

Relatório de Estágio de Educação Física Realizado na Escola Secundária de Francisco Franco

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Luís Carlos Andrade da Silva

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade

www.uma.pt

setembro | 2016

Relatório de Estágio de Educação Física Realizado na Escola Secundária de Francisco Franco

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Luís Carlos Andrade da Silva

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

ORIENTADOR

Helder Manuel Arsénio Lopes

CO-ORIENTADORA

Joana Catarina Marques Simões

Agradecimentos

A realização deste percurso não teria sido possível sem as orientações, o acompanhamento, o companheirismo, a compreensão e o incentivo de várias pessoas e entidades, às quais manifesto o meu sincero agradecimento.

Em primeiro lugar, quero agradecer a toda a minha Família pelos valores e princípios que me transmitiram, que contribuíram para aquilo que sou hoje, mas fundamentalmente por todo apoio e por acreditarem em mim.

Aos Orientadores Científicos, Prof. Doutor Helder Lopes e à Prof.^a Doutora Joana Simões pelas constantes solicitações, pela disponibilidade, paciência, sinceridade e atitude reflexiva.

Ao Orientador Pedagógico, Professor Miguel Ângelo Nóbrega pela sua amizade, apoio e partilha de conhecimento.

Ao meu colega de estágio e amigo David da Silva pela sua partilha de opinião, companheirismo e dedicação ao longo deste percurso.

A toda a Comunidade Escolar da Escola Secundária de Francisco Franco, especialmente o Grupo de Educação Física, o Conselho Executivo e os alunos do 11º12 e 11º14 pela sua aceitação e disponibilidade.

Ao Professor Rui Cunha pela sua receptividade, apoio e partilha de conhecimento.

Aos alunos do 5º1 da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva pela sua aceitação e disponibilidade para a realização das tarefas.

A todas as entidades, professores, treinadores, colegas e amigos que colaboraram de forma direta ou indireta para a minha formação.

Finalmente, à minha namorada Karina, por toda a compreensão, apoio, carinho e incentivo ao longo deste percurso, particularmente nos momentos mais difíceis ...

Resumo

O presente documento foi elaborado no âmbito do Estágio Pedagógico em Educação Física, realizado na Escola Secundária de Francisco Franco no ano letivo 2015/2016, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Com a realização do Relatório de Estágio, pretendemos efetuar uma reflexão sobre o trabalho desenvolvido ao longo do Estágio Pedagógico. O objetivo principal é expor e refletir sobre todas as atividades realizadas e as decisões tomadas, assim como os aspetos que tivemos em consideração para a escolha das mesmas, realizando para cada ação uma análise em função dos objetivos traçados.

Numa primeira fase procurámos conhecer melhor o contexto onde íamos desenvolver a nossa prática letiva com a caracterização da escola, de modo a adequarmos a nossa intervenção em função das necessidades dos alunos e dos objetivos que definimos, tendo por base as recomendações do Grupo de Educação Física da escola e do Programa Nacional de Educação Física.

Numa segunda fase, definimos e operacionalizamos algumas atividades na prática letiva, nas atividades de complemento curricular e de natureza científico-pedagógica, contribuindo para uma formação eclética dos alunos e para a nossa formação enquanto docentes, com o intuito de melhorar o processo de Ensino-Aprendizagem.

O Estágio Pedagógico colocou-nos perante um conjunto diversificado de tarefas que solicitaram adaptações, pelo que com a utilização de instrumentos e metodologias adequadas, possibilitaram a tomada de decisões mais ajustadas e consequentemente tornar os processos mais eficazes.

Em suma, consideramos que o Estágio Pedagógico é uma etapa fundamental na formação docente, na medida em que nos permitiu experienciar a realidade desta profissão, atendendo à diversidade e à quantidade de atividades a realizar, o que possibilitou uma maior interação e consequentemente uma melhor relação com toda a Comunidade Educativa, transformando-a de forma positiva, mas também o professor ao nível profissional e pessoal.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Docente, Processo Ensino-Aprendizagem, Adaptação, Transformação.

Abstract

This document was prepared under the teaching practice in Physical Education held at Francisco Franco Secondary School in the 2015/2016 school year, in order to obtain the degree of Master in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education.

With this Internship Report, we intend to make a reflection about the work done during the Teaching Practice. The main objective is to expose and reflect on all the activities and decisions taken, as well as aspects that we considered for their choosing, doing a reflection for each action according to the goals set.

First we tried to know better the context where we would develop our teaching practice by the school's characterization, in order to adjust our intervention according to the students' needs and the goals we have set, based on the recommendations of the Group of School Physical Education and the National Program of Physical Education.

In a second phase, we define and operationalize some activities in teaching practice, in complement curricular activities and scientific-pedagogical nature, contributing to students training and for our training as teachers, in order to improve the process of teaching-learning.

The Teaching Practice put us before a diverse set of tasks that required adjustments, so by the use of appropriate tools and methodologies, allowed to take more adjusted decisions and consequently become the processes more effective.

In short, the Teaching Practice is a fundamental stage in teacher training, once allowed us to experience the reality of this profession, the diversity and quantity of activities to be carried out, which allow us to have a more interaction and consequently a better relationship with all the educational community, transforming it into a positive, but also the teacher to the professional and personal level.

Keywords: Teaching Practice, Physical Education, Teacher, Teaching-Learning Process, Adaptation, Transformation.

Résumé

Le document présent a été élaboré dans le cadre d'un stage Pédagogique en Éducation Physique effectué au lycée Francisco Franco pour l'année 2015/16 dans le but d'obtenir le diplôme de professeur d'Éducation Physique dans les enseignements Primaire et Secondaire.

Avec la réalisation du Rapport de Stage, nous prétendons effectuer une réflexion à propos du travail développé tout au long du Stage Pédagogique. Le principal objectif est celui de présenter et réfléchir sur toutes les activités effectuées et sur les décisions prises, ainsi que sur tous les aspects que nous avons pris en considération pour le choix de ces activités, effectuant ainsi pour chaque action une analyse en fonction des objectifs à atteindre.

Dans un premier temps nous cherchons à mieux comprendre le contexte où nous allons développer notre pratique scolaire avec la procédure de l'école, de façon à adapter notre intervention en fonction des besoins des élèves et des objectifs à atteindre, ayant comme point de départ les recommandations du groupe d'Éducation Physique de l'école et du Programme National d'Éducation Physique.

Dans un deuxième temps, nous définissons et opérationnalisons quelques unes des activités de la pratique scolaire, dans les activités de complément curriculaire et de nature scientifique-pédagogique, contribuant ainsi à une formation progressive des élèves et pour notre formation autant qu'enseignants, avec l'intention d'améliorer le processus d'enseignement/apprentissage.

Le Stage Pédagogique nous a mis devant un ensemble diversifié de tâches, celles-ci exigeant des adaptations auxquelles, grâce à l'utilisation d'instruments et méthodologies adaptés, nous ont permis la prise de décisions plus justes et, par conséquent, les processus sont devenus plus efficaces.

En résumé, on considère que le Stage Pédagogique est une étape fondamentale dans la formation enseignante puisqu'il nous a permis d'essayer le métier, compte tenue la diversité et la quantité d'activités à exercer ce qui a permis une plus grande interaction et, par conséquent, une meilleur entente avec toute la communauté éducative, démontrant ainsi son côté positif aussi bien au niveau professionnelle que personnelle.

Mots-clés: Stage Pédagogique, Éducation physique, Professeur, Procédé d'enseignement-apprentissage, Adaptation, Transformation.

Resumen

El presente documento fue realizado en el contexto de las prácticas pedagógicas en Educación Física, efectuadas en la Escuela Secundaria Francisco Franco en el año lectivo de 2015/2016, con la intención de obtener el grado de Maestría en Enseñanza de Educación Física en las Escuela Basica y Secundaria.

Con este documento, tenemos la intención de hacer una reflexión sobre el trabajo desenvuelto a lo largo de la realización de las prácticas pedagógicas. El objetivo fundamental es relatar y reflexionar sobre todas las actividades realizadas y las decisiones tomadas, así como los principales aspectos que fueron considerados y llevaron a escoger las opciones cosideradas, analisando cada una con base en los objetivos propuestos.

En una fase inicial buscamos conocer mejor el contexto donde dessarrollamos nuestra práctica educativa caracterizando la escuela, con la intención de adaptar nuestra intervención de acuerdo con las necesidades de los alumnos, los objetivos definidos y basados en las recomendaciones del grupo de Educación Física de la escuela y el Programa Nacional de Educación Física.

Como segunda fase, definimos y operacionalizamos algunas actividades en la práctica educativa, en las actividades de complemento curricular y de naturaleza científico-pedagógica, contribuyendo para una formación diversdificada de los estudiantes y para nuestro aprendizaje como docentes, siempre con la intención de mejorar el proceso educativo-formativo.

Las prácticas pedagógicas, nos colocaron delante de un conjunto diversificado de tareas que exigieron adaptaciones, por lo que la utilización de instrumentos y metodologías adecuadas, permitieron tomar decisiones más ajustadas y como tal procesos mas eficientes.

En resumen, creemos que las prácticas pedagógicas son una etapa fundamental de la formación educativa, en la medida que nos permite experimentar la realidad de esta profesión, considerando la diversidad y la cantidad de actividades a realizar, lo que posibilito una mayor interacción y consecuentemente una mejor relación con toda la comunidad educativa, transformándola de forma positiva, pero también el nivel professional y personal del educador.

Palabras Clave: Prácticas Pedagógicas, Educación Física, Profesores, Proceso Enseñanza-aprendizaje, Adaptación, Transformación.

Índice Geral

Agradecimentos	I
Resumo	II
Abstract.....	III
Résumé	IV
Resumen	V
Índice de Figuras	IX
Índice de Tabelas	IX
Índice de Apêndices.....	IX
Lista de Abreviaturas.....	X
1. INTRODUÇÃO	1
2. O ESTAGIO PEDAGÓGICO.....	3
3. CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA.....	6
4. PRÁTICA LETIVA	10
4.1. Gestão do processo Ensino-Aprendizagem	11
4.1.1. Planeamento Anual	12
4.1.2. Planeamento das Unidades Didáticas	17
4.1.3. Plano de aula	20
4.1.4. Intervenção Pedagógica	23
4.1.5. Avaliação	27
4.1.5.1. Avaliação Inicial.....	31
4.1.5.2. Avaliação Formativa	33
4.1.5.3. Avaliação Sumativa.....	36
4.1.6. Aulas a uma turma de 2º Ciclo	39
4.1.6.1. Enquadramento.....	39
4.1.6.2. Objetivos.....	40
4.1.6.3. Realização.....	40
4.1.6.4. Balanço	41
4.2. Assistência às aulas	44
4.2.1. Enquadramento	44
4.2.2. Objetivos	45
4.2.3. Operacionalização.....	45
4.2.4. Balanço	47

4.3. Balanço da Prática Letiva.....	49
5. ATIVIDADE DE INTERVENÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR.....	53
5.1. Enquadramento	53
5.2. A nossa proposta: “Atividade Física e Saúde 2016”	55
5.3. Objetivos.....	56
5.4. Métodos e procedimentos	56
5.5. Realização.....	58
5.6. Balanço	59
6. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NO MEIO.....	64
6.1. Atividade no âmbito da Direção de Turma.....	64
6.1.1. Caraterização da Turma	65
6.1.1.1. Enquadramento.....	65
6.1.1.2. Objetivos.....	65
6.1.1.3. Metodologia.....	66
6.1.1.4. Análise dos resultados	67
6.1.1.5. Balanço	68
6.1.2. Ação de Extensão Curricular	70
6.1.2.1. Enquadramento.....	70
6.1.2.2. Objetivos.....	71
6.1.2.3. Métodos e procedimentos.....	72
6.1.2.4. Realização.....	74
6.1.2.5. Balanço	75
7. ATIVIDADES DE NATUREZA CIENTIFICO-PEDAGÓGICA.....	79
7.1. Ação Cientifico Pedagógica Individual	81
7.1.1. Enquadramento	81
7.1.2. Objetivos	82
7.1.3. Métodos e procedimentos	83
7.1.4. Realização	84
7.1.5. Balanço	84
7.2. Ação Cientifico Pedagógica Coletiva	87
7.2.1. Enquadramento	87
7.2.2. Objetivos da preleção do Atletismo	88
7.2.3. Métodos e procedimentos	88
7.2.4. Realização	90

7.2.5. Balanço	91
8. OUTRAS ATIVIDADES DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO	94
8.1. EFERAM – CIT	94
8.1.1. Enquadramento	94
8.1.2. Os nossos Objetivos	94
8.1.3. Operacionalização	95
8.1.4. Balanço	97
8.2. Colaboração nas atividades do Grupo de EF	98
8.2.1. “Projeto + 90 pela saúde”	98
8.2.2. “Dia da Atividade Física”	99
8.2.3. Workshop de Desportos de Combate.....	100
8.2.4. Manhã Radical	101
8.2.5. Reuniões de Grupo.....	102
8.2.6. Balanço geral	103
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS	104
10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	107
11. APÊNDICES.....	115

Índice de Figuras

Figura 1 – Categorias de Observação (Adaptado de Bárbara, 2015)	46
Figura 2 – Cronograma de preparação para a aplicação do EFERAM – CIT	95

