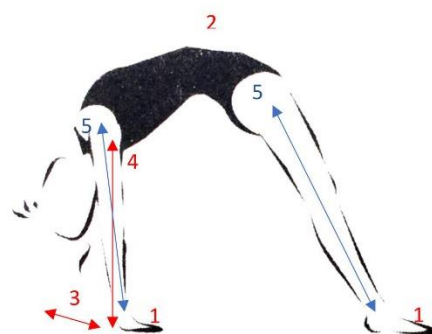
1. Mãos à largura dos ombros
2. Queixo ao peito
3. Impulsão dos membros inferiores
4. Elevação da bacia
5. Ângulo entre a coxa, perna e tronco coxa 90°
6. Ajuda

2.1.2. Rolamento à retaguarda



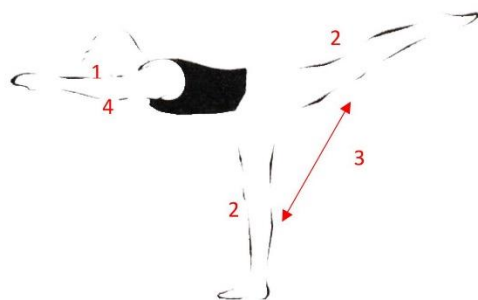
1. Mãos à largura dos ombros com as palmas viradas para cima
2. Queixo ao peito
3. Ângulo entre a coxa, perna e tronco coxa 90°
4. Repulsão das mãos no solo de forma a passar a cabeça
5. Pés juntos
6. Ajuda

2.1.3. Ponte



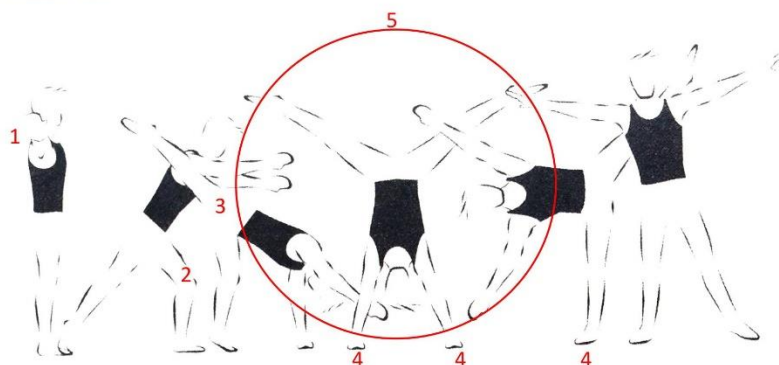
1. Dedos juntos
2. Elevação da bacia acima da linha dos ombros e cintura pélvica
3. Mãos à largura dos ombros
4. Linha perpendicular entre mãos e ombros
5. Membros inferiores e superiores em extensão
6. Ajuda

2.1.4. Avião



1. Olhar em frente (cabeça para cima)
2. Pernas em extensão
3. Amplitude entre membros inferiores maiores que 90°
4. Braço em extensão completa
5. Manter a posição estática durante 2''
6. Ajuda

2.1.5. Roda



1. Braço em elevação superior e/ou afastados perpendicularmente ao corpo
2. Afundo fronto-lateral
3. Enérgico lançamento da perna livre
4. Apoios alternados (mão, mão, pé, pé)
5. Passagem do corpo pela vertical
6. Ajuda

2.1.6. Apoio facial invertido



1. Mãos à largura dos ombros no solo
2. Dedos afastados
3. Braço em extensão
4. Olhar para as mãos (1ª fase) e olhar em frente (2ª fase)
5. Alinhamento dos segmentos corporais
6. Ajuda

Metodologia a utilizar na avaliação de cada elemento gímico

A execução correta de cada elemento gímico, isto é, a concretização correta dos 5 cinco critérios de êxito, é avaliado com a nota máxima de 10 pontos. Assim, o avaliador terá de avaliar os cinco critérios de êxito mencionados em cada elemento gímico, e deverá atribuir as seguintes penalizações:

PENALIZAÇÕES	DESCRIÇÃO
0	O aluno faz o elemento sem erros (i.e., cumpre os cinco critérios de êxito)
0,3	O aluno faz o elemento mas com dois erros (i.e., falha em dois critérios de êxito)
0,5	O aluno faz o elemento mas com três ou quatro erros (i.e., falha em três ou quatro critérios de êxito)
1	O aluno faz o elemento mas com cinco erros (i.e., falha em todos os critérios de êxito)
10	O aluno não executou o elemento

No que diz respeito às ajudas, que são de carácter obrigatório, ou seja, devem estar sempre presentes na avaliação dos elementos gímicos, seguem um sistema similar à metodologia de avaliação utilizada para cada elemento gímico. O sistema de penalização é o seguinte:

PENALIZAÇÕES	DESCRIÇÃO
0,5	Ajuda muito ativa
0,3	Ajuda ativa
0	Ajuda passiva

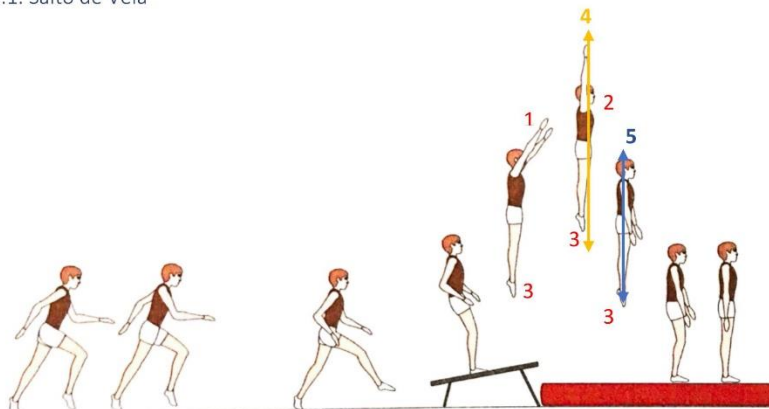
Isto significa que, se o aluno necessitar de uma ajuda muito ativa porque, por exemplo no caso do apoio facial invertido não conseguiu subir e definir a posição corretamente, o avaliador deverá atribuir uma penalização de 0,5 pontos na ajuda, mais 0.5 no caso do aluno também executar o elemento com três ou mais erros (ou seja, não cumprir com 3 ou mais critérios de êxito mencionados). Neste exemplo, a nota final para este elemento seria = 9 pontos.

2.2. GINÁSTICA DE APARELHOS (MINITRAMPOLIM)

O sistema de pontuação na ginástica de aparelhos (minitrampolim) é feito critério a critério.

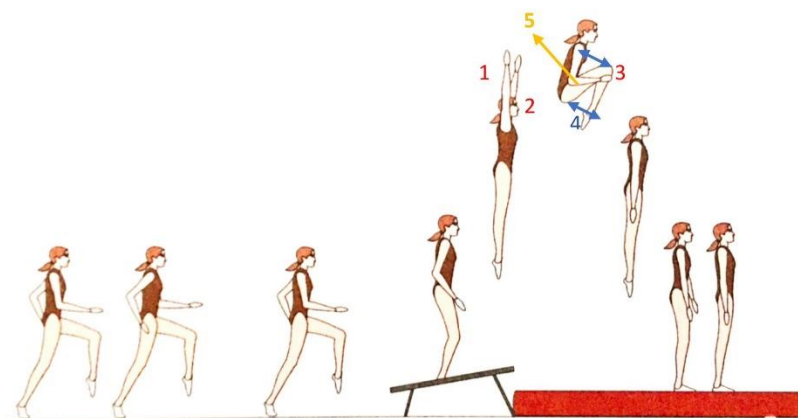
Os critérios de êxito escolhidos para cada elemento gímnic, da ginástica de aparelhos (minitrampolim), seguem na tabela abaixo descrita e constam da ficha de avaliação (vide anexo 2).

2.2.1. Salto de Vela



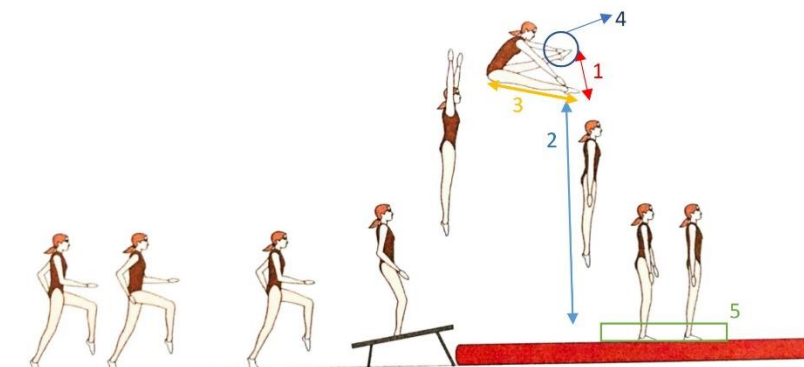
1. Braços em elevação superior
2. Olhar em frente
3. Pés unidos
4. Corpo em extensão completa e tonicidade máxima
5. Alinhamento corporal
6. Ajuda