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Espaços desportivos.....	8
Tabela 2 – Etapas de aprendizagem	15
Tabela 3 – Distribuição das matérias por número de sessões e horas de lecionação	16
Tabela 4 – Critérios de avaliação do grupo de Educação Física ESFF para os alunos do 11º e 12º anos.....	29
Tabela 5 – Critérios de avaliação do grupo de Educação Física ESFF para os alunos do 11º e 12º anos com atestados médicos permanentes	30
Tabela 6 – Programa da Atividade de Extensão Curricular	74

Índice de Apêndices

Apêndice A – Calendário Escolar 2015/2016 para a Turma 11º12 da ESFF.....	116
Apêndice B – Planeamento Anual da Turma 11º12	117
Apêndice C – Exemplo de uma Unidade Didática	120
Apêndice D – Exemplo de um plano de aula	141
Apêndice E – Grelha da Avaliação Inicial (Ténis de Mesa)	143
Apêndice F – Grelha para a avaliação Sumativa da Matéria (JDC).....	144
Apêndice G – Grelha da Avaliação Sumativa	145
Apêndice H – Questionário de Caracterização da Turma	146
Apêndice I – Cartaz da Ação de Extensão Curricular	149
Apêndice J – Cartaz da Ação Científico Pedagógica Individual.....	150
Apêndice K – Poster da Ação Científico Pedagógica Individual.....	151
Apêndice L – Cartaz da Ação Científico Pedagógica Coletiva.....	152
Apêndice M – Programa da Ação Científico Pedagógica Coletiva.....	153
Apêndice N – Ficha de registo de Observação.....	155
Apêndice O – Cartaz de divulgação da Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar	156

Lista de Abreviaturas

Sigla	Significado
ACPC	Ação Científico-Pedagógica Coletiva
ACPI	Ação Científico-Pedagógica Individual
AEC	Ação de Extensão Curricular
AI	Avaliação Inicial
AICE	Ação de Intervenção na Comunidade Escolar
CE	Conselho Executivo
DE	Desporto Escolar
E-A	Ensino – Aprendizagem
ECG	Eletrocardiograma
EE	Encarregado de Educação
EF	Educação Física
EFERAM –	Educação Física nas Escolas da RAM –
CIT	Compreender, intervir, transformar
EP	Estágio Pedagógico
ESFF	Escola Secundária de Francisco Franco
F.C.	Frequência Cardíaca
GEF	Grupo de Educação Física
IMC	Índice de Massa Corporal
JDC	Jogos Desportivos Coletivos
MMC	Madeira Medical Center
NE	Núcleo de Estágio
PA	Planeamento Anual
PE	Projeto Educativo
PL	Prática Letiva
PNEF	Programa Nacional de Educação Física
RI	Regulamento Interno
UD	Unidade Didática
UMa	Universidade da Madeira
RAM	Região Autónoma da Madeira

1. INTRODUÇÃO

O presente Relatório de Estágio surge no âmbito do Estágio Pedagógico (EP), inserido no 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade da Madeira (UMa).

A instituição de acolhimento foi a Escola Secundária de Francisco Franco (ESFF), que foi escolhida pelos professores estagiários, atendendo às suas qualidades reconhecidas pela comunidade e pelos relatos dos anteriores estagiários, nomeadamente relativamente aos recursos espaciais, materiais e humanos, possibilitando aos professores exercer as suas funções com as devidas condições. O EP decorreu sob a orientação científica da UMa, do Prof. Doutor Helder Lopes e da Prof.^a Doutora Joana Simões, ao nível da escola contamos com a supervisão do orientador cooperante, o Dr. Miguel Ângelo Nóbrega. O Núcleo de Estágio (NE) foi constituído com o colega David da Silva com o qual partilhámos muitas decisões e definimos estratégias para todas as atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo.

O EP foi realizado ao longo do ano letivo 2015/2016 na ESFF, onde ficámos responsáveis por lecionar a disciplina de Educação Física (EF) a uma turma do 11º Ano de escolaridade do curso de Artes Visuais. Ao longo deste período, planeámos, realizámos e analisámos um conjunto diversificado de atividades, procurando envolver os alunos em todas as fases, assim como interagir com os restantes elementos da Comunidade Educativa, nomeadamente com os professores, funcionários, encarregados de educação (EE) e membros do Conselho Executivo (CE).

Com o Relatório de Estágio, pretendemos efetuar uma reflexão sobre o trabalho desenvolvido ao longo do EP. O objetivo principal é efetuar uma explicação das atividades realizadas e das decisões tomadas, assim como os aspetos que tivemos em consideração para a escolha das mesmas, realizando para cada ação uma análise em função dos objetivos traçados.

O documento está organizado por capítulos, iniciamos com o enquadramento do Estágio Pedagógico, seguindo-se a caracterização do estabelecimento de ensino de acolhimento, relativamente aos seus recursos espaciais e humanos de modo a conhecer toda a dinâmica interna. Posteriormente refletimos sobre a prática letiva, na qual se inclui a gestão do processo de ensino-aprendizagem (Secundário e do 2º Ciclo), a avaliação e a assistência às aulas. Nos três capítulos seguintes mencionamos as atividades realizadas,

utilizando uma estrutura base de sistematização das atividades, com o enquadramento, os objetivos a atingir, os métodos e procedimentos adotados e o balanço de cada ação promovida pela ordem que se segue: Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar (AICE); Atividade de Integração no Meio (atividades no âmbito da caracterização de turma e Ação de Extensão Curricular (AEC)), Atividades de Natureza Científico-Pedagógica (Ação Científico-Pedagógica Individual (ACPI) e Coletiva (ACPC)) e Outras atividades do Estágio Pedagógico, onde se inclui a participação nas atividades do Grupo de Educação Física (GEF) da ESFF. Finalizando com as Considerações Finais e as Referências Bibliográficas que oferecem suporte científico ao trabalho realizado.

2. O ESTÁGIO PEDAGÓGICO

“O Estágio Pedagógico é um momento essencial da formação inicial, sendo o mais importante e indispensável” (Martins, 2011, p. 56). De acordo com a mesma autora, o EP é a área de ligação ao contexto real de trabalho, possibilitando o contacto com toda a dinâmica da ação, a construção de conhecimentos, a aprendizagem a partir do erro, o desenvolvimento da capacidade de refletir e da relação pedagógica.

O EP é a ponte e a transformação entre ser aluno e professor, tendo em conta que desempenhamos ambos os papéis simultaneamente, *“aprender a ensinar o que nos foi ensinado, é transmitir aos alunos a nossa paixão e a importância da educação física na vida do indivíduo”* (Freitas, 2012, p. 7).

De acordo com Fernandes (2003), “tornar-se professor” implica dominar novos saberes, novos papéis, maior autonomia, maior sentido de responsabilidade, o que se traduz nas atividades realizadas, nos procedimentos a ter em consideração, nas rotinas e destrezas que são necessárias dominar, assim como na interação com toda a Comunidade Educativa.

Na mesma linha de pensamento Freire (2003) menciona que ser educador exige responsabilidade, preparação científica e gosto pelo ensino, muita seriedade e luta contra as injustiças, de forma que os educandos se tornem elementos importantes no mundo. Neste caso concreto que os alunos tenham experiências enriquecedoras e diversificadas, promovendo o seu desenvolvimento holístico e consequentemente valorizem a EF e a importância desta disciplina no seu processo de desenvolvimento.

Huberman (2013) refere que o professor tem um ciclo de vida que se vai alterando ao longo dos anos, em função do que vai sucedendo ao longo deste ciclo, ou seja, existem particularidades, especialmente na primeira fase, onde o professor demonstra instabilidade, centrando as suas preocupações em si (tentando sobreviver). Na fase seguinte (estabilização), o professor consolida o seu reportório pedagógico, tentando se afirmar perante os colegas. No entanto, o EP é um processo que nos coloca vários desafios simultaneamente e faz-nos refletir sobre os mesmos, o que nos permite acelerar um pouco o processo, contribuindo para o desenvolvimento da capacidade de adaptação e consequente de transformação, ajustando metodologias em função das situações com que nos deparamos.

De acordo com Morgado (2005), o educador intelectual crítico deve colocar questões acerca do que ele próprio ensina e dos seus métodos, porque também é portador de uma “autoridade emancipadora”, ou seja, é um profissional que se esforça ativamente para desvendar o oculto, por procurar estar sempre atualizado e questionar a sua própria intervenção no sentido de a melhorar.

Lopes (2015) menciona que educar é fazer as transformações e adaptações que preparam para a vida, ou seja, é através do desenvolvimento das capacidades e potencialidades de cada indivíduo e do relacionamento destas com as competências que permitem a integração num tempo e num espaço próprios.

As atividades desenvolvidas ao longo do EP procuraram ir ao encontro das necessidades e motivações dos alunos com o intuito de promover o desenvolvimento holísticos, mas tendo por base os objetivos da Lei de Bases do Sistema Educativo para o Ensino Secundário, nas alíneas b) e c), do artigo 9º, Capítulo II, da Lei nº 49/2005 de 30 de agosto:

“b) Facultar aos jovens conhecimentos necessários à compreensão das manifestações estéticas e culturais e possibilitar o aperfeiçoamento da sua expressão artística;

c) fomentar a aquisição e aplicação de um saber cada vez mais aprofundado assente no estudo, na reflexão crítica, na observação e na experimentação;” (p. 5127).

Neste sentido, procurámos adotar uma abordagem diversificada, não só nas aulas como nas restantes atividades promovidas como complemento às aulas, com o intuito de utilizar as matérias não como um fim em si mesmo, mas como um meio de transformação dos alunos (Almada, Fernando, Lopes, Vicente & Vitória, 2008).

Posto isto, defendemos a utilização da Taxonomia das Atividades Desportivas proposta por Almada (1992) e Almada *et al.* (2008) que em função dos comportamentos solicitados são considerados seis grupos taxonómicos, nomeadamente Desportos Coletivos, Desportos de Combate, Desportos Individuais, Desportos de Adaptação ao Meio, Desportos de Confrontação Direta e Desportos de Grandes Espaços. Em cada grupo taxonómico “as atividades desportivas têm princípios ativos diferentes podendo solicitar

diferentes tipos de comportamento que, com a posologia adequada, levam a adaptações e transformações dos alunos” (Lopes, 2014, p. 107).

De acordo com Lopes, (2005, p. 8), a Sistemática das Atividades Desportivas permite estimular uma gestão personalizada da atividade desportiva, respondendo de *“forma rentável aos desafios que hoje se colocam, ao nível do tipo de Homem que se pretende formar e às exigências da sociedade actual bem como da que se parece configurar no futuro próximo”*.

Em todas estas atividades do EP fomos confrontados com contextos pouco previsíveis, sendo que algumas atividades foram surgindo em função das análises/observações das necessidades que fomos detetando. No entanto, as atividades têm de ser vistas como um todo e não de forma isolada, porque estas foram idealizadas com uma intencionalidade e com recurso à análise, não só das atividades que já tinham sido desenvolvidas como a exequibilidade e a utilidade das mesmas para os participantes.

3. CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA

A caraterização do estabelecimento de ensino onde irá decorrer o Estágio Pedagógico (EP) é uma das primeiras tarefas que terá de ser realizada pelos estagiários, no sentido de conhecer o contexto onde irá desenvolver a sua prática, mas também para ajustar da melhor forma a sua intervenção.

Neste sentido foram realizadas algumas pesquisas no *site* oficial da escola, nomeadamente do Regulamento Interno da Escola (RI) e o Projeto Educativo (PE) 2012-2016, que possibilitaram conhecer um pouco melhor a instituição e algumas normas de funcionamento.

De salientar a importância do Orientador Pedagógico neste processo que desde cedo se mostrou disponível, ainda em julho antes das férias de verão, agendou uma visita guiada pela escola, mostrando as instalações e os serviços disponíveis nesta instituição.

A instituição de acolhimento para a realização do EP foi a Escola Secundária de Francisco Franco (ESFF), localizada na cidade do Funchal, nomeadamente na freguesia de Santa Luzia, na Rua João de Deus nº 9. O nome desta instituição surge como homenagem ao escultor madeirense Francisco Franco (1885-1955) (regulamento interno da ESFF, 2014).

De acordo com o Regulamento Interno (RI) da ESFF (2014), a ESFF teve origem na antiga Escola Industrial e Comercial do Funchal, com o *“propósito de prestar à comunidade um serviço de formação e educação na área das artes e das tecnologias. Esta tradição tem-lhe conferido características únicas expressas numa grande diversidade de projetos e atividades, que têm marcado várias gerações de alunos.”* (p.7).

No ano letivo 2015/2016 a instituição integrou 2421 alunos do Ensino Secundário (10º, 11º e 12º anos) distribuídos por 99 turmas, o que lhe confere o estatuto da escola com maior número de alunos do país. De salientar que a maioria dos alunos são oriundos do concelho do Funchal, no entanto, existe um número significativo de alunos que são originários dos concelhos vizinhos, nomeadamente de Câmara de Lobos e de Santa Cruz.

No que se refere à oferta formativa, a instituição manteve a tradição do ensino dos cursos tecnológicos e no domínio das artes, assim como disponibilizou cursos científico-humanísticos, alguns cursos de educação e formação para adultos e cursos profissionais (Projeto Educativo, 2012).

Relativamente ao horário de funcionamento, a Escola funciona num sistema de três turnos, sendo dois diurnos (manhã e tarde) e outro noturno, a escola está aberta entre as 7:00 e as 23:30 horas todos os dias úteis.

De acordo com o PE da Escola (2012) o corpo docente é constituído por 267 professores, sendo que 84% tem contrato de longa duração e aproximadamente 65% dos professores já lecionam há mais de 15 anos, de salientar que apenas 5% têm menos de 5 anos de serviço. Relativamente à média de idades dos docentes é de 46 anos, o que demonstra a larga experiência por tempo de serviço e estabilidade do corpo docente, sendo uma mais-valia desta instituição.

No que se refere ao pessoal não docente da Escola, este é constituído maioritariamente por pessoas com idades superiores aos 40 anos, sendo que 50% dos funcionários possui mais de 20 anos de serviço na Escola e que cerca de 80% possuem mais de 10 anos de serviço. Estes indicadores são de extrema importância atendendo que os funcionários apresentam uma elevada experiência adquirida nas respetivas funções, facilitando a distribuição e a concretização das tarefas para que são responsabilizados, no âmbito da gestão de recursos humanos (Projeto Educativo, 2012).

Relativamente aos recursos materiais, o RI estipula algumas regras de utilização, no sentido de garantir o bom funcionamento e proporcionar à comunidade escolar as condições adequadas para o desenvolvimento das suas atividades. Posto isto, passamos a citar algumas que achamos estarem diretamente relacionadas com a nossa intervenção (RI, 2014, p. 93):

- “1. Os equipamentos e materiais são utilizados de acordo com os fins a que se destinam.*
- 2. O material audiovisual e informático para uso nas aulas deve ser requisitado no Gabinete de Audiovisuais, com 24 horas de antecedência, mediante o preenchimento de requisição própria, que se encontra nesse espaço ou na reprografia dos professores.*
 - a) O professor é responsável pela correta utilização do material por si requisitado;*
 - b) A utilização do equipamento na sala de aula, por parte dos alunos, deve ser feita sempre sob orientação e supervisão do professor.*
- 3. A utilização de material didático afeto aos grupos de recrutamento obedece a normas estabelecidas por cada grupo.*
- 4. O material desportivo móvel é sempre requisitado pelo professor, para cada aula, ao funcionário de serviço na respetiva arrecadação, ficando o docente responsável pelo mesmo.”*

Quanto aos recursos espaciais, este estabelecimento dispõe de vários edifícios, nos quais são possíveis encontrar 52 salas de aula teóricas, vários laboratórios de diversas áreas, espaços pedagógicos, sala de sessões, biblioteca, cozinha e refeitório, bar, serviços audiovisuais, reprografia, entre outros. Relativamente aos recursos espaciais desportivos a Escola apresenta alguns espaços cobertos e outros exteriores como podemos consultar na Tabela 1.

Tabela 1 – Espaços desportivos

Espaço	Descrição	
Espaço interior	Pavilhão	Lado poente da escola (dividido em 3 espaços)
	Ginásio	Terceiro andar edifício central
	Sala de musculação	Dentro do pavilhão
Espaço exterior	Campo 2	Campo de 7 (relva sintética, dividido em 4 espaços)
	Campo 3	Ao lado do campo de 7
	Campo 4	Anexo à antiga piscina
	Campo 5	Anexo ao Pavilhão
	Campo 6	Pátio central da escola (parede de escalada)

As instalações são atribuídas no início do ano de acordo com as matérias a lecionar ao longo do ano letivo, sendo que existem algumas matérias que são lecionadas em espaços específicos, no entanto, importa referir que a maioria das instalações são polivalentes, possibilitando a leção de qualquer matéria.

No que se refere ao sistema de rotação propriamente dito, este é realizado por período, sendo atribuídas duas instalações para esse mesmo intervalo de tempo.

De salientar que existem alguns turnos, particularmente o turno das 10:00 às 11:30, que estavam 11 turmas simultaneamente a ter aulas de Educação Física, o que implica ter algum cuidado quando queremos realizar sessões politemáticas, para não retirar material ao professor que irá abordar aquela matéria.

A Escola Secundária de Francisco Franco apresenta diversas atividades extracurriculares com o intuito de promover a integração dos jovens nas mesmas de acordo com as suas preferências, assim como fomentar o gosto pela participação. Passamos a citar os vários projetos, núcleos e clubes: Núcleo de Música, Clube Barbusano, Clube Desportivo da Escola Francisco Franco, Academia Francisco Franco,

SPAR, Clube Europeu, FraNET, GPS, LGP, Núcleo de Desenho/Artes Plásticas, Oficina de Teatro Corpus, Cibercef, PC Help Center, Oficinas Ecológicas, Projeto Espaço QI, SOS Language, Podengo, Revista Leia S.F.F, Moodle ESFF e Facebook.

Como podemos constatar existe um grande número de núcleos, clubes e projetos, logo julgamos que era pertinente conhecer a oferta das atividades existentes de modo a definirmos as nossas intervenções e articularmos com os respetivos responsáveis. Este aspeto foi importante, pois contamos com a colaboração do Clube Desportivo da Escola Francisco Franco para a AICE e notificámos as várias atividades que foram desenvolvidas ao longo do EP através do Facebook, do site oficial da escola e da Revista Leia S.F.F.

Consideramos que a caracterização da escola é uma das tarefas indispensáveis para o estagiário conhecer o novo meio onde irá intervir, logo é fundamental desde o início conhecer todo aquilo que a compõe, como está estruturada, as normas de funcionamento, os espaços disponíveis para as aulas de Educação Física e o seu sistema de rotação.

Podemos constatar que a instituição de acolhimento é a escola com mais alunos no país, o que envolve uma enorme gestão de recursos (materiais, espaciais), sendo que no turno da manhã não existem salas de aula disponíveis, caso tivéssemos de realizar aulas teóricas e/ou impossibilidade de realizar as aulas no espaço exterior, teríamos de realizar as atividades na biblioteca e/ou trocar de espaço com algum colega ou até mesmo partilhar o espaço.

Outra situação que se coloca é o facto de por vezes existirem 11 turmas a realizar as aulas de Educação Física simultaneamente, tendo em conta que realizamos sessões politemáticas, é necessário contactar os professores que estão a abordar as matérias em questão para não prejudicar a sua leção. Este facto foi importantíssimo para a elaboração do planeamento anual, realizando sessões com matérias que sabíamos que não existiam problemas e/ou conjugando com os professores em questão.

Relativamente aos funcionários docentes e não docentes da escola, identificámos que a maioria tem idade superior aos 45 anos, pelo que consideramos que era bastante pertinente avaliar os indicadores de saúde deste grupo, sendo esta uma das atividades da Ação de Intervenção na Comunidade Escolar.

4. PRÁTICA LETIVA

A Prática Letiva (PL) foi a componente mais longa do Estágio Pedagógico, assumindo-se como o elemento mais importante no nosso processo de formação como docente, mas também no processo de desenvolvimento de competências dos alunos, se tivermos em conta que foi nesta componente onde estabelecemos uma maior proximidade e intervenção no processo educativo dos alunos.

Rosado (1998) menciona que a educação tem por finalidade, facilitar o desenvolvimento sócio afetivo das novas gerações, contribuindo para que o processo de socialização dos jovens se processe num contexto de desenvolvimento de valores, atitudes e de comportamentos sociais coerentes.

Na mesma linha de pensamento Antunes (2011, citado por Freitas, 2012, p. 11), refere que *“a escola representa um meio de difusão de valores, transmissão de conhecimentos e avaliação de competências”*. O mesmo autor refere ainda que a disciplina de EF assume um papel fundamental no desenvolvimento pessoal e social, pois é a única disciplina que possibilita o desenvolvimento simultâneo dos vários domínios (domínio psicomotor, cognitivo e sócio afetivo).

Lopes (2014), refere que a EF é um meio privilegiado para desenvolver várias competências, tais como a autonomia; o espírito de iniciativa; a tomada de decisão e a resolução de problemas; a criatividade; a montagem de estratégias; a capacidade de adaptação a diferentes situações e contextos; o sentido crítico e a capacidade de pesquisa, mas fundamentalmente para desenvolver o domínio de si próprio; o domínio de uma relação e o domínio de um território/contexto.

Segundo Cunha (2011), o ato educativo tem um papel preponderante na formação ética do aluno, atendendo que o educador tem a responsabilidade de preparar o aluno para o mundo, educando-o para a tolerância, para o respeito, para que adquira hábitos, costumes e valores referentes à sociedade onde se insere.

Neste sentido, procurámos realizar a prática pedagógica como meio de transformação dos alunos, tendo por base os objetivos mínimos definidos pelo GEF, mas fundamentalmente explorando situações para trabalhar as competências referidas anteriormente.

4.1. Gestão do processo Ensino-Aprendizagem

A Gestão do processo Ensino-Aprendizagem (E-A) é uma componente essencial na prática docente, tendo em conta que é uma componente bastante complexa, atendendo a um conjunto de fatores, nomeadamente as necessidades de cada aluno; os diferentes ritmos de aprendizagem e motivações; as orientações do GEF e do Programa Nacional de Educação Física (PNEF); as características da turma no seu conjunto e cada aluno em particular; a necessidade de promover aprendizagens que façam evoluir os alunos e proceder à avaliação destas; a gestão da imprevisibilidade dos comportamentos da turma e de cada aluno ao longo do ano letivo (Andrade, 2013), mas também da enorme responsabilidade nesta etapa de formação dos jovens, sendo que todos estes aspetos contribuem para alguma ansiedade, principalmente numa primeira fase.

Ao longo da nossa formação adquirimos várias competências e fomos confrontados com o facto de termos de aplicar diversas situações aos nossos colegas ao nível das Didáticas, no entanto, termos uma turma à nossa responsabilidade é uma realidade completamente distinta, particularmente quando nos deparamos com uma turma bastante heterogénea ao nível das suas preferências e vivências.

Nas primeiras aulas sentimos algumas dificuldades em comunicar com os alunos, visto que estávamos perante uma nova realidade e demonstramos estar pouco à vontade, o que está também relacionado com a nossa personalidade, mas com o evoluir do estágio fomos ultrapassando essa barreira.

Segundo Simões (2014), na atualidade, não se espera que o professor apenas transmita conhecimentos, mas também que permita a sua produção ou construção. *“O professor deve privilegiar o pensamento dos alunos, ajudar a pensar criticamente sobre a realidade, de modo a que se caminhe no sentido de ter jovens mais aptos a intervir, a comparar e a fazer as suas escolhas conscientemente”* (p. 28). Posto isto, a nossa intervenção não se esgotou apenas nos conteúdos que tínhamos de abordar, estendendo-se a outras atividades como o envolvimento dos alunos nas fases de pré-impacto, impacto e pós-impacto, no sentido de desenvolver as competências referidas anteriormente.

A gestão do processo E-A foi uma ferramenta determinante para ajustar a nossa intervenção às necessidades dos alunos, logo a sua operacionalização teve por base a Avaliação Inicial (AI) que efetuamos, considerando alguns aspetos que julgamos serem

essenciais para alcançar os objetivos definidos pelo GEF, mas fundamentalmente para atingir os objetivos que definimos para cada etapa.

De acordo com Castro e Carvalho (2007, citados por Pereira, 2012, p. 37), *“Planejar é estudar, organizar, coordenar, ações a serem tomadas para a realização de uma atividade visando solucionar um problema ou alcançar um objetivo.”*

A fase do planeamento foi uma etapa que investimos bastante, porque considerávamos que o planeamento atempado e rigoroso de todas as aulas era uma forma de balizarmos o nosso percurso, sendo também uma estratégia para nos dar alguma confiança e segurança, minimizando a ansiedade do imprevisível. Contudo, consideramos que o planeamento deverá ser flexível em função dos objetivos que definimos e/ou da necessidade de termos de o reajustar.

Batalha (2004), defende que o planeamento deverá ser realizado após serem identificadas as necessidades dos alunos, visto ser uma fase fundamental para o sucesso do ensino. A mesma autora refere que a operacionalização dos planos de ação educativa deverá consistir no Planeamento Anual, por unidade, temáticos e por sessão.

A operacionalização do nosso planeamento tem por base estas etapas, algumas com outra nomenclatura, sendo que neste processo educativo utilizamos o Planeamento Anual; o planeamento das Unidades Didáticas e os Planos de Aula, que serão analisados posteriormente com maior aprofundamento.

4.1.1. Planeamento Anual

O Planeamento Anual (PA) é uma etapa fundamental na organização de todo o processo de ensino que será desenvolvido ao longo do ano letivo. A realização deste planeamento teve como fundamento a sistematização do percurso que teríamos de realizar para alcançar os objetivos pretendidos.

De acordo com Batalha (2004, p. 68), o planeamento anual é uma programação a longo prazo que contempla a globalidade da ação, sendo que este depende de muitos fatores, nomeadamente das *“metas pedagógicas de acordo com os programas das instituições, as características gerais da população alvo, as estratégias através das quais os conteúdos irão ser tratados, o número de horas atribuído à actividade, as condições materiais e o tipo de avaliação exigido”*.