2.2.2. Salto engrupado



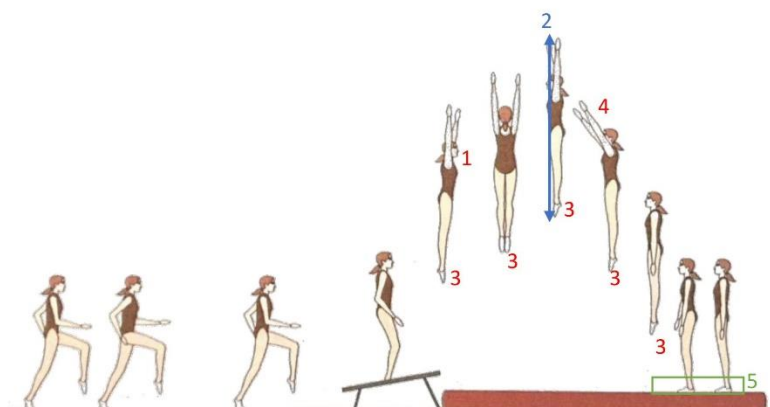
1. Braços em elevação superior
2. Olhar em frente
3. Agarrar os joelhos
4. Ângulo coxa perna e tronco coxa inferior a 90°
5. Cotovelo junto ao corpo
6. Ajuda

2.2.3. Salto de carpa



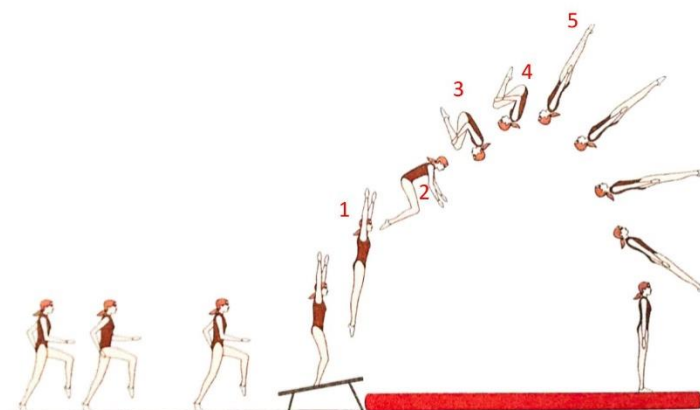
1. Ângulo dos membros inferiores tem de ser superior a 90°
2. Pernas paralelas ao chão
3. Pernas em extensão
4. Mãos tocam no dorso dos pés
5. Recepção sem passos
6. Ajuda

2.2.4. Salto com ½ ou uma pirueta



1. Olhar em frente
2. Corpo em extensão completa e tonicidade máxima
3. Pés juntos
4. Afastamento dos MS no final para parar a rotação
5. Receção sem passos
6. Ajuda

2.2.5. Mortal à frente



1. Braços em elevação superior
2. Rotação da bacia
3. Agarrar os joelhos
4. Joelhos juntos
5. Abertura
6. Ajuda

O avaliador terá de avaliar critério a critério de êxito tendo em conta as seguintes penalizações:

PENALIZAÇÕES	DESCRIÇÃO
0	O aluno cumpre o critério sem falhas
0,1	O aluno cumpre o critério elemento com alguns erros/falhas
0,2	O aluno cumpre o critério elemento com muitos erros/falhas
10	O aluno não executou o elemento

O sistema de penalização das ajudas na ginástica de aparelhos (minitrampolim) processa-se da mesma forma ao descrito na ginástica de solo:

PENALIZAÇÃO	DESCRIÇÃO
0,5	Ajuda muito ativa
0,3	Ajuda ativa
0	Ajuda passiva

III – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araújo, C. (2004). “Manual de ajudas em ginástica”. 2a Edição. Porto Editora. Porto.
- Moreira, J.; Araújo, C. (2004). “Manual técnico e pedagógico de Trampolins”. Porto Editora; Porto.

ANEXOS

ANEXO 1 – Ficha de avaliação de ginástica de solo

(colocar legítimo escolar)

		Ano:	Turmas:					Escola:								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
GINÁSTICA DE SOLO																
CONTÊÚDOS DE ÊNTO Nº de alunos																
Membros inferiores	Membros inferiores															
	Quilco ao peito															
	Membros inferiores inferiores															
	Elevação da base															
	Apóio entre a coxa, perna e tronco com 90º															
AUDIAS																
TOTAL																
Membros superiores	Membros superiores															
	Quilco ao peito															
	Apóio entre a coxa, perna e tronco com 90º															
	Apóio das mãos no solo de forma a passar a cabeça															
	Pés juntos															
AUDIAS																
TOTAL																
Pontos	Pontos															
	Quilco ao peito															
	Membros inferiores inferiores															
	Membros inferiores e superiores em extensão															
	Membros inferiores e superiores em extensão															
AUDIAS																
TOTAL																
Apoio	Apoio															
	Olhar em frente (cabeça para cima)															
	Pernas em extensão															
	Amplitude entre membros inferiores maiores que 90º															
	Braco em extensão completa															
AUDIAS																
TOTAL																
Braco em elevação superior e/ou afastado perpendicularmente ao corpo																
Apoio fronto-lateral																



DOSSIER DE JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS

NÚCLEO DE ESTÁGIO DE EFD 2017-2018

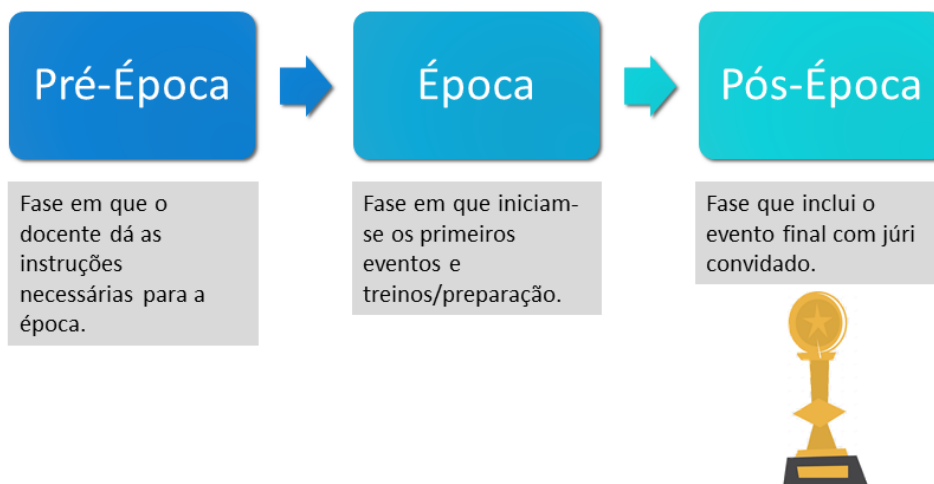
SUMÁRIO

1. Objetivos
2. Modelo de Educação Desportiva
3. Regras Base (Andebol, Basquetebol e Futebol)
4. Menu de exercícios
 - A. Defensivos
 - B. Ofensivos
 - C. Ofensivos e Defensivos
 - D. Lúdicos
5. Regulamento

1. OBJETIVOS

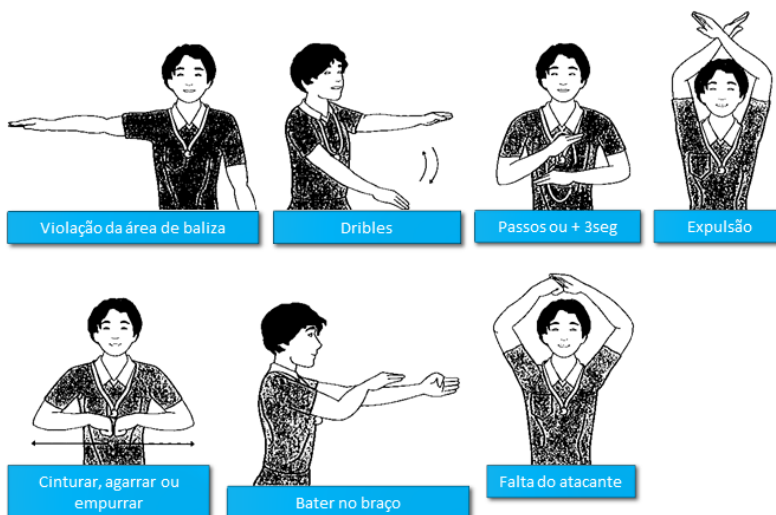
- Este dossier foi criado no sentido de vos ajudar a planear os treinos dos jogos desportivos coletivos (andebol, futebol e basquetebol).
- Este documento é fundamental para que a vossa equipa obtenha sucesso ao longo desta época desportiva.

2. MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA



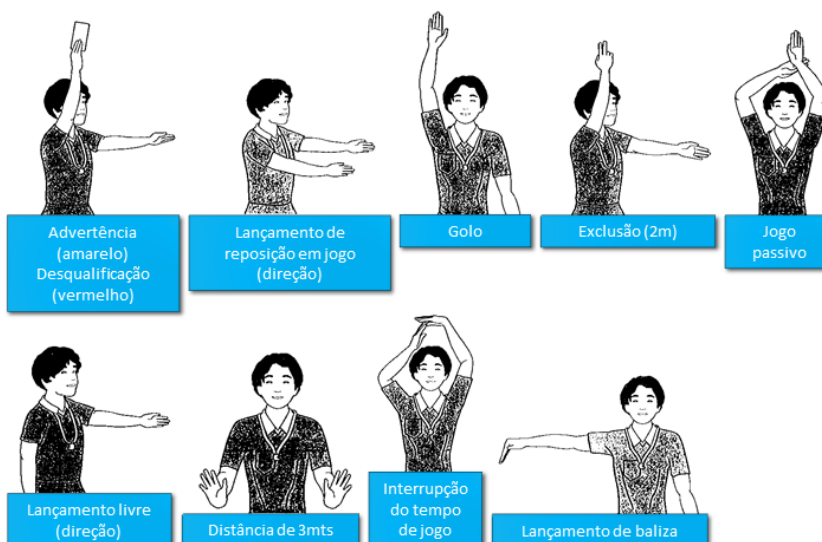
3. SINALIZAÇÃO

3.1. ANDEBOL



3. SINALIZAÇÃO

3.1. ANDEBOL



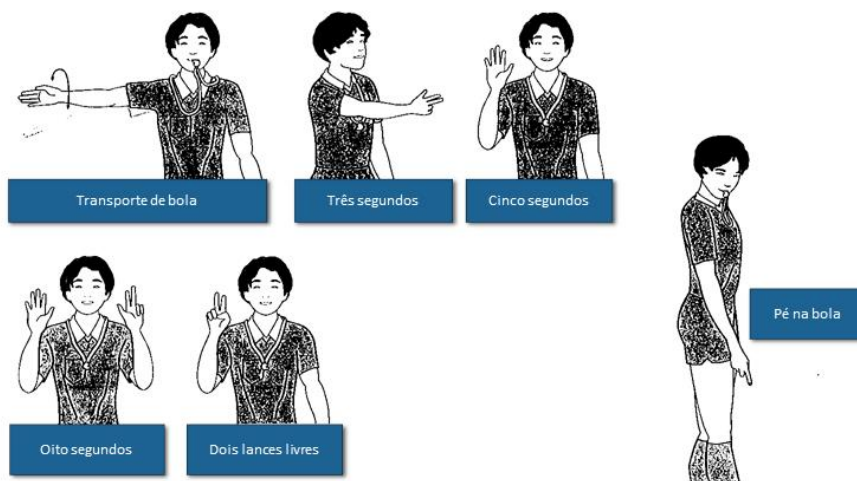
3. SINALIZAÇÃO

3.2. BASQUETEBOL



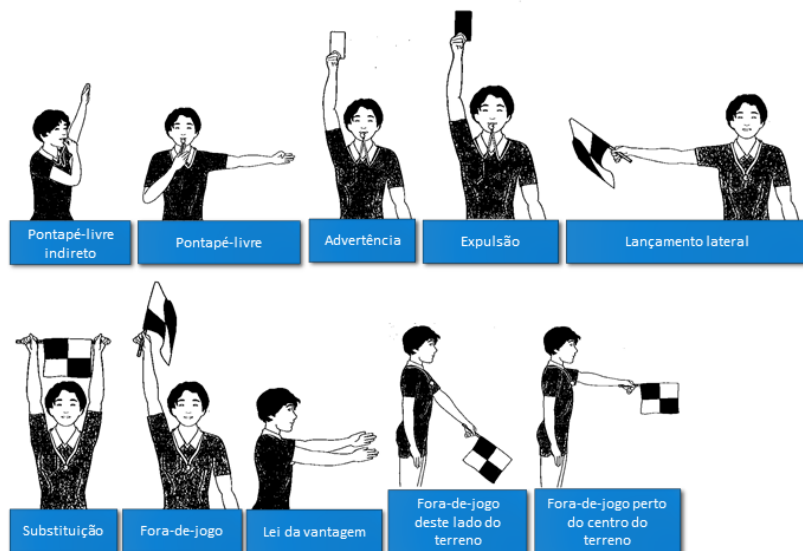
3. SINALIZAÇÃO

3.2. BASQUETEBOL



3. SINALIZAÇÃO

3.3. FUTEBOL



4. MENU

Exercícios:

Ofensivos	Ex1	Ex2	Ex3			
Defensivos	Ex1	Ex2	Ex3			
Ofensivos e Defensivos	Ex1	Ex2	Ex3	Ex4	Ex5	Ex6
	Ex7	Ex8	Ex9	Ex10	Ex11	
Jogos Lúdicos	Ex1	Ex2	Ex3	Ex4		

Clica em cima da ação técnico-tática que queres treinar.

OFENSIVO

EXERCÍCIO 1: ATAQUE POR VAGAS

Objetivo:

Penetrar e atacar o alvo.

Descrição:

Situação de 2 contra 1 feito por vagas. A equipa que ataca tem como objetivo finalizar enquanto que o objetivo da defesa é recuperar a bola para, com a ajuda do colega, passar para uma função atacante.

- Aos pares, quando uma equipa ataca vão os dois elementos e quando é para defender um elemento do par realiza essa função.
- O par que atacou vai para o fim do campo do lado oposto onde começou esperando a sua vez para defender.
- No par os elementos devem alternar quando vão realizar a tarefa de defesa.
- Em caso de saída da bola na linha lateral com posse da equipa que ataca, deve ser realizado no local em que a bola saiu.

+ Dificuldade

- Limitação do tempo de ação com bola (3 segundos).
- Utilização exclusiva de passe picado.
- Só pode atacar o alvo após uma área pré determinada (e.g. após linha dos 3 pontos).

- Dificuldade

- Defesa passiva.

Esquema:



OFENSIVO

EXERCÍCIO 2: BOLA AO QUINTAL

Objetivo:

Manutenção da posse bola; Penetração e atacar o alvo.

Descrição:

O objetivo do jogo é colocar a bola no chão do "quintal" da equipa adversária. Para que tal aconteça os jogadores devem trocar a bola entre si tendo em consideração os seguintes aspetos:

- A equipa que defende coloca um jogador dentro do seu próprio quintal;
- O jogo começa no meio campo com bola ao ar disputada por um elemento de cada equipa;
- O portador da bola só pode dar 3 passos com a bola e sem driblar, podendo ficar com a bola 3 segundos;
- As faltas são marcadas no local onde foram feitas;
- Cada vez que conseguir colocar a bola no quintal adversário ganha 1 ponto;
- Em cada ponto conseguido a equipa que sofreu começa o jogo do seu quintal.

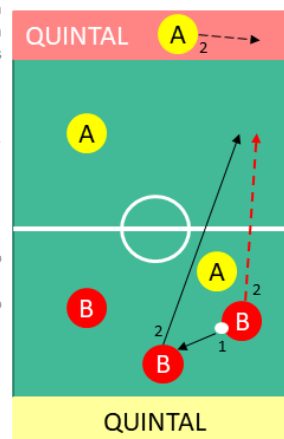
+ Dificuldade

- Não pode passar ao mesmo;
- Bola deve passar por todos.

- Dificuldade

- Introduzir o drible/fintar;
- Só há roubo de bola por interceção.

Esquema:



OFENSIVO

EXERCÍCIO 3: RUGBY

Objetivo:

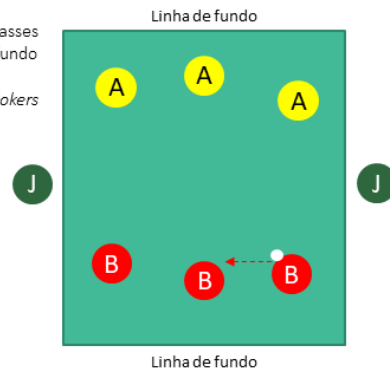
Manutenção da posse bola; Penetração na defesa e Atacar o alvo.

Esquema:

Descrição:

Neste jogo pretende-se que uma equipa realize cinco passes seguidos colocando de seguida a bola sobre a linha de fundo da equipa adversária.

- Cada equipa é composta por 3 jogadores com dois *jokers* nas linhas laterais;
- Os *jokers* podem entrar no terreno de jogo;



+ Dificuldade

- A equipa que faz ponto deve estar toda no meio campo adversário;
- A bola tem de passar por todos os elementos da equipa.

- Dificuldade

- Só podem recuperar a bola por intercepção.

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 4: 3X3 BASQUETEBOL

Objetivo:

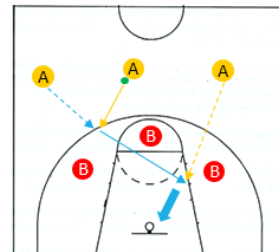
Manutenção da posse bola; Penetração na defesa e Atacar o alvo.

Esquema:

Descrição:

Situação de 3 contra 3 em meio campo de basquetebol. O objetivo passa por marcar mais pontos que a equipa adversária tendo em conta as seguintes condições:

- Sempre que a bola é recuperada a equipa deve trocar a bola até ao meio campo para poder iniciar o ataque.
- Os pontos ganhos são os mesmos que um jogo formal da modalidade.
- Em caso de falta, a equipa que a sofreu tem direito a dois lançamentos da linha de lance livre.



+ Dificuldade

- Antes de poder atacar o alvo tem de trocar 5 passes entre si.
- Não pode passar ao mesmo.
- Uso exclusivo do passe picado.

- Dificuldade

- Defesa passiva.
- Inclusão de um *Joker*.

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 5: “UM DE CADA VEZ”

Objetivo:

Manutenção da posse bola.

Descrição:

O campo deve ser dividido em dois, sendo que de cada lado devem estar 3 elementos de cada equipa. O jogo é iniciado no meio campo da equipa A, e de imediato avança 1 jogador da equipa B para tentar recuperar a bola. A cada 20seg. sai um elemento da equipa B para dificultar a tarefa da equipa A. Sempre que uma equipa recupera a bola deve voltar com a bola controlada para o seu campo.

NOTA: verificar qual a equipa que permanece com maior tempo a posse de bola.

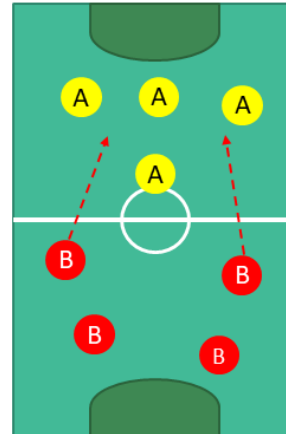
+ Dificuldade

- Limitar o número de toques/passos;
- Não pode passar ao mesmo.