Para a realização do planeamento anual tivemos em consideração os espaços atribuídos e o sistema de rotação, os recursos materiais, o calendário escolar para o respetivo ano letivo ([Apêndice A](#)), assim como as orientações do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), do Grupo de Educação Física da ESFF e as necessidades dos alunos detetadas na Avaliação Inicial (AI). De salientar que existem algumas divergências nas escolhas das matérias, as quais passamos a apresentar:

De acordo com o Jacinto, Carvalho, Comédias e Mira (2001, p. 16), as matérias nucleares são obrigatórias para as escolas, enquanto as matérias alternativas devem ser adotadas, *“de acordo com as características próprias ou condições especiais existentes em cada escola”*.

O PNEF defende a lecionação de 6 matérias para o 11º ano de escolaridade, 4 matérias nucleares (Exemplos: 2 Jogos Desportivos Coletivos (JDC); Ginástica ou Atletismo; Dança) e 2 matérias alternativas (Exemplos: Ténis; Natação; Orientação; Judo; Canoagem; Râguebi; ...).

Por sua vez, o Grupo de Educação Física da ESFF tem definido um planograma para o ensino secundário, onde são contempladas diferentes matérias ao longo dos anos. Para o 11º ano, o Grupo de Educação Física da escola defende a lecionação de 6 matérias, sendo 5 matérias nucleares (Exemplos: Voleibol, Râguebi, Atletismo, Ginástica de Aparelhos e Ténis de Mesa) e 1 matéria alternativa (Exemplos: Corfebol, Orientação ou Dança).

Posto isto, a nossa escolha tentou ir ao encontro das duas perspetivas apresentadas, abordando as matérias que o Grupo de Educação Física da instituição de acolhimento definiu no planograma e escolhendo como matéria alternativa a Dança. Se tivermos em consideração que abordamos 2 JDC, Dança, 2 matérias de desportos individuais e outra de desportos de raquetes, podemos considerar que fomos ao encontro do que o PNEF recomenda. Importa referir que abordamos pontualmente algumas situações de outras matérias de ensino, nomeadamente de Badminton, Basquetebol, Futebol, Orientação, Andebol, Desportos de Combate, procurando resolver algumas necessidades dos alunos.

Relativamente à escolha da matéria de Dança deve-se ao facto de esta solicitar comportamentos diferentes das outras matérias consideradas nucleares, pelo facto de constar como matéria nuclear no PNEF, mas essencialmente por apresentar vários

benefícios para o desenvolvimento do aluno ao nível da criatividade, expressividade, autoconfiança e na melhoria da relação com os outros.

Segundo Damásio (2001, citado por Mallmann e Barreto, 2012), o sistema nervoso especializa-se e desenvolve-se através dos estímulos ambientais ou construídos pela prática pedagógica das atividades desenvolvidas pelos professores, sendo que a arte, a música, os jogos e a dança contribuem de forma determinante para o desenvolvimento das diversas inteligências apresentadas por Gardner.

Moreira, Ferreira e Sá (2011, s.p.) referem que:

“A dança tem papel fundamental enquanto atividade pedagógica. Sendo assim, esta pode ser considerada de grande importância para o desenvolvimento do aluno, ao realizar um trabalho que estimule ao máximo a criatividade, capacidade de raciocínio, autoconfiança, melhora da relação com os outros e consigo mesmo, além de ampliar o repertório motor”.

Quanto ao modelo de abordagem das matérias, o Grupo de Educação Física da escola realiza o ensino por blocos, sendo que são abordadas 2 matérias por período e existem instalações onde são privilegiadas o ensino de algumas matérias. O sistema de rotação das instalações vai ao encontro deste tipo de ensino, ou seja, as rotações são realizadas por períodos.

No que se refere à nossa opção, procurámos organizar o ano letivo através do ensino por etapas, que é defendido pelo PNEF e consiste em organizar as etapas em *“períodos mais reduzidos de tempo que facilitem a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem. Estas etapas devem assumir características diferentes, ao longo do ano lectivo, consoante o percurso de aprendizagem dos alunos e as intenções do professor”* (Jacinto et al., 2001, pp. 30-31).

O ensino por etapas foi dividido em três com diferentes durações (ver Tabela 2), nomeadamente:

- 1ª etapa – Avaliação Inicial (AI);
- 2ª etapa – Desenvolvimento de aprendizagens e de competências;
- 3ª etapa – Revisão/Consolidação das aprendizagens.

Tabela 2 – Etapas de aprendizagem

1º Período 21/09 a 18/12		2º Período 04/01 a 19/03	3º Período 04/04 a 04/06
1ª Etapa	2ª Etapa		3ª Etapa
Avaliação inicial	Desenvolvimento de aprendizagens e de competências		Revisão/consolidação das aprendizagens
21/09 a 12/10 7 aulas de 90´	14/10 a 16/03 39 aulas de 90´		04/04 a 04/06 17 aulas de 90´

De notar que no primeiro período foi adotado um método misto, atendendo que existiam algumas particularidades, nomeadamente ao nível dos recursos materiais que impossibilitavam a abordagem de algumas matérias de ensino ao longo de todo o ano letivo. Posto isto, as matérias de Ginástica de Aparelhos e de Ténis de Mesa foram concentradas no primeiro período, enquanto as restantes foram abordadas ao longo do ano letivo, no entanto, procurámos realizar tarefas ao nível dos desportos de confrontação direta e dos desportos individuais, solicitando predominantemente comportamentos destes grupos taxonómicos ao longo do ano letivo.

O PA ([Apêndice B](#)) foi elaborado com o intuito de ir ao encontro das necessidades detetadas na AI e dos objetivos a alcançar, procurando rentabilizar as instalações disponíveis para as aulas de EF. No entanto, este planeamento não foi fixo, ou seja, foi adaptado em função das necessidades dos alunos e da participação em outras atividades que possibilitaram o desenvolvimento holístico dos alunos.

No que se refere ao PA partilhamos da mesma opinião de Andrade (2013, p.16), atendendo que considera que o PA “*não deverá ser estanque e inalterável, deverá antes ser perspectivado como um processo mutável e flexível, tendo em conta que o conjunto de informações que vamos recolhendo no decorrer do ano letivo poderá originar uma necessária mudança nas decisões inicialmente tomadas*”.

Relativamente à distribuição do número de horas por matéria, foi realizada no sentido de ir ao encontro das necessidades verificadas na avaliação inicial e dos objetivos mínimos definidos pelo Grupo de Educação Física da escola. De referir que a distribuição inicial foi alterada em função das necessidades e da evolução dos alunos ao longo das etapas. Quanto à duração das etapas, estas mantiveram-se, no entanto, em alguns momentos não foi necessário terminar a fase de desenvolvimento de competências para se iniciar a consolidação das aprendizagens, como por exemplo, alguns alunos que

estavam num nível mais avançado, iniciaram a 3ª etapa de aprendizagem (Revisão/consolidação das aprendizagens), enquanto os restantes estavam na fase de desenvolvimento de aprendizagens e de competências.

Tabela 3 – Distribuição das matérias por número de sessões e horas de leção

Matérias	Horas	Sessões
Voleibol	14	17
Ténis de Mesa	6,5	8
Râguebi	12	15
Atletismo	11	15
Ginástica de aparelhos	9	9
Dança	8	18
(Badminton, Basquetebol, D. Combate)	7	11
Projeto + 90; semana náutica	7	5

Na Tabela 3 podemos verificar a distribuição do número de horas inicialmente previstas para cada matéria, resultando da AI realizada, no entanto, houve uma redução do número de horas nas matérias de Voleibol, Râguebi, Atletismo e na Dança em benefício das matérias complementares. Estas alterações foram efetivadas com a realização de várias matérias na mesma aula, ou seja, foram preconizadas as aulas politemáticas.

Segundo Rosado (2002), as sessões politemáticas envolvem mais do que um tema na mesma sessão, ou seja, mais do que uma matéria desportiva por sessão. O mesmo autor refere que é possível ensinar diversas matérias em simultâneo ou em sequência na mesma sessão, sendo que uma das vantagens é de distribuir as aprendizagens no tempo, facilitando a aquisição, a retenção e a motivação dos alunos, no entanto, é necessário ter em consideração a polivalência dos espaços a utilizar.

A implementação das aulas politemáticas criou-nos algumas dificuldades, particularmente no controlo da turma em algumas situações, atendendo ao número de estações e/ou circuitos com diferentes atividades, mas o nosso foco estava centrado no desenvolvimento dos alunos.

No que se refere à escolha de algumas matérias de ensino complementares (Badminton, Basquetebol, Desportos de Combate) estão relacionadas com o facto de alguns alunos manifestarem interesse em abordar algumas aulas destas matérias, mas também pelo facto de estas complementarem algumas situações que foram realizadas noutras matérias, nomeadamente a constante necessidade de ajustar o posicionamento e

a leitura do adversário no Ténis de Mesa; a ocupação racional do espaço, a cooperação/oposição e a progressão no terreno nos JDC, procurando desta forma solicitar os mesmos comportamentos e no caso concreto dos Desportos de Combate solicitar outro tipo de comportamentos, no sentido de proporcionar uma formação eclética aos alunos.

O PA sofreu algumas alterações ao longo do ano, particularmente na 2ª e 3ª etapa em função da evolução dos alunos e das atividades que fomos desenvolvendo/participando nestas etapas, que foram ajustadas nas Unidades Didáticas (UD).

4.1.2. Planeamento das Unidades Didáticas

A UD é um planeamento a médio prazo que corresponde a períodos de atividades centradas numa determinada temática ou especialidade de estudo (Batalha, 2004).

Segundo Rosado (2002), uma UD é entendida com uma unidade de ensino que agrupa um conjunto de aulas de acordo com os objetivos da função didática.

As UD's consistem em instrumentos estratégicos de nível intermédio, que são mais específicos do que o PA, onde procurámos garantir a eficácia do processo pedagógico relativamente ao alcance dos objetivos definidos.

Quina (2009, p. 76) refere que:

“No Plano anual não é possível nem desejável prever com rigor e pormenor o desenrolar de todos os períodos. É importante que cada período seja determinado, corrigido ou reajustado em função dos resultados do período precedente. Quer isto dizer que os três períodos do ano escolar não devem ser planificados todos na mesma altura, mas sim uns a seguir aos outros: no final do primeiro período, o professor planifica o segundo e no final deste, planifica o terceiro.”

Ao longo da nossa formação construímos algumas UD's, no entanto, ficávamos com a sensação que haviam certos aspetos que podiam ser dispensáveis, acrescida do facto de contemplarem apenas uma das matérias a abordar.

Após várias pesquisas constatamos que não existe uma única forma de estruturar uma UD, pois encontramos diferentes modos de as organizar, dependendo do contexto que vão decorrer e das crenças do professor que a constrói (Pereira, 2012; Freitas, 2012; Andrade, 2013; Fernandes, 2014; Bárbara, 2015).

Segundo Aranha (2004, citada por Andrade, 2013, p. 23) ao planejar uma UD devemos ter em consideração uma construção lógica e contínua, contendo os seguintes aspectos na sua estrutura:

“informações da turma – nº de alunos, idades, nível de ensino; recursos humanos, temporais e espaciais; objetivos em termos do domínio sócio afetivo, psicomotor e cognitivo; estruturação dos conteúdos; métodos de avaliação do processo – avaliação diagnóstica e formativa; e, por fim, estratégias de abordagem da UD – organização da turma, grupos, etc”.

Consideramos que uma UD deve acima de tudo ser prática e funcional, representando uma mais-valia para o professor, colocando nesta apenas o que considera ser imprescindível. Nas pesquisas efetuadas verificámos que haviam colegas estagiários dos anos anteriores que já adotavam este tipo de estrutura, ou seja, UD's politemáticas, que continham várias matérias agrupadas em função dos objetivos transversais, sendo que procurámos adaptar para aquilo que consideramos ser mais importante, o desenvolvimento/transformação dos alunos.

Ao longo do ano letivo foram criadas três UD's, sendo as duas primeiras referentes à segunda etapa (Desenvolvimento de Aprendizagens e Competências) e a terceira UD referente à terceira etapa (Revisão/Consolidação das aprendizagens).

Na primeira UD utilizamos uma estrutura mais complexa, tendo em conta que para além da estrutura base, englobamos a caracterização das matérias a abordar e dois tipos de organização dos exercícios para as aulas em função das matérias e das partes da aula. Nas UD's seguintes não fazia muito sentido voltar a caracterizar as matérias, havendo um maior enfoque na criação de bancos de exercícios para serem aplicados nas aulas e agrupar os dois tipos de sistematização.

Nas UD's construídas procurámos traçar objetivos gerais comuns a todas as matérias a abordar ao longo deste período em função das orientações do PNEF, dos objetivos mínimos definidos pelo Grupo de Educação Física, assim como pelos resultados obtidos na AI realizada e/ou da UD anterior.

As UD's ([Apêndice C](#)) tinham a seguinte estrutura base:

- **Enquadramento da UD** – realizávamos o enquadramento dos recursos disponíveis (temporal, material, espacial e humanos) e as matérias a abordar;

- **Objetivos Gerais** – os objetivos que pretendíamos alcançar tendo por base as recomendações do PNEF;
- **Objetivo específicos por matéria** – neste item definíamos o que pretendíamos alcançar em cada matéria, tendo por base os objetivos do GEF e para direcionar a nossa intervenção nas aulas;
- **Estratégias de intervenção** – delineávamos estratégias que seriam implementadas em cada matéria para que os alunos atingissem os objetivos delineados;
- **Avaliação da UD** – definíamos de que forma efetuávamos a avaliação dos alunos em cada matéria;
- **Estruturação dos conteúdos** – ajudava-nos a realizar a estruturação lógica e coerente das matérias, conteúdos e dos objetivos a alcançar em cada aula com a respetiva instalação e etapa de aprendizagem;
- **Grupos de níveis** – possibilitava o agrupamento dos alunos em função dos seus níveis em cada matéria (aferidos na AI e ajustados nas etapas seguintes);
- **Banco de exercícios** – situações que construíamos para alcançar os objetivos em cada matéria e/ou parte da aula em função do diagnóstico realizado (para cada situação apresentávamos várias variantes, multiplicando o número de situações).
- **Balanço** – balanço e análise crítica sobre o trabalho realizado.

Nas UD's verificaram-se algumas alterações relativamente ao que tinha sido definido no PA, em função da evolução das aprendizagens/necessidades dos alunos na etapa anterior e das atividades a desenvolver no âmbito do EP.

O planeamento realizado para as UD's também sofreu alterações, atendendo à evolução dos alunos e à forma como decorriam as aulas, por vezes tínhamos previsto abordar alguns conteúdos, mas com o decorrer da aula não era possível abordar os mesmos, porque os alunos evidenciavam necessitar de mais tempo, no entanto, estas alterações foram pontuais, sendo que procurámos ir ao encontro das necessidades dos alunos e não apenas em lecionar os conteúdos programados.

Um dos objetivos gerais que definimos para serem alcançados ao longo do ano foi o reforço pela prática regular das atividades físicas, tendo em consideração o questionário

que realizámos no início do ano letivo para a caracterização da turma, no qual se verificou que os alunos queriam experienciar novas matérias/atividades.

Ao longo do ano letivo as UD's agruparam atividades que solicitavam comportamentos de cinco dos seis grupos taxonómicos apresentados pela Taxonomia das Atividades Desportivas (Almada *et al.*, 2008), nomeadamente Desportos Coletivos, Desportos de Combate, Desportos Individuais, Desportos de Adaptação ao Meio e Desportos de Confrontação Direta e ainda algumas atividades de Dança.

Uma das lacunas das UD's foi o facto de não termos contemplados as tarefas para os alunos que não realizam a componente prática de modo mais macro, sendo realizada aula a aula em função dos conteúdos e/ou das necessidades dos alunos. Apesar de termos solicitado diferentes tarefas de modo a que os alunos acompanhassem os conteúdos que estavam a ser lecionados, como tarefas de arbitragem, trabalhos de pesquisa, apresentações aos colegas, registo de resultados, observações de colegas e reflexões críticas sobre a aula. Consideramos que é importante que os alunos estejam próximos dos exercícios para ouvirem o que é solicitado e terem um papel mais ativo na aula, caso contrário os alunos não vão estar focados no que se pretende e não haverá adaptações/transformações.

A UD foi um instrumento de grande importância na medida em que possibilitou estruturar a sequência dos conteúdos e das matérias abordar, de modo a existir uma sequência lógica e coerente, indo ao encontro dos objetivos delineados. O facto de apresentarmos alguns exercícios para as matérias a abordar constituiu uma mais-valia, no sentido em que tínhamos de investir mais na sua conceção, mas que era rentabilizado posteriormente no processo de planeamento das aulas, assim como o facto de definirmos grupos de níveis para cada matéria, quando pretendíamos trabalhar por níveis.

4.1.3. Plano de aula

O Plano de aula representa um planeamento mais micro, constituindo-se como um *“instrumento orientador e de suporte do processo de ensino aprendizagem”* (Freitas, 2012, p. 23). A mesma autora refere ainda que o plano de aula é uma exposição gráfica do que foi planeado e que será colocado em prática, logo deverá ser claro e funcional, possibilitando ser consultado de forma rápida, sempre que necessário.

De acordo com Bento (1987 citado por Quina, 2009, p. 81), *“a aula é o ponto de convergência do pensamento e da acção do professor. Da sua correcta organização e estruturação e do que nela acontecer, dependem, grandemente, os resultados de aprendizagem dos alunos”*.

Existem vários modelos para estruturar a aula de Educação Física, no entanto, o mais utilizado é o tripartido, sendo composto pela parte inicial, parte intermédia e a parte final, que deverão estar articuladas de forma coerente (Quina, 2009).

Freitas (2012), considera que o plano de aula é um instrumento de trabalho único e pessoal, logo não existe um modelo a seguir, podendo ser alterado no decorrer da aula, caso as situações previstas não estejam a funcionar.

Relativamente à metodologia de elaboração do plano de aula, em primeiro lugar verificávamos quais as matérias, os conteúdos e os objetivos que tínhamos definido para a respetiva aula na UD, seguindo-se a escolha das situações, preenchendo a grelha construída para o efeito, finalizando com o envio do plano de aula no dia anterior ao da aula para o orientador cooperante por correio eletrónico.

A elaboração do plano de aula foi uma das tarefas que dispensamos várias horas para a sua elaboração ao longo do ano letivo, no sentido de procurar que as aulas fossem bem estruturadas ao nível da organização, com reduzidos tempos nas transições para aumentar o tempo de empenhamento motor na tarefa e alcançar os objetivos definidos para essa mesma aula.

Inicialmente o plano de aula continha demasiada descrição de todo o processo de organização e das próprias situações, sendo que tínhamos muitas vezes que estar a consultar o plano e por vezes não adiantava de muito, porque tínhamos de fazer alguns ajustes.

Os planos de aula iniciais eram constituídos por um cabeçalho que incluía o número da aula, a data, o local, o ano e turma, a hora, a duração, o número de alunos, o material necessário para a aula, o conteúdo, os objetivos mediatos e o nível dos alunos.

No corpo do instrumento continha a descrição das situações, os objetivos imediatos, a organização, o tempo parcial e as horas em que se iniciava as situações, utilizando o modelo tripartido. Na parte final do instrumento havia uma zona para registar algumas observações da aula.

O modelo do plano de aula foi sendo alterado em função das necessidades ao longo do ano letivo, sendo que no cabeçalho introduzimos o nome do professor, a hora de programa e a hora de início, o volume da sessão e o sumário, retirando o nível dos alunos e o conteúdo a abordar.

No corpo do instrumento realizávamos uma descrição mais sucinta das situações e introduzimos uma secção denominada de critérios de êxito, para facilitar a nossa intervenção, na organização passamos a utilizar representações gráficas e agrupamos as horas com o tempo de cada situação no sentido de facilitar a sua interpretação.

Na parte final do instrumento inserimos uma tabela que possuía o número e o nome de cada aluno e onde era possível registar as presenças, a avaliação do domínio cognitivo, psicomotor e sócio afetivo. Na mesma secção havia referência a trabalhos para os alunos que não realizavam a componente prática, os responsáveis pelo material da respetiva aula e para a aula seguinte, assim como a constituição dos grupos/equipas, seguindo-se uma zona de observações, onde eram registados alguns apontamentos e o balanço da aula ([Apêndice D](#)).

Nas primeiras aulas ficávamos muito presos ao plano, porque procurávamos colocar toda a informação no mesmo, uma vez que sentíamos alguma insegurança, e como tal esta era uma forma de ficarmos mais confortáveis, realizando um planeamento mais pormenorizado para reduzir a incerteza. Com o passar do tempo fomos ganhando alguma confiança e passamos a verificar o plano pontualmente para situações específicas como a constituição das equipas e por vezes a sequência das situações.

Segundo Januário (1992, citado por Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012), as decisões de planeamento ajudam para a redução da ansiedade e da incerteza, permitindo a estruturação e a visualização prévia da intervenção, diminuindo a sua aleatoriedade e tentando prever alguns fatores que poderão ocorrer na prática, ligando o pensamento à ação.

Importa referir que após a leção de cada aula, refletíamos sobre como tinha decorrido a aula na sala de reuniões do GEF com o colega estagiário e com o orientador cooperante e posteriormente realizávamos um balanço por escrito, enviando por correio eletrónico para o orientador cooperante no mesmo dia.

Consideramos que o plano de aula deve apresentar alguma flexibilidade, assim como o professor deve ter uma grande capacidade de adaptação e de gestão de imprevistos, sendo o plano de aula um plano de intenções e orientador da aula, que é suscetível de ser alterado/adaptado em função das condições e/ou necessidades que os alunos evidenciam para alcançar os objetivos pretendidos. De notar que a reflexão após a aula é uma ferramenta essencial para pensarmos sobre o que não correu como pretendíamos e procurar solucionar essas mesmas situações.

Um aspeto que alteraríamos era a realização do plano de aula à mão, mantendo a estrutura final do plano de aula, o que nos permitiria rentabilizar o capital tempo, atendendo que disponibilizamos várias horas ao longo do ano letivo para este formalismo, o que com um maior número de turmas seria impossível de realizar.

4.1.4. Intervenção Pedagógica

A intervenção pedagógica começou a ser delineada antes do início do ano letivo, sendo que após sabermos quais as matérias que íamos lecionar, iniciámos as pesquisas sobre como avaliar as necessidades dos alunos nestas matérias, de modo a definirmos a avaliação inicial, adequando a nossa intervenção e as normas de funcionamento.

Siqueira (2004, p. 2) refere que o ensino não pode ser unidirecional e estático, é necessário ter em consideração que a sala de aula é um local para transmitir conhecimentos teóricos, mas também para incutir valores e comportamentos, desenvolver *“uma mentalidade científica lógica e participativa, que poderá possibilitar ao indivíduo, bem orientado, interpretar e transformar a sociedade e a natureza em benefício do bem-estar coletivo e pessoal”*.

Libâneo (2009, p. 14) partilha da mesma opinião, mencionando que a relação entre professor e os alunos implica aspetos psíquicos, socioculturais e de relação social, *“seja entre professor e alunos, seja na dinâmica de relações internas que ocorre na escola em suas práticas organizativas, seja nas relações com a comunidade e sociedade”*.

Neste sentido, na primeira aula efetuamos a apresentação dos objetivos definidos pelo GEF para o respetivo ano de escolaridade, as normas de funcionamento das instalações e das aulas de EF. Nesta primeira abordagem adotámos uma postura mais rígida de modo a não facultar muita confiança desde o início aos alunos. Esta postura

visava comprometer os alunos com as tarefas a realizar, tendo em conta que já na primeira abordagem, alguns alunos referiram que não gostavam de EF e que esta disciplina não contava para a média. Estes aspetos condicionaram a nossa abordagem, tendo em conta que para além de nesta fase realizarmos a AI, tínhamos de criar situações que cativassem os alunos para as aulas de EF.

De notar que após a realização da AI, informamos os alunos dos objetivos gerais e dos objetivos específicos a alcançar, naturalmente que estes foram ajustados em função da evolução dos alunos nas diferentes etapas.

As aulas de EF foram lecionadas em dois blocos de 90 minutos semanais, no entanto, estava estipulado pela escola para as aulas de EF terminarem 5 a 10 minutos antes do tempo de programa, para que fosse possível os alunos efetuarem a sua higiene pessoal, antes da aula seguinte. Posto isto, estipulamos algumas regras com o intuito de rentabilizar o tempo disponível, nomeadamente começar a aula à hora prevista para os alunos usufruírem dos 10 minutos finais. Contudo, existiam alunos que chegavam constantemente atrasados, mas dentro da tolerância, pelo que decidimos iniciar a aula 5 minutos após o horário de entrada e finalizar 5 minutos antes do tempo de programa.

Lopes e Fernando (2013) apresentam os fatores que são referidos por alguns autores como determinantes para o êxito pedagógico, nomeadamente o empenhamento motor específico, o feedback, o clima da classe e a organização das atividades, no entanto, consideram que estes aspetos não são suficientes.

De notar que os fatores referidos estiveram na base de todas as nossas realizações, reconhecemos que por vezes não conseguimos operacionalizar da melhor forma, mas tínhamos em consideração na fase de planeamento.

A organização das atividades foi determinante para o bom funcionamento das aulas, maximizando a participação dos alunos, diminuindo as transições das situações e evitando situações de risco. Algumas das estratégias que podemos destacar estão relacionadas com a logística que antecede a aula e/ou o aproveitamento das pausas de hidratação para a montagem do material para as situações seguintes; a definição dos alunos responsáveis pelo material (da própria aula e seguinte); a criação antecipada de grupos para as situações e a definição de tarefas para os alunos que não realizavam a componente prática.

Nas aulas de Ginástica de Aparelhos realizámos o trabalho por estações e/ou circuitos, procurando potenciar o tempo de empenhamento motor e possibilitar uma maior experimentação das situações, sendo que os alunos tinham a possibilidade de estar constantemente a experimentar situações diferentes e em diferentes aparelhos (Araújo, 2002).

Na Dança optámos por introduzir elementos básicos (movimentos locomotores e não locomotores), procurando que os alunos se desinibissem, mas encontramos muitas resistências e inclusive alguns elementos que se recusavam a realizar as tarefas, mesmo em espaços fechados, onde só estavam os alunos da turma e os professores.

Uma das estratégias adotadas e que foi positiva, foi realizarmos as aulas de Ginástica com música, porque verificámos que ouvir música era umas das atividades favoritas dos alunos, aproveitando desta forma para promover um bom clima de aula, mas também possibilitando que os alunos explorassem e expressassem as suas emoções de forma livre e espontânea. Por vezes, haviam alunos que se entusiasmavam com a música e acabavam por ficar bastante à vontade, realizando vários passos de Dança.