- Dificuldade

- Só podem recuperar a bola por interceção;

Esquema:



OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 6: JOGO DOS BANQUINHOS

Objetivo:

Defender o alvo/espaco e ganhar posse de bola;
Penetração e finalização e Manutenção da posse bola.

Descrição:

Todos contra todos: cada aluno deve defender a sua baliza e marcar em qualquer uma das outras balizas adversárias. Apenas podem jogar a um toque ou vários toques consecutivos desde que a bola não toque no chão.

NOTA: não pode permanecer mais de 10seg na baliza.

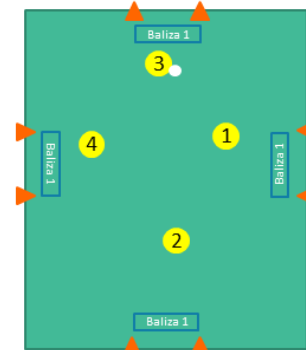
+ Dificuldade

- Balizas mais pequenas;
- Retirar o *drible* (andebol e basquetebol), limitar o número de toques no futebol;
- 2x2 ou 3x3.

- Dificuldade

- Balizas maiores;
- Pode fazer “caixinha” (cooperação entre colegas para marcar numa baliza).

Esquema:



OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 7: JOGO DAS MULTIBALIZAS

Objetivo:

Defender o alvo/espaco e ganhar posse de bola;
Penetrao e finalizao e Manuteno da posse bola.

Descrio:

Neste jogo o objetivo e marcar golo nas duas balizas adversarias.
-A equipa vermelha composta por 3 ou 4 elementos deve marcar golo nas balizas 1 e 2;
- A equipa azul composta por 3 ou 4 jogadores deve marcar golos nas balizas 3 e 4.

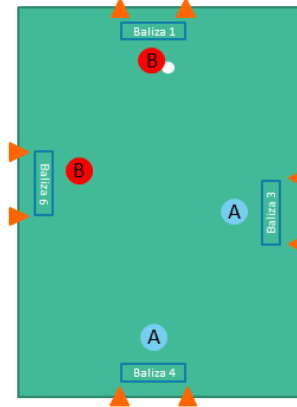
+ Dificuldade

- Balizas mais pequenas;
- Retirar o *drible* (andebol e basquetebol), limitar o numero de toques no futebol;
- Basta tocar no adversario para ficar com a bola;
- Os mais proficientes so limitados nos toques/passos.

- Dificuldade

- Balizas maiores;
- So ha roubo de bola por intercecao;
- Os menos proficientes podem dar um ilimitado de toques.

Esquema:



OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 8: FUGA AO TUBARÃO

Objetivo:

Manuteno da posse bola e Defender o espaco.

Descrio:

Existem duas zonas onde esto os alunos que atacam. Entre essas duas zonas est um corredor onde esto 2 "tubaroes" que procuram impedir que a bola passe de um lado ao outro. Quem ataca procura trocar a bola de modo a que os "tubaroes" no toquem na bola, fazendo o maior numero de passes possivel entre as duas zonas.
- No e permitido passes por cima da defesa.
- So e permitido dar 3 toques/passos com a bola.
- Os "tubaroes" podem intercepar a bola com qualquer parte do corpo.
- Quem falhou o passe, por intercecao ou no, troca e passa a ser "tubarao".

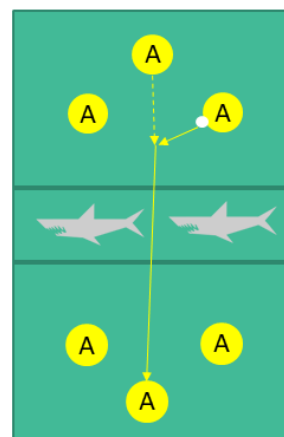
+ Dificuldade

- Inclusao de mais um "tubarao".

- Dificuldade

- Permissao de movimentar-se com bola livremente.

Esquema:



OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 9: CONQUISTAR A LINHA

Objetivo:

Defender o alvo/espaco; Penetrao e finalizao e Manuteno da posse bola.

Esquema:

Descrio:

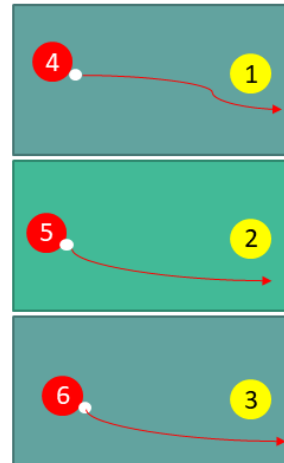
Jogos 1x1 em que o portador da bola deve ultrapassar a linha final do adversrio com a bola controlada. Regime de competio em escada (sobe e desce), liga dos campees. Em caso de empate o aluno que fez o primeiro ponto do jogo vence a partida.

+ Dificuldade

- Menor espaco de jogo.

- Dificuldade

- Introduzir "joker" (jogador que joga nas duas equipas).



OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 10: FINALIZAO COM PRESSAO

Objetivo:

Defender o alvo/espaco; Penetrao e finalizao e Manuteno da posse bola.

Esquema:

Descrio:

Situao 2 + GR: O jogador A, com bola, parte em direo ao alvo. O jogador B corre ao seu encontro, para tentar impedir a finalizao. Troca de posio. No caso do GR ou o Jogador B ganhar a posse vai tentar marcar golo em uma das balizas (cones).



+ Dificuldade

- para jogador A: jogador B estar mais avanado;

- Dificuldade

-

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 11: DEFENDER E ATACAR

Objetivo:

Defender o alvo/espaco e Manutenção da posse bola.

Esquema:

Descrição:

Cinco alunos com bola, num espaço determinado. Procurar manter a posse da sua bola e atacar a dos outros, atirando-a para fora. Quem conseguir fazer alguém perder a bola, ganha ponto.



+ Dificuldade

- Dificuldade

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 12: MEIINHO

Objetivo:

Defender o alvo/espaco e Manutenção da posse bola.

Esquema:

Descrição:

Cinco equipas de 2 alunos cada. Uma equipa (2 alunos) fica no meio do um círculo, constituído por 8 alunos (4 equipas de 2). Os alunos do círculo, procuram trocar a bola entre si, sem que os 2 jogadores do meio consigam intercetar. Quando um jogador do meio consegue intercetar a bola, a sua equipa troca de posição com a do jogador que perdeu a bola. São permitidos 2 toques consecutivos.



+ Dificuldade

- Dificuldade

- Só é permitido jogar a um toque.

- Utilizar joker (jogador que se desloca no meio e que serve de apoio aos que tocam a bola).

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 13: FINALIZAÇÃO EM SUPERIORIDADE NUMÉRICA

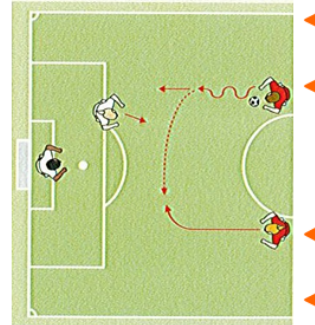
Objetivo:

Finalização em superioridade numérica.

Esquema:

Descrição:

Equipas de 2 alunos, com posse de bola, procuram vencer a oposição de um defensor, para conseguir obter um golo.



+ Dificuldade

- Dificuldade

OFENSIVO e DEFENSIVO

EXERCÍCIO 14: JOGO SIMPLIFICADO

Objetivo:

Defender o alvo/espaco e Ganhar posse de bola;
Penetração e finalização e Manutenção da posse bola.

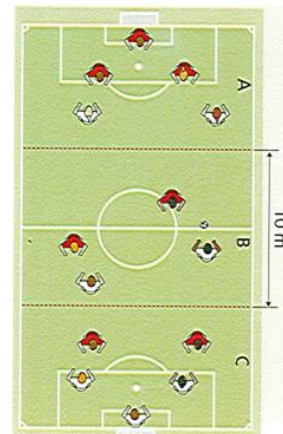
Esquema:

Descrição:

GR + 6 x 6 + GR
Campo – 60m x 40m, dividido em 3 zonas A, B e C.
Zonas A e C – os jogadores de ambas as equipas só podem jogar com o máximo de 2 toques consecutivos na bola.
Zona B, podem jogar sem limite de toques (zona livre).

VARIANTES:

- Alterar nº de toques;
- Todos os jogadores devem, alternadamente, passar pela posição de GR;
- Obrigatoriedade da bola ter de passar sempre pela zona central e de nunca poder passar diretamente das zonas A para a C, e vice-versa.



DEFENSIVO

EXERCÍCIO 15: BOLA AO QUINTAL

Objetivo:

3X3 Defender o espaço.

Esquema:

Descrição:

O objetivo do jogo é colocar a bola no chão do “quintal” da equipa adversária. Para que tal aconteça os jogadores devem trocar a bola entre si tendo em consideração os seguintes aspetos:

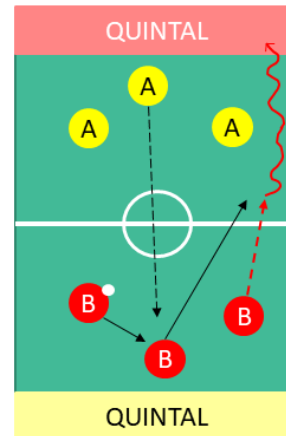
- O jogo começa no meio campo com bola ao ar disputada por um elemento de cada equipa;
- O portador da bola só pode dar 3 passos com a bola e sem driblar, podendo permanecer com a bola 3 segundos;
- As faltas são marcadas no local onde foram feitas;
- Cada vez que conseguir colocar a bola no quintal adversário ganha 1 ponto;
- Em cada ponto conseguido a equipa que sofreu começa o jogo do seu quintal.