Nas aulas em que abordamos a matéria de Ténis de Mesa procurámos montar sempre uma estação com outra matéria, de modo a manter os alunos motivados durante toda a aula. As estações serviam de complemento e/ou continuidade do trabalho na medida em que era escolhida uma matéria mais dinâmica e que os alunos gostavam mais. De salientar, que os alunos manifestaram no início das aulas que não gostavam de Ténis de Mesa, mas demonstraram bastante empenhamento e entusiasmo no torneio por níveis de 1x1 num sistema de todos contra todos. Este tipo de competição possibilitava a interação com outros colegas com os quais não tinham por hábito trabalhar. Esta estratégia surgiu com intuito de facilitar a integração de alguns elementos.

Relativamente aos Jogos Desportivos Coletivos (JDC) procurámos realizar situações com jogos reduzidos e/ou condicionados (Gonçalves, 2009; Garganta, 2002), contribuindo para que os alunos tivessem uma maior interação com o objeto de jogo e consequentemente um maior tempo de empenhamento motor na tarefa, facilitando a compreensão do jogo e dos aspetos a ter em consideração em função da matéria.

No Atletismo foram realizadas situações lúdicas e competitivas de modo a cativar os alunos para a abordagem desta matéria, aproveitando o facto de alguns serem bastante competitivos. Foram utilizadas situações adaptadas do Atletismo jogado (Silva, Silva,

Simões, Nóbrega & Lopes, 2016), com o propósito de os alunos compreenderem as variáveis que são importantes equacionar para melhorar o seu desempenho nas diferentes situações. O registo dos resultados foi uma estratégia utilizada para os alunos se conhecerem melhor e terem uma noção das suas marcas em função dos condicionalismos das situações.

Ao nível da instrução, tentávamos ser claros e concisos, colocando os alunos de costas e afastados das bancadas, por vezes sentados no chão para centrarem a sua atenção na informação que estava a ser transmitida, sempre que possível demonstrávamos as situações e apresentávamos os objetivos pretendidos para as respetivas situações.

Relativamente ao Feedback, numa fase inicial emitíamos maioritariamente feedbacks positivos e de reforço, de modo a motivar os alunos, posteriormente tentávamos ser mais concretos para que estes melhorassem a compreensão sobre as situações e/ou ultrapassassem as suas dificuldades.

No que se refere aos estilos de ensinos, adotamos numa primeira fase estilos de ensino de tarefa e por vezes de comando, mas com o evoluir das aprendizagens e em função das matérias, utilizamos outros estilos de ensino (recíproco, inclusivo, divergente e descoberta guiada) e concedemos maior liberdade/autonomia aos alunos nas aulas e/ou nas tarefas a realizar. A escolha dos estilos de ensino teve por base os comportamentos que queríamos solicitar aos alunos, o que significa que numa aula por vezes utilizávamos vários estilos de ensino. Consideramos que não existem estilos de ensino certos ou errados, no entanto, existem alguns que são mais adequados em função do nível dos alunos, das transformações que pretendemos, das matérias lecionadas e da intencionalidade das atividades propostas.

Uma das tarefas que solicitamos aos alunos que não realizavam as aulas práticas foi a pesquisa sobre os temas que estávamos a abordar na aula, para posteriormente apresentarem aos colegas e/ou responderem a algumas questões, o que faz com que o aluno tenha um papel ativo no seu processo de aprendizagem e possibilita que acompanhe os conteúdos que estão a ser lecionados.

Libâneo (2009, p. 29), menciona que quando os conhecimentos que foram pesquisados são trabalhados na aula, suscitam outros problemas e novas descobertas, logo *“a pesquisa dá suporte ao ensino”*. Posto isto, partilhamos da mesma opinião do autor,

sendo que os trabalhos de pesquisa têm um enorme contributo para o aprofundamento de determinadas temáticas.

Este tipo de procedimentos pode ser alargado ao trabalho não presencial, no entanto, não exploramos muito este tipo de situações porque tínhamos verificado que os alunos tinham pouco tempo disponível fora das aulas e ainda participavam noutras atividades extracurriculares, logo corríamos o risco de os alunos não realizarem o trabalho proposto e reduzirem a sua motivação para as aulas de EF.

Ao nível da componente prática adotamos a estratégia de criar grupos por níveis de proficiência, no sentido de trabalharmos diferentes aspetos, no entanto, em situações de jogo reduzido nos JDC verificámos que alguns alunos que se encontravam num nível de proficiência menor, desmotivavam-se para a situação, influenciando os restantes elementos, logo optávamos muitas vezes por criar grupos heterogéneos e colocávamos alguns constrangimentos (handicaps) para que todos trabalhassem nos seus limites, potenciando as suas aprendizagens, tendo por base as competências que pretendíamos desenvolver.

Ao longo do ano letivo fomos adequando as estratégias pedagógicas e melhorando a nossa capacidade de adaptação das situações, fruto de um melhor conhecimento da turma, das reuniões do Núcleo de Estágio e das nossas aprendizagens ao longo deste percurso, no entanto, por vezes identificávamos algumas situações, mas alterávamos um pouco tarde de mais, influenciando toda a dinâmica da aula.

Consideramos que a nossa prestação pode ser influenciada pelo contexto, pela situação e/ou pelos indivíduos, logo existem sempre aspetos a melhorar e/ou a ajustar, para isso é fundamental as reflexões após cada aula e/ou outra atividade.

4.1.5. Avaliação

Ao longo de toda a nossa vida estamos sujeitos a avaliar e a ser avaliados constantemente em função das circunstâncias que nos rodeiam, o que condiciona as nossas decisões, os nossos desejos e sonhos (Bratfische, 2003).

De acordo com Bratfische (2003), a avaliação escolar tem se alterado ao longo dos anos, resultado das mudanças estruturais da sociedade, do comportamento humano e dos avanços tecnológicos. Contudo, o ato de avaliar na Educação procura identificar,

diagnosticar, desenvolver e valorizar a expressão individual e a manifestação da afetividade, como um meio para o desenvolvimento das aprendizagens e da formação integral do aluno.

Rosado (2002) refere que a avaliação é um processo de determinação da extensão dos objetivos educacionais a atingir, sendo que a recolha de informação e a formulação de um juízo de valor conduz a uma tomada de decisão.

Para Simões, Fernando e Lopes (2014), a avaliação é considerada como uma parte integrante do processo educativo, indispensável em qualquer proposta de educação, estando diretamente ligada ao processo de ensino/aprendizagem.

Segundo Quina (2009, p. 117), o processo de ensino/aprendizagem está direcionado para o alcance de resultados e consequentemente para o alcance de objetivos, logo *“avaliar os níveis de aprendizagem alcançados pelos alunos é um imperativo institucional”*.

O mesmo autor refere que na avaliação há sempre algo de comparativo, sendo que na Educação Física existem duas referências fundamentais de avaliação: a normativa e a criterial (Quina, 2009; Simões *et al.*, 2014).

Na avaliação por norma os resultados do aluno são comparados com os resultados médios da turma conseguidos na mesma prova.

Na avaliação por critério, os resultados obtidos pelo aluno comparam-se:

- Com os resultados obtidos pelo mesmo aluno nas mesmas provas realizadas anteriormente, valorizando o progresso alcançado;
- Com um critério fixado previamente, normalmente são os objetivos de aprendizagem visados, valorizando o percurso para atingir os objetivos.

De acordo com Simões *et al.* (2014, p. 18), *“Na educação deve de existir uma busca constante dos meios adequados para se atingir os objetivos visados, a educação deveria ter como fim mudanças que favoreçam o desenvolvimento integral do Homem e da sociedade”*.

Posto isto, consideramos que é importante procurar desenvolver outros valores nos alunos como o sentido de responsabilidade, a autonomia, o espírito de grupo e

promover a interação com outras pessoas/entidades, facilitando deste modo a sua integração na sociedade e não se focar apenas nas execuções.

Efetuamos pesquisas sobre a avaliação e constatamos que é uma questão complexa, não sendo consensual o sistema de avaliação a adotar.

Simões (2014) refere que através da pesquisa efetuada e da sua experiência verificou que existe uma grande dificuldade em criar um sistema de avaliação em Educação Física. Este aspeto deve-se ao facto de haver uma preocupação que vai para além da transmissão de conhecimento, o que coloca em questão algumas avaliações estereotipadas.

De acordo com o PNEF, o modelo de avaliação definido para a EF deve basear-se em três grandes áreas de avaliação específicas da EF para que seja alcançado o sucesso nesta área disciplinar (Jacinto *et al.*, 2001, p. 44):

- Atividades Físicas (o aluno nas matérias seleccionadas, evidencia competências de 3 Níveis Introdutório e 3 Níveis Elementar);
- Aptidão Física (o aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física);
- Conhecimentos (o aluno revela os conhecimentos definidos pelo Departamento de Educação Física, relativos aos objetivos do Programa do Ensino Secundário).

Por sua vez, o GEF da ESFF tem os seus próprios critérios para a avaliação dos alunos que se baseiam em três domínios: Domínio Psicomotor (80%); Domínio Cognitivo (15%) e Domínio Sócio Afetivo (5%).

Tabela 4 – Critérios de avaliação do grupo de Educação Física ESFF para os alunos do 11º e 12º anos

Competências específicas		Ponderação	Indicadores	Instrumentos de avaliação
Domínios	Psicomotor/ Capacidades e Atitudes específicas	60%	Aptidão física e Capacidade física-motora	Registos de observação
		20%	Empenho e Cooperação	
	Cognitivo / Conhecimentos	15%	Fichas sumativas e/ou Trabalhos individuais e/ou Trabalhos de grupo	
	Sócio afetivo / Atitudes gerais	5%	Assiduidade (2%), Pontualidade (1%) e Comportamento (2%)	Registos de observação

Importa referir que a avaliação é realizada em cada período fazendo parte todos os momentos de avaliação formal desde o início do ano, ou seja, para o segundo período

concorrem todos os momentos de avaliação formal desde o início do ano até então, para o terceiro período concorrem todos os momentos de avaliação formal realizados ao longo de todo o ano letivo.

Para os alunos que apresentam atestado médico, alegando estarem impossibilitados de realizarem a componente prática são apresentadas diferentes percentagens para os diferentes domínios, nomeadamente: Domínio Cognitivo (45%); Conhecimento Teórico-prático (50%); Sócio afetivo (5%).

Tabela 5 – Critérios de avaliação do grupo de Educação Física ESFF para os alunos do 11º e 12º anos com atestados médicos permanentes

Competências específicas		Ponderação	Indicadores	Instrumentos de avaliação
Domínios	Cognitivo / Conhecimentos	45%	Fichas sumativas e Trabalhos individuais e/ou Trabalhos de grupo	
	Conhecimento teórico-prático das capacidades e Atitudes específicas	30%	Observação de aulas práticas e/ou Arbitragens e/ ou Relatórios de aulas práticas	Registos de observação e Registos escritos
		20%	Empenho e Cooperação	
	Sócio afetivo / Atitudes	5%	Assiduidade (2%), Pontualidade (1%) e Comportamento (2%)	Registos de observação

Relativamente à nossa opção de avaliação, adotámos o modelo de avaliação definido pelo GEF da ESFF, embora considerámos que ao nível do domínio sócio afetivo deveria ter uma maior ponderação e considerar outros aspetos, como por exemplo: o respeito e a cordialidade; as relações interpessoais e o sentido de responsabilidade. Outro aspeto que achamos que está um pouco desajustado é a ponderação do domínio cognitivo para os alunos que apresentam atestado médico, na nossa opinião esta percentagem deveria ser menor e existir uma maior ponderação para as atividades desenvolvidas nas aulas ([ver pp. 34-35](#)).

No que se refere à avaliação propriamente dita, numa primeira fase procurámos averiguar as necessidades dos alunos em todas as matérias que íamos lecionar, seguindo-se a definição dos objetivos e a elaboração do planeamento em função dos mesmos, posteriormente verificámos a evolução dos alunos e o alcance dos objetivos definidos através da avaliação ao longo das aulas e no final de cada período ([Apêndice G](#)).

De acordo com Simões (2014, p. 59) alguns autores como Rosado e Colaço (2002); Rosado e Silva (1999); Enricone (1985); Ribeiro (1999) apontam a existência de três momentos de avaliação, nomeadamente a avaliação diagnóstica ou inicial, a

avaliação formativa e a avaliação sumativa, as quais passamos a explicar pormenorizadamente.

4.1.5.1. Avaliação Inicial

A avaliação inicial é a primeira etapa de trabalho com a turma, sendo que é realizada no início do ano letivo e poderá ter a duração entre 4 a 5 semanas (Jacinto *et al.*, 2001).

Segundo Rosado (2002), a avaliação inicial é uma etapa de avaliação diagnóstica e prognóstica que possibilita identificar o nível inicial da turma, mas também de cada aluno relativamente ao programa de Educação Física, permitindo obter informações sobre quais os alunos e as matérias críticas, para orientar a formação de grupos de nível e definir as bases da diferenciação do ensino, decidir quais os objetivos anuais e as prioridades formativas.