+ Dificuldade

- Introduzir o drible/fintar;
- Só há roubo de bola por interceção.

- Dificuldade

- Não pode passar ao mesmo;
- Bola deve passar todos;
- A equipa que defende coloca um jogador dentro do seu próprio quintal.



DEFENSIVO

EXERCÍCIO 16: JOGO DOS PASSES com *joker*

Objetivo:

Manutenção da posse bola/penetração na defesa e atacar o alvo.

Esquema:

Descrição:

Neste jogo pretende-se que uma equipa realize cinco passes seguidos colocando de seguida a bola sobre a linha de fundo da equipa adversária.

- Cada equipa é composta por 3 jogadores com dois jokers nas linhas laterais;
- Um dos *jokers* pode entrar no terreno de jogo.

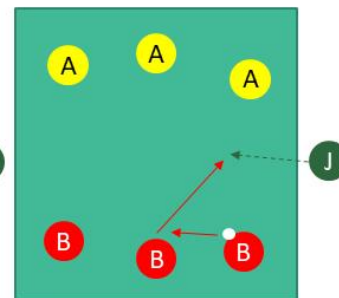
VARIANTE: Marcar a todo o comprimento do campo 2 zonas laterais (alas com 2,5m largura), onde nas alas só pode entrar um jogador da equipa que ataca e aí permanecer até um tempo máximo de 5seg. As equipas só podem finalizar após passe das zonas laterais.

+ Dificuldade

- A equipa que faz ponto deve estar toda no meio campo adversário;
- A bola tem de passar por todos os elementos da equipa.

- Dificuldade

- Só podem recuperar a bola por interceção.



DEFENSIVO

EXERCÍCIO 17: "ATAQUE POR VAGAS"

Objetivo:

Defender o espaço e Ganhar a bola.

Descrição:

Neste jogo pretende-se que uma equipa realize cinco passes seguidos colocando de seguida a bola sobre a linha de fundo da equipa adversária.

- Cada equipa é composta por 3 jogadores com dois jokers nas linhas laterais;
- Um dos *jokers* pode entrar no terreno de jogo.

+ Dificuldade

- Só pode recuperar a bola por interceção.
- Em caso de finalização da equipa adversária perde a sua vez de atacar.

- Dificuldade

- Limitação do tempo de ação com bola (3 segundos).
- Utilização exclusiva de passe picado.
- Só pode atacar o alvo após uma área pré determinada (p.e. após linha dos 3 pontos).

Esquema:



JOGOS LÚDICOS

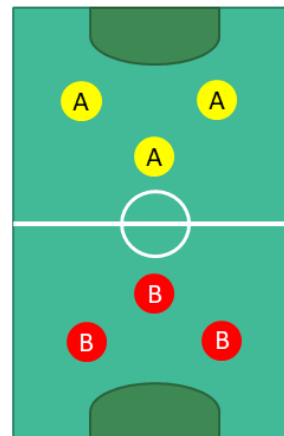
EXERCÍCIO 18: "JOGO DA BARRA"

Objetivo:

Descrição:

Neste jogo de 3x3 o objetivo é chegar à linha de fundo da equipa adversária para fazer ponto. Sempre que um elemento for tocado no meio campo da equipa adversária fica "barrado"! Se um colega de equipa lhe tocar, esse aluno "barrado" fica livre.

Esquema:



JOGOS LÚDICOS

EXERCÍCIO 19: “JOGO DO RATINHO”

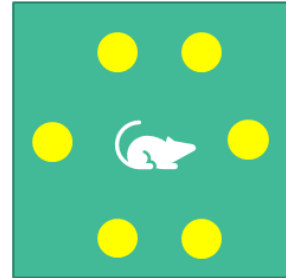
Objetivo:

Manutenção da posse de bola.

Esquema:

Descrição:

Neste jogo, deve haver um “rato” que tenta recuperar a bola que está na posse dos colegas. O objetivo é que os membros que possuem a bola façam o maior número de passes entre si sem serem interceptados pelo adversário. A cada 5 passes o “rato” deve fazer duas flexões.



+ Dificuldade

- Não pode passar ao mesmo;
- Jogar a dois toques/só passe picado
- Introduzir mais um “rato”.

- Dificuldade

- O “rato” deve dar um metro de distância.

JOGOS LÚDICOS

EXERCÍCIO 20: “JOGO DOS PASSES”

Objetivo:

Manutenção da posse bola e Penetração na defesa.

Esquema:

Descrição:

Num espaço limitado, duas equipas procuram efetuar 5 passes seguidos. Contar os passes feitos em voz alta. Se a bola for interceptada pela outra equipa, a contagem volta ao início. Quem concluir 5 passes alcança, 1 ponto. Ganha quem fizer mais pontos, no tempo determinado.



+ Dificuldade

- Não pode haver drible (andebol e basquetebol), limitar o número de toques no futebol;
- Não pode passar ao mesmo;
- Com marcação de golos – utilizar balizas ou alvos com ou sem GR – cada golo no alvo/baliza, vale 2 pontos; cada 5 passes seguidos por equipa, vale 1 ponto.

- Dificuldade

- Só há roubo de bola por interceção;
- Introduzir um *joker*.

JOGOS LÚDICOS

EXERCÍCIO 21: "JOGO DO MATA"

Objetivo:

Esquema:

Descrição:

Neste jogo o objetivo é "matar" todos os elementos da equipa adversária, vencendo a equipa que "matar" primeiro todos os adversários.

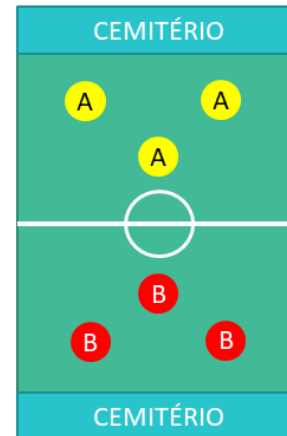
- Cada equipa é composta por 3 jogadores;
- Para poder "matar" um adversário, cada equipa deve realizar 5 passes entre si;
- Quem "morre" vai para o cemitério;
- Uma vez que o jogador esteja "cemitério", a sua equipa pode jogar a bola para que este "mate" um adversário.

+ Dificuldade

- Pode haver um espião (que entra no campo adversário);
- Só podem dar 3 passos com a bola na mão.

- Dificuldade

- Dar duas vidas ao menos proficientes.



4. REGULAMENTO (1/7)

4.1. Organização

4.1.1. A organização do campeonato é de responsabilidade das três equipas participantes;

4.1.2. O campeonato será disputado em três jornadas, sendo que cada jornada corresponde a uma modalidade diferente dos JDC (andebol, basquetebol e futebol);

4.1.3. Cabe à equipa que não vai participar na jornada organizar a mesma.

4. REGULAMENTO (2/7)

4.2. Competências

4.2.1. Compete à equipa organizadora da jornada: montar os campos, arbitrar o jogo, registar os pontos, fotografar os jogos e entregar a ficha de jogo ao professor.

4.3. Inscrições

4.3.1. Cada equipa pode ter até 8 elementos. Todos os elementos são inscritos como jogadores e devem também possuir um papel extra: árbitro (2), fotógrafo (1), diretor de equipa (1), marcador de pontos (1), cronometrista (1), capitão (1) e treinador adjunto (1).

4. REGULAMENTO (3/7)

4.4. Jogo

4.4.1. Cada jogo dura 15 minutos, sem intervalos;

4.4.2. Não existem limites de substituições;

4.4.3. Todos os jogadores devem jogar pelo menos 5 minutos por jogo, sob pena de penalização;

4. REGULAMENTO (4/7)

4.4. Jogo

4.4.4. Os jogos de futebol são de 5x5, os de basquetebol 3x3 e os de andebol 5x5;

4.4.5. Serão cumpridas as regras que dizem respeito a cada modalidade, por exemplo: no andebol pode haver suspensão de 2 minutos, ou no caso do futebol a acumulação de amarelos da origem à expulsão;

4.4.6. Não existe fora-de-jogo.

4. REGULAMENTO (5/7)

4.5. Pontuação

A pontuação a atribuir, por cada jogo (basquetebol, andebol e futebol) é a seguinte:

Designação	Pontos
Vitória	5
Empate	3
Derrota	1

4. REGULAMENTO (6/7)

4.6. Fair-Play

Em todos os treinos e jornadas são atribuídos inicialmente 25 pontos pelo <i>fair play</i> , que podem ser retirados segundo os seguintes critérios:	Penalização de:
Cartão amarelo	1
Cartão vermelho	5
Atitude antidesportiva pouco grave, como linguagem não apropriada.	1
Atitude antidesportiva grave, como desrespeitar os colegas ou elementos de outras equipas.	5
Atitude antidesportiva muito grave, como agredir um colega ou outro elemento de outra equipa.	20

Todos os casos omissos serão decididos pelo professor em conjunto com os diretores de cada equipa.

4. REGULAMENTO (7/7)

4.7. Cumprimento das funções

Em todos os treinos e jornadas são atribuídos, inicialmente 20 pontos pelo cumprimento de deveres, que podem ser retirados, segundo os seguintes critérios:	Penalização de:
Falta de empenho dos elementos da equipa, no exercício das funções previamente contratualizadas.	3
Falta injustificada de um elemento da equipa no treino/competição.	5
Não levar o equipamento adequado para a realização dos jogos.	2
Equipa responsável pelo atraso do início de jogo.	5
Não cumprimento do tempo mínimo de jogo por elemento de equipa.	3
Não levar o equipamento adequado para a realização dos treinos e competições.	5
Não respeitar as funções dos colegas.	10
Não respeitar o plano e mudá-lo sem autorização do professor/treinador principal.	5

OBSERVAÇÃO DO JOGO DESEMPENHO DA EQUIPA



NOME:


Nº: ANO: TURMA: DATA:

I - Apresenta as razões que motivaram a tua dispensa.