De acordo com o PNEF (Jacinto *et al.*, 2001), o objetivo da avaliação inicial é fundamentalmente determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias que serão abordadas ao longo do ano. Nesta etapa o professor recolhe os dados que lhe permite decidir de que forma irá organizar a sua intervenção e as atividades dos alunos. Existem alguns fatores que são importantes identificar (Jacinto *et al.*, 2001, p. 32), nomeadamente:

- *“Os alunos que vão precisar de maior acompanhamento, que apresentam mais dificuldades”;*
- *“As matérias em que os alunos se encontram mais distantes do nível de objectivos do programa, e que deverão merecer mais atenção (no tempo e tratamento a disponibilizar)”;*
- *“As capacidades motoras que merecem uma atenção especial (em alunos ou grupo de alunos)”;*
- *“Os aspectos críticos no tratamento das matérias e na organização da turma”.*

Relativamente à avaliação inicial propriamente dita, esta foi realizada com a definição dos critérios de avaliação de cada matéria, tendo em conta as recomendações do PNEF referidas anteriormente, assim como os objetivos mínimos para o 11º ano e os critérios de avaliação definidos pelo Grupo de Educação Física da escola.

Na avaliação inicial optámos por ter uma noção geral da turma, verificando o nível em que se encontrava, avaliando-os em três níveis de modo qualitativo para diminuir a subjetividade inerente à mesma ([Apêndice E](#)).

Para cada matéria procurámos ter critérios de acordo com alguns autores, nomeadamente Garganta para os JDC de invasão, Mesquita para o Voleibol e Batalha para a Dança. Relativamente às matérias de Ténis de Mesa, Atletismo e Ginástica de Aparelhos, definimos alguns indicadores que consideramos serem essenciais para estas matérias. Em cada indicador consideramos três níveis que consistiam em:

- NS – Não realiza os comportamentos adequados;
- S – Realiza alguns comportamentos adequados;
- SB – Realiza os comportamentos adequados.

Para os JDC de invasão utilizámos um instrumento apresentado por Garganta (1995), adaptando aos níveis referidos anteriormente e utilizando três componentes: ocupação do espaço, progressão no terreno e a cooperação.

No Voleibol utilizamos o instrumento sugerido por Mesquita (1995), considerando a dinâmica de equipa, o serviço/recepção, o ataque e a defesa.

Relativamente à Dança construímos um instrumento tendo por base alguns aspetos que são referidos por Batalha (2004), nomeadamente a coordenação dos membros superiores com os membros inferiores, a postura, o ritmo e a expressividade.

Na matéria de Atletismo consideramos o ajuste da frequência e amplitude da passada e a transmissão de testemunho na AI, posteriormente adicionamos a compreensão das variáveis.

Para a Ginástica de Aparelhos consideramos que haviam alguns critérios essenciais para a realização dos elementos gímnicos nos respetivos aparelhos de ginástica. Os critérios foram na trave (equilíbrio), na barra fixa (força dos membros superiores, postura), no minitrampolim (postura, equilíbrio) e no plinto (postura, equilíbrio).

Quanto ao Ténis de Mesa consideramos: a Pega/domínio da raquete e o posicionamento/deslocamento ([Apêndice E](#)).

Relativamente à avaliação da aptidão física, foi realizada através da aplicação da bateria de testes da Escola, denominado de “Projeto + 90 pela tua saúde”. Este projeto é

aplicado a todos os alunos da Escola, visando combater o sedentarismo na Comunidade Escolar, assim como possibilitar ao professor conhecer melhor os seus alunos e adequar a sua atuação em função das necessidades dos alunos. As componentes avaliadas foram a composição corporal, a resistência muscular, a potência, a mobilidade/flexibilidade e a resistência.

Nesta primeira etapa tínhamos como objetivo principal conhecer melhor os alunos, mas também os motivar para as aulas, atendendo a que alguns elementos manifestaram que não gostavam de algumas matérias e inclusive de Educação Física. No entanto, tendo em conta o clima da aula e a motivação dos alunos na realização das tarefas propostas nesta etapa, demonstram que esses objetivos foram alcançados.

Nesta etapa um dos fatores que dificultou a recolha de informação foi o facto de não sabermos o nome dos alunos, mas esta situação foi ultrapassada nas primeiras duas aulas. Outra dificuldade estava relacionada com a preocupação em introduzir novas variáveis para manter os alunos motivados na tarefa, o que dificultou a recolha dos dados, sendo que por vezes optávamos por identificar os elementos que mais se destacavam (melhor e menor nível de proficiência) e os restantes estavam num nível intermédio.

Os resultados da AI permitiram identificar os alunos por níveis de proficiência, as matérias que os alunos tinham maiores necessidades, as matérias que os alunos se empenhavam mais, identificar os líderes da turma e os subgrupos que se formavam, assim como os alunos que não eram tão bem aceites pela turma. Estes aspetos estiveram na base de todo o planeamento realizado, como já foi referido anteriormente, nomeadamente na construção do PA, no planeamento das UD's e dos Planos de aula.

4.1.5.2. Avaliação Formativa

A avaliação formativa é uma modalidade de avaliação que acompanha constantemente o processo de ensino-aprendizagem, considerada fundamental para a qualidade da aprendizagem de acordo com Lemos, Neves, Campos, Conceição e Alaiz (1993, citados por Rosado e Silva, s.d.). Os mesmos autores referem que ao atribuir importância ao aluno, estamos a valorizar a sua motivação, a regularidade do seu esforço, a forma de abordar as tarefas e a adaptar as estratégias para resolver os problemas.

Quanto ao feedback que é fornecido ao aluno, é considerado a própria essência da avaliação formativa e constitui segundo Emery, Saunders, Dann e Murphy (1989, citados por Rosado e Silva, s.d.), um contributo para o melhoramento da sua motivação e autoestima.

Na mesma linha de pensamento, Quina (2009) menciona que a avaliação formativa consiste na recolha sistemática dos comportamentos dos alunos em todas as aulas, sendo este processo de extrema importância no processo de avaliação, atendendo que é através deste que o professor vai verificar se os objetivos estão a ser alcançados e os alunos ficam a saber a sua situação em relação às aprendizagens.

Segundo Quina (2009), é através das constantes observações e apreciações que se apoiam as decisões do professor, quer sejam relativas a correções, elogios, incentivos, quer sejam relativas a alterações da própria programação ou das estratégias a utilizar.

Neste sentido procurámos realizar um registo de forma sistemática e contínua em todas as aulas, inicialmente procurávamos classificar todos os alunos, mas por vezes não conseguíamos ter a noção da efetiva participação de todos alunos, sendo que optámos posteriormente por registar os alunos que mais se destacavam (pela positiva e/ou pela negativa), para tal foi criada uma tabela no próprio plano de aula.

Este instrumento era composto pelos 3 domínios da avaliação definidos pelo Grupo de Educação Física (domínio cognitivo, domínio psicomotor e domínio sócio afetivo). Para cada domínio tínhamos 3 níveis (N – Não Satisfaz; S – Satisfaz; SB – Satisfaz Bem) e os alunos eram classificados em função da sua prestação (empenhamento, envolvimento, evolução) e não propriamente na sua execução, ou seja, valorizamos mais o processo do que o produto propriamente dito.

Este tipo de registo permitia que tivéssemos um maior controlo da evolução e prestação dos alunos, de modo à avaliação refletir todo o processo e não apenas o momento da avaliação sumativa.

Trabalhos para os alunos que não realizavam a componente prática

Inicialmente era uma tarefa que não tinha a nossa consideração, pois todos os alunos realizavam sempre a componente prática e quando não realizavam, solicitávamos para observarem um colega, como por exemplo o número de execuções (na Ginástica) e

a sua apreciação relativamente à prestação do colega em cada situação e de modo geral da aula. Posteriormente estas tarefas passaram a ser consideradas na fase de planeamento da aula, constando no próprio plano de aula, sendo definidas tarefas em função dos conteúdos a abordar e/ou das necessidades evidenciadas pelos alunos.

Foram solicitadas aos alunos algumas tarefas, como por exemplo:

- Ajudar o professor na montagem e recolha do material;
- Implementações das situações;
- Registo dos resultados das competições;
- Realizar trabalho de pesquisa na biblioteca sobre a matéria que estávamos a abordar na aula para entregar no final da aula por escrito e apresentar aos colegas a pesquisa;
- Realizar o registo dos resultados da estação;
- Realizar o registo da Frequência Cardíaca (F.C.) de cada aluno;
- Comparação dos resultados da F.C. com os resultados recolhidos anteriormente;
- Arbitrar os jogos;
- Ajudar os colegas na manipulação de bússola;
- Registar os resultados da orientação;
- Criar um sistema competitivo para registo dos resultados;
- Realizar trabalhos tendo por base os documentos fornecidos pelo professor sobre o conteúdo a abordar na aula, entregando no final da aula por escrito e/ou apresentar aos colegas posteriormente;
- Realizar uma apreciação crítica sobre a aula.

As tarefas referidas foram no sentido de os alunos estarem familiarizados com os conteúdos lecionados e aproveitar para que desenvolvam competências ao nível da organização, sentido de responsabilidade e autonomia. No entanto, estas tarefas apenas eram preparadas para um, eventualmente dois alunos, logo quando haviam mais alunos a não realizarem a componente prática, tínhamos que colocar vários alunos a realizar as mesmas tarefas e/ou a realizar uma reflexão sobre a aula.

Quanto aos trabalhos não presenciais, houve algumas tentativas de envolver os alunos neste tipo de trabalho, no entanto, solicitávamos trabalhos que não exigissem dispêndio de demasiado tempo, porque tínhamos verificado na caracterização da turma

que os alunos tinham várias atividades que realizavam fora do horário escolar, assim como tinham um horário relativamente preenchido com as aulas, ficando pouco tempo para outras tarefas.

Consideramos que estes trabalhos foram essenciais para comprometer os alunos com as tarefas a realizar e a estarem familiarizados com os conteúdos abordados.

Relativamente às tarefas solicitadas, existem umas que são mais adequadas do que outras, em função das características dos alunos, da forma como transmitimos a informação e a matéria que estamos a lecionar.

De modo geral, consideramos que as reflexões sobre as aulas é uma das tarefas que são menos proveitosas para a maioria dos alunos, embora tenham um bom sentido crítico, por vezes ficam pelo relato do que foi realizado. Uma das estratégias que podíamos adotar era que estivessem junto ao professor sempre que houvesse uma nova informação. Quanto aos trabalhos de pesquisa, são tarefas que os alunos conseguem reter mais informação, no entanto, ficam privados do que se está a realizar em contexto de aula. De salientar, que a escolha das tarefas a realizar procurava ir ao encontro do tipo de Homem que queríamos formar.

De acordo com Gomes, Freitas, Nóbrega e Alves (2014, p. 102), o processo de ensino-aprendizagem tem como finalidade conceber seres humanos íntegros, logo o processo avaliativo deve promover a expressão do aluno, *“para que ele possa (re) transformar o meio que vive e construir seu destino”*. Atendendo aos factos, o professor deve favorecer a autonomia e a reflexão do aluno, desenvolvendo o pensamento e o sentido crítico, de modo que não seja um mero colaborador na construção da sociedade na qual faz parte.

4.1.5.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é a avaliação realizada no final de um ciclo de aprendizagem, tendo como objetivo averiguar a aquisição de conhecimentos, das competências, das capacidades e das atitudes dos alunos em função dos objetivos definidos pelo professor (Rosado, 2002; Simões *et al.*, 2014; Pereira, 2012).

Segundo Quina (2009, p. 30), esta avaliação refere-se a um período ou a uma unidade de ensino, onde o *“professor confronta os alunos com os objectivos por ele*

definidos para o período de tempo em causa, nas condições e com a qualidade também por ele definidas”. Posto isto, as últimas aulas de cada ciclo de aprendizagem devem destinar-se para o professor: avaliar o nível de consecução dos objetivos estabelecidos e para os alunos: reverem, aperfeiçoarem e consolidarem as aprendizagens já efetuadas.

De acordo com Quina (2009), os instrumentos de avaliação mais úteis durante esta fase da avaliação são:

- Os testes, para a avaliação das capacidades físicas;
- As escalas de classificação e os registos de ocorrência, para a avaliação dos níveis de execução e aplicação dos princípios e das habilidades técnico-táticas.

O Decreto-Lei nº 139/2012 de 5 de julho refere que a avaliação sumativa se traduz *“na formulação de um juízo global sobre a aprendizagem realizada pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação”* (p. 3481).

A avaliação sumativa realizada teve por base os domínios definidos pelo GEF da escola, nomeadamente o domínio psicomotor, domínio cognitivo e o domínio sócio afetivo ([Tabela 4](#)).

No domínio psicomotor utilizamos as fichas de cada matéria utilizadas na avaliação inicial, atribuindo uma ponderação aos critérios observados e posteriormente efetuávamos a soma dos valores para definir a nota de cada matéria ([Apêndice F](#)). Uma das dificuldades com que nos deparamos foi em atribuir um valor quantitativo aos alunos, porque inicialmente utilizamos uma escala de três níveis qualitativa, mas para a avaliação sumativa tínhamos de atribuir uma nota para o domínio psicomotor das matérias, no caso das atitudes específicas (empenhamento e cooperação), efetuávamos registos de observação em cada aula, para termos um melhor controlo da prestação dos alunos.