II - Elabora uma ficha de avaliação, do desempenho do teu colega como árbitro no jogo, de acordo com os seguintes pontos:

1. Preenche a ficha de observação de jogo, anotando, nos espaços respectivos, a frequência das ocorrências (com tracinhos...), para no fim poderes apresentar o seu número total.

MODALIDADES	ASPETOS A OBSERVAR	Nº DE VEZES QUE OCORREM	TOTAIS
ANDEBOL BASQUETEBOL FUTEBOL FUTSAL	Passes curtos		
	Passes errados		
	Recuperação da posse de bola		
	Perda da posse de bola		
	Faltas cometidas		
	Faltas sofridas		
ANDEBOL	Remates em apoio		
	Remates em salto		
	Defesas do Guarda-Redes		
	Golos		
BASQUETEBOL	Lançamentos efetuados		
	Lançamentos convertidos		
FUTEBOL FUTSAL	Dribles		
	Remates com o pé		
	Remates com a cabeça		
	Defesas do Guarda-Redes		
	Golos		

 Deves fazer esta tarefa numa folha solta e entregar ao teu professor no final da aula.



Costa M; Costa, A. (2006) Educação Física 7/8/9. Areal Editores. 1ª Edição.

RELATÓRIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DESPORTOS DE RAQUETE



NOME:

Nº:

ANO:

TURMA:

DATA:

I - Apresenta as razões que motivaram a tua dispensa.

II - Elabora um relatório, de acordo com os seguintes pontos:

1. Identifica o local da aula.
2. Indica a atividade desenvolvida (Badminton, Ténis, Ténis de Mesa).
3. Descreve os exercícios que fizeram parte do aquecimento inicial.
4. Indica o material utilizado.
5. Aponta os aspetos técnico-táticos abordados (pegas da raqueta, batimentos, serviço ...).
6. Descreve, de forma pormenorizada, os exercícios realizados.
7. Identifica os exercícios em que os colegas revelaram maior dificuldade.
8. Refere as principais dificuldades reveladas em situação de jogo (ataque/defesa, conhecimento das regras ...).
9. Caracteriza a participação/comportamento dos alunos na aula (ativa, empenhada, desatenta, desinteressada ...).
10. Seleciona a atividade que mais apreciaste (justifica a resposta).
11. Faz um comentário geral da aula (incluindo uma apreciação sobre o espírito desportivo revelado em situação de jogo).
12. Escreve um sumário da aula.



Deves fazer esta tarefa numa folha solta e entregar ao teu professor no final da aula.



Costa M; Costa, A. (2006) Educação Física 7/8/9. Areal Editores. 1ª Edição.

RELATÓRIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

DANÇA

NOME:

Nº:

ANO:

TURMA:

DATA:

I - Apresenta as razões que motivaram a tua dispensa.

II - Elabora um relatório, de acordo com os seguintes pontos:

1. Identifica o local da aula.
2. Indica a actividade desenvolvida (Dança, Danças Sociais, Danças Tradicionais Portuguesas).
3. Indica o material utilizado (aparelho de som, CD...).
4. Descreve, de forma pomenorizada, os passos/movimentos realizados (saltos, corridas, valsa, tango, regadinho, malhão...).
5. Refere as principais dificuldades reveladas (enquadramento com a música, com o par, deslocações...).
6. Caracteriza a participação/comportamento dos alunos na aula (activa, empenhada, desatenta, desinteressada...).
7. Selecciona a actividade que mais apreciaste (justifica a resposta).
8. Faz um comentário geral da aula.
9. Escreve um sumário da aula.



Deves fazer esta tarefa numa folha solta e entregar ao teu professor no final da aula.



Costa M; Costa, A. (2006) Educação Física 7/8/9. Areal Editores. 1ª Edição.

ANEXO 11. FICHA DE OBSERVAÇÃO.

Assistências às aulas - Ficha de Observação nº1

Professora observadora:

Professor observado:

Data: 09.10.2017



Categoria de observação	Competências/Comportamentos a observar		Observações
Instrução	Transmite os conteúdos e objetivos a serem desenvolvidos da aula decorrente, de forma clara e objetiva		3 No início da aula, esclarecendo dúvidas acerca da mesma.
	Vocabulário e verbalização adequada ao público-alvo		3 Definição do MED.
	Recorre a exemplos e à demonstração		3 Demonstração dos elementos gímnicos.
	Recurso a formas de expressão que explicitam os conteúdos e termos técnicos		2
Feedbacks	Objetivo	Avaliativo	Não se aplica.
		Prescritivo	3 Maioritariamente, no auxílio à visualização das componentes críticas dos elementos gímnicos.
		Descritivo	3
		Interrogativo	2 Em ocasiões de comportamentos-desvio.
	Forma	Auditivo	3
		Visual	3
		Cinestésico	Não se aplica.
		Misto	3 Auditivo e visual com a comunicação oral e demonstração dos elementos gímnicos.
	Direção	Individual	Não aplicável
		Grupo	3 Ênfase para o trabalho de grupo e não para individualizado, importância das ajudas.
Afetividade	Positivo	3	
	Negativo	Não se aplica.	
Organização / Planeamento	Organiza as atividades nos espaços disponíveis para as práticas		3 Exploração do espaço da prática na sua totalidade.
	Demonstra capacidade adaptativa perante situações imprevistas		Não se aplica.
	Os conteúdos encontram-se de acordo com os objetivos estabelecidos e as tarefas		3
	Utiliza de forma estratégica as capacidades dos alunos como possível agente de ensino (demonstração/orientação de exercícios, etc.)		3
	Tempos de transição rápidos ou rentabilizados, controlo do tempo de execução dos exercícios		1 Pouco empenhamento motor. Muito expositivo.
	Tem estratégias planeadas para os alunos que não fazem a aula		3 Relatório da aula.
Controlo e Segurança	Gestão correta, estratégica e eficaz do tempo de aula		2
	Posicionamento estratégico, garantindo um maior campo visual possível, movimentando-se pelo espaço da aula		3 Com o auxílio da professora estagiária e o professor orientador foi possível haver deslocações pelo espaço da aula.
	Adota medidas preventivas no sentido de evitar situações de risco, e reaviva essas mesmas ideias com alguma frequência		3 Aviso constante para as questões de segurança ao realizar determinados elementos gímnicos (e.g. minitrampolim não pode ser utilizado sem a presença de um professor).

LEGENDA:

3 Muito

2 Suficiente

1 Pouco

MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

O Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco,

Convida a todos os Professores de Educação Física, do grupo de recrutamento 260 e 620, da EBSGZ, a participar nas ações científico-pedagógicas individuais com os seguintes temas:

1. O MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA: uma abordagem alternativa das matérias de ensino.

▶ Preletor: Alexandre Vieira
Hora: 13h30 às 14h00

2. OPERACIONALIZAÇÃO DO MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA.

▶ Preletor: Sulamita Barreto
Hora: 14h00 às 14h30

🎯 OFERTA de um CD-ROM com as ferramentas didático-pedagógicas utilizadas nas aulas e Certificado de Participação.

📍 Local: Sala de Sessões EBSGZ



ANEXO 13. CONVITE AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA INDIVIDUAL.



CONVITE

O Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco,

Convida-o a participar nas ações científico-pedagógicas individuais, no dia 24 de janeiro de 2018, entre as 13h30 e as 14h30, na sala de sessões da EBSGZ, com os seguintes temas:

- 1. O MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA:**
uma abordagem alternativa das matérias de ensino.
▶ Preletor: Alexandre Vieira
Hora: 13h30 às 14h00
- 2. OPERACIONALIZAÇÃO DO MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA.**
▶ Preletor: Sulamita Barreto
Hora: 14h00 às 14h30

OFERTA de um CD-ROM com as ferramentas didático-pedagógicas utilizadas nas aulas e Certificado de Participação.

Local: Sala de Sessões EBSGZ

UNIVERSIDADE da MADEIRA
A Nossa Universidade
reunite-se

EBSGZ
Escola Básica e Secundária
Gonçalves Zarco

ANEXO 14. CERTIFICADO AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA INDIVIDUAL.



MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

A Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco, através do presidente do Conselho Executivo, certifica que [redacted], da **Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco**, frequentou a Ação Científico-Pedagógica Individual, com os seguintes temas: **“1. O MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA: uma abordagem alternativa das matérias de ensino. 2. OPERACIONALIZAÇÃO DO MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA”**, dinamizada pelo **Núcleo de Estágio de Educação Física** desta Escola, no dia 17 de janeiro, com a duração de 1 hora.

Funchal, 17 de janeiro de 2018

O Presidente do Conselho Executivo
[redacted]

(Dr. Rui Caetano)



ANEXO 15. POSTER SEMINÁRIO DO DESPORTO E CIÊNCIA 2018.

Faculdades de Ciências Sociais
Departamento de Educação Física e Desporto

OPERACIONALIZAÇÃO DO MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA NA GINÁSTICA

Barreto, S.^{1,2}; Carvalho, J.²; Rodrigues, A.¹

¹Centro de Ciências Sociais, Universidade da Madeira; sulamitaneves@hotmail.com; anajar@1aff.uma.pt; ²Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco.

INTRODUÇÃO

A abordagem da matéria de ginástica encontra algumas resistências no contexto escolar, tal resulta de diversos aspetos, sendo um deles o desconhecimento por parte dos docentes da matéria a lecionar, ou seja, uma insegurança ao abordar esta matéria (Costa, Macias, Faro & Mattos, 2016).

Assim sendo, acreditamos ser importante a apresentação de propostas de lecionação da ginástica, que auxilie na operacionalização desta matéria em contexto escolar. O Modelo de Educação Desportiva (MED), pelas suas potencialidades é na nossa opinião um modelo a considerar. Neste contexto, o presente trabalho pretende apresentar propostas de operacionalização do MED na matéria de ginástica.

3. ÉPOCA

Época: fase onde se dá início aos treinos (4 sessões de 90 minutos) e jornadas (3 sessões de 90 minutos). Nos treinos os alunos têm acesso às avaliações realizadas pelo docente, constatando que aspetos/elementos gímnicos deveriam treinar nas próximas sessões. As jornadas encontravam-se estruturadas, permitindo que enquanto uma equipa compete a outra organizava e as restantes podiam treinar nas estações disponíveis.

	1ª parte da jornada	2ª parte da jornada
Ginástica de aparelhos	Equipa A (Treino)	Equipa C (Treino)
	Equipa B (Organização)	Equipa D (Treino)
Ginástica de solo	Equipa C (Treino)	Equipa A (Treino)
	Equipa D (Treino)	Equipa B (Treino)

ENQUADRAMENTO MED

Pré-época

- Avaliação inicial em vídeo;
- Criação das equipas;
- Assinatura de contratos;
- Regulamento.

5 x 90m

Época

- Treinos
- Dossier dos alunos.
- Eventos/Competições

7 x 90m

Pós época

- Organização do evento culminante (premios, convite a entidades, etc.);
- Evento culminante;
- Entrega de prémios.

1 x 90m

Total: 13 aulas de 90 minutos = 1170 minutos.

CLASSIFICAÇÃO FINAL

70% TREINOS E JORNADAS + 30% EVENTO CULMINANTE

Professor 60% + Juizes 40%

20 pontos 2º Lugar | 25 pontos 1º Lugar | 15 pontos 3º Lugar

1. PRÉ - ÉPOCA

Assinatura de Contratos

Avaliação inicial

Manual do Aluno

Manual do Docente

A pré-época desenrola-se por 5 aulas de 90 minutos, centrada:

- Na preparação dos alunos com as progressões e situações de aprendizagem dos elementos gímnicos escolhidos para avaliação com base no Manual de Ajudas (Araújo, 2002);
- Na construção do Manual do Aluno, com um pequeno enquadramento sobre: (i) o MED; (ii) o regulamento do campeonato; (iii) os diferentes elementos gímnicos a ser avaliados (critérios de êxito; as situações de aprendizagem/progressões e as ajudas); (iv) o quadro competitivo; (v) as funções de cada elemento da equipa e suas tarefas associadas; (vi) os planos de treino;
- Na construção do Manual do Docente, com abordagem a metodologia de avaliação (momentos de avaliação, penalizações, critérios de êxito);
- Na constituição das equipas (com base nas observações dos vídeos da avaliação inicial, sendo que as mesmas deverão ser homogêneas para não comprometer a época).

4. PÓS-ÉPOCA - EVENTO CULMINANTE

Avaliação final – Evento Culminante:

Apresenta a duração de uma sessão de 90 minutos, contemplando à avaliação final, com festividade, com convite a agentes da comunidade escolar e exterior (e.g. encarregados de educação, especialistas da modalidade) e com a entrega dos prémios às equipas vencedoras após o apuramento dos resultados.

DOCUMENTAÇÃO DE APOIO

- 1 – Ir à App Store ou Play Store fazer download de uma aplicação com leitura de códigos QR (e.g. QR Reader);
- 2 – Seguir os passos solicitados na aplicação escolhida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Araújo, C. (2004). "Manual de ajudas em ginástica", 2a Edição. Porto Editora. Porto.
 Moreira, J.; Araújo, C. (2004). "Manual técnico e pedagógico de Trampolins". Porto Editora; Porto.
 Pereira, C. (2012). *Modelo de Educação Desportiva: da aprendizagem à aplicação*. Porto: C. Pereira. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
 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/>



AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA

DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA: PROPOSTAS DE OPERACIONALIZAÇÃO

5 Conferências e 5 Módulos

10 | março | 09h00–13h00
2018 | 14h30–18h30

Módulo 1 - Pedómetro como Ferramenta Laboratorial: uma abordagem no contexto de Educação Física.

Módulo 2 - Abordagem das Atividades Rítmicas Expressivas na Educação Física.

Módulo 3 - Ensino de Voleibol: uma abordagem tática ao jogo através do *Smashball*.

PRELETORES CONVIDADOS:

Elsa Fernandes (UMa) | Luísa Carvalho (ESJM) | Ana Rodrigues (UMa) | Ana Luísa Correia (UMa) | Ricardo Nunes (UMa).

17 | março | 09h00–13h00
2018 | 14h30–18h30

Módulo 4 - Abordagens Alternativas ao Ensino dos Jogos Desportivos Coletivos de Invasão na Educação Física.

Módulo 5 - Aplicação do Modelo de Educação Desportiva da Matéria de Ginástica: da conceção à avaliação.

PRELETORES CONVIDADOS:

Amândio Graça (FADEUP) | Élvio Gouveia (UMa) | Luís Gaspar (SRE-DRE) | Gonçalo Marques (UMa).



Ação aguarda validação pela SRE, em 16 horas, para os grupos de recrutamento 160, 260 e 620.



Contacto: 96 86 98 669 Joana Pinto
joanapnt2@hotmail.com
NÚCLEO DE ESTÁGIO DE EFD 2017-2018



Local: Campus da Penteada, Universidade da Madeira, Sala do Senado.



INSCRIÇÕES

até dia 09.03.2018 em:
(colocar QR code)



<https://goo.gl/RsCu4o>

AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA

DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA: PROPOSTAS DE OPERACIONALIZAÇÃO

PROGRAMA

17 | março | 9h00 – 13h00
2018 | 14h30 – 18h30

09.00-10.00 - **Conferência III** - *“Ensinar, Aprender e Avaliar em Educação Física – os desafios do presente”* Doutor Amândio Graça (FADEUP) – (Moderação Doutor Helder Lopes)

10.00-11.00 - **Conferência IV** - *“Perspetivas de Investigação no Ensino da Educação Física: o exemplo do estágio pedagógico”* Doutor Élvio Gouveia (UMa) – (Moderação Doutor José António Cardoso)

11.00-11.30 Intervalo

11.30-12.30 - **Conferência V** – *“Ambientes Inovadores de Aprendizagem - uma pequena perspetiva”* Dr. Luís Gaspar (SRE-DRE) – (Moderação Doutora Catarina Fernando)

12.30-13.00- **Debate** (Moderação Doutora Catarina Fernando)

Pausa - Almoço

14.30-16.00 - **Módulo 4** - *“Abordagens Alternativas ao Ensino dos Jogos Desportivos Coletivos de Invasão na Educação Física”* (Moderação Doutor João Prudente)

Preletores:

Dr. João Marcelo Pestana

Dr. João Tomás Baptista

Dr. Henrique Andrade

16.00-16.30 – Intervalo

16.30-18.00 - **Módulo 5** - *“Aplicação do Modelo de Educação Desportiva na Matéria de Ginástica: da conceção à avaliação”* (Moderação Doutor Duarte Freitas)

Preletores:

Mestre Gonçalo Marques

Dr.ª Sulamita Barreto

Dr. Alexandre Vieira

18.00-18.30 - **Debate e Conclusões Finais** (Moderação Doutor Helder Lopes)



AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA

DIDÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA: PROPOSTAS DE OPERACIONALIZAÇÃO

PROGRAMA

10 | março | 9h00–13h00
2018 | 14h30–18h30

09.00-09.30 *Sessão de abertura*

09.30-10.30 - **Conferência I** - *"Ambientes de Aprendizagem Inovadores como Recurso Pedagógico"* Doutora Elsa Fernandes (UMa) – (Moderação Doutor Rui Ornelas)

10.30-11.00 Intervalo

11.00-12.00 - **Conferência II** - *"Sistema Educativo Português: os últimos 30 anos"*
Doutora Luísa Carvalho (ESJM) – (Moderação Doutor Ricardo Alves)

12.00-13.00 - **Módulo 1** - *"Pedómetro como Ferramenta Laboratorial: uma abordagem no contexto da Educação Física"* (Moderação Doutor Jorge Soares)

Preletores:

Doutora Ana Rodrigues

Dr.ª Joana Pinto

Pausa - Almoço

14.30-16.00 - **Módulo 2** - *"Abordagem das Atividades Rítmicas Expressivas na Educação Física"* (Moderação Mestre Lisa Gonçalves)

Preletores:

Mestre Ana Luísa Correia

Dr. Diogo Pita

Dr. Michael Castro

16.00-16.30 - Intervalo

16.30-18.00 - **Módulo 3** - *"Ensino do Voleibol: uma abordagem tática ao jogo através do Smashball"* (Moderação Dr. Rui Cunha)

Preletores:

Mestre Ricardo Nunes

Dr.ª Joana Silva

Dr.ª Barbara Rodrigues

18.00-18.30 - **Debate e Conclusões Parcelares** (Moderação Doutor Ricardo Alves)





ESBZ
Escola Básica Secundária
Gonçalves Zarco

TORNEIO 4 ESTAÇÕES

21 de Março de 2018

ANDEBOL



TÉNIS DE MESA



BASQUETEBOL



VOLEIBOL





CONSTITUIÇÃO DA EQUIPA:
Entre 9 a 15 alunos.
Nota: Se a tua equipa for constituída por mais um professor ou funcionário será beneficiada.



INSCRIÇÕES:
Até dia 14.03.2018 junto do teu professor de Educação Física.

ANEXO 18. FOLHETO INFORMATIVO: AÇÃO DE EXTENSÃO CURRICULAR.

CRONOGRAMA

Aulas de Educação Física
De 3 a 15 de maio

Aula dia 3 de maio – 5ª feira

- Avaliações de aptidão física
 - Colocação dos pedómetros
 - Iniciação ao *geocaching*
- Não esquecer do TPC.*

Aula dia 7 de maio – 2ª feira

Dia do mar:

- Local de encontro: estátua CR7
- Hora: 14h00
- Atividades: *geocaching*; canoagem e stand up paddle.

CUSTO 2,50€ *

* Alguma questão p.f. falem comigo.



ANEXO 19. CONSENTIMENTO: AÇÃO DE EXTENSÃO CURRICULAR.

Coordenação de
Ciclo 2017/2018



EX.MO(A) SENHOR(A)

Vimos por este meio, solicitar a V. Ex.ª a autorização para a participação do seu educando
[] numa visita de estudo, **Dia** [] **Mar**: Canoagem, **StandUp**
Paddle e **Geocaching**, com a seguinte programação:

Dinamizador(es): Núcleo de Estágio da Escola Básica Secundária Gonçalves Zarco

Professor(es)/Enc. (s) de Educação responsável(eis): Alexandre Vieira Sulamita Barreto

Professor(es)/Enc. (s) de Educação acompanhante(s): João Carvalho (EBSGZ) e Ana Rodrigues (UMA)

Destinatário(s):

Local da visita: Marina do Funchal Centro Treino Mar

Calendarização da visita: 7 de maio de 2018

Horários: Início das atividades 14 horas, término 17 horas.

Preço total por pessoa: 2,50 Euros.

Contacto(s) em caso de necessidade: Professora Sulamita Barreto 2

Professor Alexandre Vieira 2

Integração curricular da atividade

Sem implicação de aulas

Disciplina	Objetivo(s)
Educação Física	Iniciação à Canoagem
	Iniciação ao StandUp Paddle
	Iniciação ao Geocaching

Atenciosamente
(O Professor de Educação Física)

Declaro que autorizo a participação do meu educando []
[] An.º [] da turma [] do []º Ano, na visita de estudo
Dia **Mar**: Canoagem, **StandUp Paddle** e **Geocaching**, no dia 7 de maio de 2018, das 14h00 às 17h00 horas.

Funchal, [] de [] de 20 []

O Encarregado de Educação

ANEXO 20. PROTOCOLO: PROJETO EFERAM-CIT.

Folha de Informação sobre o estudo na aula de Educação Física

Contexto do estudo: Mestrado em Ensino da Educação Física e Desporto da Universidade da Madeira – Unidade Curricular Estágio Pedagógico; em articulação com o projeto de investigação: “Educação Física nas Escolas da RAM – Compreender, intervir, transformar” (EFERAM-CIT).

Investigadores responsáveis: Helder Lopes, Ana Rodrigues, Ricardo Alves, Ana Luisa Correia e Élvio Rúbio Gouveia.

Instituição responsável: Universidade da Madeira – Departamento de Educação Física e Desporto.

Finalidade do estudo: Melhorar o processo de ensino-aprendizagem das atividades desportivas durante as aulas de Educação Física.

Objetivos do estudo: (1) Investigar a performance motora dos alunos na aula de Educação Física; (2) caracterizar o clima motivacional, a perceção e a atitude dos alunos face às aulas de Educação Física; e (3) investigar a efetividade da organização e implementação de modelos de ensino das atividades físicas e desportivas centrados no aluno;

Procedimentos: Em 2 (duas) aulas de Educação Física, no início e no final de cada Unidade Didática prevista no Programa Nacional de Educação Física (PNEF), o seu educando (a) participará num processo de avaliação.

Em primeiro lugar, será aplicado um questionário de motivação face às aulas de Educação Física. Depois, o seu educando(a) realizará uma atividade desportiva que será filmada para posterior análise pelo professor de Educação Física e a equipa de investigadores. Durante as aulas, de forma aleatória, será registado através de observação direta, o tempo de empenhamento motor do seu educando(a), ou seja o tempo de realização de atividade física.

Todos os dados recolhidos nos questionários, observações e filmagens, serão processados de tal forma que o anonimato será sempre preservado.

Requerimentos para a participação: A participação do seu educando(a) é voluntária e ele(a) pode recusar-se a participar no estudo. Caso autorize a participação do seu educando(a), é importante ter conhecimento de que ele(a) pode desistir a qualquer momento, sem qualquer tipo de consequência. No caso de decidir abandonar o estudo, a sua relação com o Departamento de Educação Física e Desporto da Universidade da Madeira, assim como com a escola e/ou aula de Educação Física que o seu educando(a) frequenta, não será de modo algum afetada.

O seu educando(a) é considerado elegível a participar neste estudo se não sofrer de alguma doença ou condição médica, que possa pôr em risco a sua integridade física. Contudo, se o impedimento for específico a um parâmetro de avaliação, o seu educando(a) poderá participar nos restantes.

Riscos: O risco associado à participação do seu educando(a) neste estudo é idêntico ao encontrado na realização normal das aulas de Educação Física. Nenhum dos procedimentos representa qualquer tipo de risco acrescido para a saúde do seu educando(a).

Benefícios: Este estudo é de grande relevância para o desenvolvimento de novas metodologias e estratégias pedagógicas no ensino da Educação Física escolar. A participação dos alunos é determinante para compreender, intervir e transformar perceções e atitudes relativamente à Educação Física e à adoção de estilos de vida mais saudáveis. A melhoria do processo ensino-aprendizagem irá desta forma beneficiar o seu educando (a) e os restantes colegas da turma alvo da intervenção.

Confidencialidade: Ao autorizar a participação do seu educando(a) neste estudo, compreende e concorda que o professor de educação Física bem como o grupo de investigação do Departamento de Educação Física e Desporto da Universidade da Madeira, pode ser obrigado a divulgar o seu formulário de consentimento, dados e outras informações pessoalmente identificáveis como exigido por lei, regulação, intimação ou ordem judicial. A confidencialidade dos dados do seu educando(a) será mantida da seguinte maneira: cada participante terá um número de identificação pessoal que permitirá manter o anonimato. As informações pessoais dos participantes serão destruídas depois de finalizadas todas as análises previstas nesta investigação. Os dados recolhidos durante este estudo poderão ser utilizadas pelo grupo de investigação apenas para fins de investigação e publicadas e/ou divulgadas à comunidade escolar e científica. No entanto, as informações pessoais do seu educando(a) nunca serão reveladas em qualquer publicação ou divulgação dos resultados da pesquisa.

Direitos: O professor de Educação Física do seu educando(a) em articulação com a equipa de investigadores, assume a responsabilidade pelo desenvolvimento do estudo e compromete-se a disponibilizar-se para responder a qualquer dúvida e a respeitar os princípios éticos que orientam a profissão docente. Para qualquer questão relacionada com a participação do seu educando(a) neste estudo, por favor, contactar o professor de Educação Física ou a equipa de investigação: Helder Lopes, Ana Rodrigues, Ricardo Alves, Ana Luísa Correia ou Elvbio Rúbio Gouveia, no Departamento de Educação Física e Desporto da Universidade da Madeira, Campus Universitário da Penteada, 9020-105 Funchal – Portugal; Telefone: + 351 291 705 000.

Folha de Informação sobre o estudo na aula de Educação Física

Eu, _____, encarregado de educação de _____ Turma ___ Ano ___, dou o meu consentimento para a recolha dos dados do meu educando(a) (i.e., filmagens da performance motora, questionários sobre a motivação e observação do tempo de empenhamento motor), que serão armazenados e processados para fins de investigação, sendo propriedade do professor de Educação Física e da equipa de investigação. Compreendo os objetivos e procedimentos envolvidos neste estudo e toda a informação contida neste documento, tendo-me sido dada a oportunidade de esclarecer satisfatoriamente todas as questões que apresentei. Tive o tempo necessário para decidir sobre a participação do meu educando(a) neste estudo, e sendo assim, consinto a participação dele(a) e recolha de informação. Foi-me dada uma cópia deste documento.

Sim, autorizo a participação.

Não autorizo a participação.

Encarregado de Educação _____ Data _____

Professor de Educação Física _____ Data _____

----- 8<

Folha de Informação sobre o estudo na aula de Educação Física

Eu, _____, encarregado de educação de _____ Turma ___ Ano ___, dou o meu consentimento para a recolha dos dados do meu educando(a) (i.e., filmagens da performance motora, questionários sobre a motivação e observação do tempo de empenhamento motor), que serão armazenados e processados para fins de investigação, sendo propriedade do professor de Educação Física e da equipa de investigação. Compreendo os objetivos e procedimentos envolvidos neste estudo e toda a informação contida neste documento, tendo-me sido dada a oportunidade de esclarecer satisfatoriamente todas as questões que apresentei. Tive o tempo necessário para decidir sobre a participação do meu educando(a) neste estudo, e sendo assim, consinto a participação dele(a) e recolha de informação. Foi-me dada uma cópia deste documento.

Sim, autorizo a participação.

Não autorizo a participação.

Encarregado de Educação _____ Data _____

Professor de Educação Física _____ Data _____