No domínio sócio afetivo, efetuávamos o registo no próprio plano de aula, sendo que posteriormente atribuíamos uma ponderação a cada componente (comportamento, assiduidade e pontualidade). Para a quantificação destas componentes atribuíamos uma percentagem em função do número de aulas, sendo que no caso de comparência em todas as aulas, o aluno obtinha a pontuação máxima, bem como no caso de falta de comparência justificada, no caso de não justificação, havia uma penalização.

Relativamente ao domínio cognitivo efetuávamos questões aula por vezes individualmente e por vezes em grupo em função da situação/matéria abordada ao longo do ano letivo; trabalhos individuais e em grupo pontualmente e um teste escrito no 2º período.

A Aptidão Física é um bom indicador da capacidade física dos alunos, no entanto, a nossa intervenção foi no sentido de desenvolver a compreensão das situações a realizar e proporcionar a experimentação de diferentes atividades/matérias, procurando desenvolver o gosto pela prática da atividade física e não propriamente aumentar os seus níveis de performance.

Relativamente às componentes analisadas da Aptidão Física, verificamos que de modo geral os níveis mantiveram-se, no entanto, se analisarmos cada uma das situações constatamos algumas alterações.

Apesar de apresentarmos vários domínios (psicomotor, cognitivo e sócio afetivo) procurámos em cada componente avaliar o aluno como um todo e não como a soma das partes, os diferentes domínios servem para sermos mais objetivos nestas avaliações ([Apêndice G](#)), no entanto, por vezes torna-se difícil dissociá-las na realização das tarefas.

Lopes (2014) menciona não encontrar nenhum problema em avaliar com instrumentos e escalas com pouca precisão, desde que seja efetuada com objetividade e rigor, sendo este aspeto assumido e que a *“avaliação seja utilizada de forma adequada e não como simples instrumento de seriação”* (p. 111).

O sistema de avaliação adotado foi executado com o intuito de verificar se os alunos atingiam os objetivos definidos, valorizando o percurso e não apenas o resultado alcançado. O facto de todos os elementos de avaliação realizados até ao momento serem considerados em cada avaliação sumativa, permite que haja um maior rigor e objetividade na avaliação, mas fundamentalmente permite avaliar o processo E-A.

Consideramos que a avaliação é uma ferramenta indispensável para o processo pedagógico, se tivermos em conta que é através da avaliação contínua que vamos verificando constantemente se a intervenção pedagógica está ajustada, assim como as alterações ao nível da prestação dos alunos e se as respetivas adaptações/transformações estão a ocorrer.

4.1.6. Aulas a uma turma de 2º Ciclo

4.1.6.1. Enquadramento

A leção de aulas à uma turma do 5º ano (2º Ciclo) foi uma das tarefas que realizamos no âmbito do EP, com o intuito de proporcionar aos professores estagiários outro tipo de vivências ao nível da leção das aulas, direcionadas para um grupo alvo diferente ao qual habitualmente lecionam, logo com necessidades educativas diferentes e consequentemente uma abordagem diferente na leção das aulas.

No início do ano letivo foi realizada uma reunião com todos os professores estagiários para definir o modo de funcionamento desta atividade. Foi definido que cada estagiário observava duas aulas antes da leção das suas aulas, sendo que todos os professores estagiários partilhavam esta turma ao longo do ano letivo. Posteriormente foi realizado um cronograma com a distribuição das aulas com os respetivos observadores e lecionadores das aulas.

A turma atribuída foi do 5º ano da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, constituída por 23 alunos, 10 do género masculino e 13 do género feminino com idades compreendidas entre os 9 e os 12 anos e com diferentes níveis de proficiência.

De acordo com PNEF para o 2º Ciclo (Ministérios da Educação, s. d., p. 241) devemos procurar

“Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da resistência geral de longa duração; da força rápida; da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de frequência de movimentos e de deslocamentos; da flexibilidade; da força resistente (esforços localizados, e das destrezas geral e direcionada)”.

Holderbaum (2012) refere que o desenvolvimento das habilidades motoras pode ser bastante influenciado pelas condições ambientais, pelas características do indivíduo e pela tarefa. O mesmo autor refere ainda que o domínio das habilidades motoras fundamentais é essencial para o desenvolvimento motor das crianças.

Na mesma linha de pensamento Keulen, Benda, Ugrinowitsch, Velentini, e Krebs (2016) mencionam que a inexistência de oportunidades reflete-se num nível competência motora mais baixo e muitas vezes em atrasos que estão relacionados com fatores específicos que os determinam, mas também com fatores que podem influenciar indiretamente o processo de desenvolvimento, nomeadamente a atividade motora

desempenhada pela criança nos tempos livres e com apoio dos pais; as oportunidades oferecidas no quotidiano; e as situações realizadas nas aulas de Educação Física e/ou nas práticas desportivas que a criança participa.

A escolha das matérias a lecionar e a realização do planeamento anual foram da responsabilidade do professor Tutor da turma, sendo que nas nossas aulas abordamos Jogos Pré-desportivos e as matérias de Futebol, Voleibol e de Badmínton, mas atendendo aos factos referidos anteriormente procurámos utilizar as matérias como um meio para desenvolver as habilidades motoras que são essenciais para o desenvolvimento das crianças com estas idades.

Lopes (2014, p. 108) refere *“que o que está em causa não é “dar matérias”, mas sim utilizá-las para desenvolver as capacidades e potencialidades do aluno. Isto é que é Educação (diferente de instrução e de ensino)”*.

4.1.6.2. Objetivos

- Conhecer a realidade de outra escola (recursos materiais, espaciais e humanos);
- Experienciar a lecionação de aulas de Educação Física a uma turma de 2º Ciclo (5º ano);
- Desenvolver a capacidade de adaptação a uma turma heterogénea e ajustar as situações em função das necessidades dos alunos.

4.1.6.3. Realização

As aulas de Educação Física da turma de 5º ano eram constituídas por 2 blocos por semana, sendo a terça-feira de 90 minutos das 11:30 às 13:00 e na quinta-feira um bloco de 45 minutos das 10:30 às 11:15.

As nossas primeiras aulas de observação foram realizadas nos dias 10 e 12 de novembro no espaço exterior, onde foram realizadas algumas situações de coordenação geral e Jogos Pré-desportivos. A observação destas aulas serviu para identificar o nível geral da turma, mas também para identificar algumas dinâmicas da turma, sendo que verificamos que haviam alguns alunos que se destacavam dos restantes quer seja ao nível da proficiência, mas também ao nível dos comportamentos de desvio, enquanto estavam em espera.

As duas aulas seguintes foram lecionadas por nós. As matérias lecionadas nesta fase foram relacionadas com o Futebol e os Jogos Pré-desportivos, sendo que demos

continuidade ao trabalho efetuado, procurando reduzir as transições e aumentar o tempo de empenhamento motor dos alunos.

Na segunda ronda, observamos as aulas dos dias 16 e 18 de fevereiro, onde foram lecionados Jogos Pré-desportivos e situações relacionadas com o Voleibol, ambos no espaço interior. Nestas aulas constatamos que era necessária uma boa ponderação ao nível do material, tendo em conta que haviam outros professores que estavam a lecionar a mesma matéria (Badminton).

Nas aulas por nós lecionadas, abordamos situações para trabalhar a coordenação, a condição física e aspetos técnicos do Voleibol, na primeira aula no espaço exterior, na aula seguinte foram realizadas situações relacionadas com a coordenação óculo-manual e óculo-pedal utilizando a matéria de Badminton no espaço interior (pavilhão).

4.1.6.4. Balanço

A leção destas aulas colocou-nos desafios diferente aos quais estávamos habituados, não só pela quantidade e características dos alunos, mas também pelo facto de lecionarmos numa outra escola, com recursos espaciais e duração de aulas diferentes.

As aulas foram montadas no sentido de proporcionar bastante tempo de empenhamento motor na tarefa, realizando exercícios motivantes, colocando o maior número de alunos simultaneamente em atividade e ajustados aos alunos. Uma das situações com que nos deparamos foi com a necessidade de realizar mais pausas do que estava previsto para os alunos se hidratarem, não só pela sua dedicação na tarefa, mas também pelo calor que se fazia sentir na hora de aula e pelo facto de estarmos a realizar a aula no espaço exterior.

Algumas das situações que realizamos não estavam ajustadas para alguns alunos, particularmente na primeira aula, sendo estas um pouco complexas, tendo em conta o seu nível de coordenação geral e de controlo do objeto de jogo. Nas aulas seguintes, procurámos realizar situações com maior incidência na coordenação e manipulação dos objetos de jogo, assim como na realização de situações lúdicas e competitivas para elevar as capacidades condicionais, particularmente a resistência.

Ao nível da organização das aulas, procurámos utilizar as marcas existentes no espaço e as mesmas equipas ao longo da aula, mantendo a dinâmica dos exercícios apenas

alterávamos algumas variáveis. O facto de ter utilizado as linhas existentes no campo também facilitou a orientação dos alunos, em vez de colocar cones que levaria a perder mais tempo. Uma das estratégias para rentabilizar o tempo de aula foi de aproveitar as pausas, quando os alunos iam se hidratar para a montagem de material para as situações seguintes, outro dos factos a destacar foi a utilização de outros espaços que estavam disponíveis, embora levante outros problemas de controlo, contudo proporciona mais tempo de empenhamento motor, logo menos tempo para comportamentos de desvio, tendo em conta que estes ocorrem quando os alunos não estão envolvidos nas tarefas.

Na primeira aula que observamos apercebemos que existiam alguns alunos que gostavam de realizar situações diferentes do que era solicitado, particularmente quando estavam algum tempo em espera, o que era suficiente para haver comportamentos de desvio e para aproveitavam para se esconder e não realizarem as tarefas propostas. Posto isto, tentamos colocar estes elementos como responsáveis pelas equipas, separando-os e por vezes atribuindo algumas tarefas para que estivessem sempre em atividade, contribuindo desta forma para a redução dos comportamentos de desvio e consequentemente para os efeitos que poderiam advir dos comportamentos de desvio.

Uma das estratégias utilizadas para redução dos tempos de transição foi o estabelecimento de algumas normas, nomeadamente após o sinal do professor, os alunos tinham de estar todos junto a este para receber novas indicações, caso não acontecesse era iniciada uma contagem decrescente, iniciando no 10 e os alunos tinham de chegar antes da contagem acabar.

Naturalmente que este tipo de estratégias funciona muito bem nos alunos com estas idades (9-12 anos), que estão bastante disponíveis para a prática e para novas tarefas, o mesmo não se verifica com alunos com mais idade, tendo em conta que não tem tanta predisposição para as tarefas e por vezes têm outros interesses.

Ao nível dos recursos materiais foi necessário haver alguma ponderação relativamente à quantidade, particularmente quando haviam outros professores a lecionar a mesma matéria, o que nos levou a equacionar se compensava realizar aulas politemáticas com a duração de 45 minutos, atendendo que os alguns recursos eram um pouco limitados, mas tínhamos a possibilidade de utilizar materiais adaptados e/ou alternativos, o que por vezes contribui para que se realize situações mais adaptadas às necessidades dos alunos e que normalmente até funcionam bem, proporcionando um bom

clima na aula. Como por exemplo: a utilização de “bolas de papel” para realizar coordenação óculo-manual e óculo-pedal no Badminton, possibilitando um melhor controlo do objeto e com tempos semelhantes ao do volante.

Em suma, esta atividade foi bastante enriquecedora, tendo em conta que tivemos de equacionar um conjunto de variáveis e nos adaptar a outras realidades com as quais não nos deparamos com a nossa turma (11º ano), mas também para conhecer a realidade de outra escola, outros espaços de aula e outra Comunidade Educativa.

Esta turma colocou-nos desafios que em condições normais não acontecem em turmas do Ensino Secundário, nomeadamente ao nível da organização e das estratégias para manter os alunos em atividade. De destacar que esta turma está muito mais disponível para as tarefas a realizar e para a experimentação de novas situações. No caso das turmas do Ensino Secundário, existe uma maior resistência para a introdução de novas matérias e/ou atividades, o que dificulta a elevação das capacidades condicionais. Nesta turma foi impressionante a evolução dos alunos tanto ao nível das capacidades condicionais como nas capacidades coordenativas, no entanto, é necessário ter em consideração que estes resultados poderão estar relacionados com o trabalho realizado, mas também com o facto de os alunos se encontrarem numa idade onde o crescimento é mais acentuado e os seus resultados naturalmente alteram-se.

Arruda (2008, citado por UNESCO, 2013) menciona que os aspetos relacionados com o crescimento, o desenvolvimento, a maturação, a(s) experiência(s) e as aprendizagens estão intimamente relacionados entre si, sendo que a análise destes aspetos em separado deverá ser realizada apenas para fins didáticos, referindo que é impossível a determinação do contributo destes aspetos em separado.

O mesmo autor refere que a prática da atividade física realizada de forma desajustada, particularmente nos aspetos de duração, intensidade e tipo de atividade, pode tornar-se tão prejudicial quanto a inatividade física, logo *“a prática de atividade física na infância e na adolescência é um fator necessário, aconselhável e positivo para o crescimento, para o desenvolvimento e para a aptidão física, desde que orientado e administrado de forma adequada por profissionais de educação física habilitados”* (Arruda 2008, citado por UNESCO, 2013, p. 38).

4.2. Assistência às aulas

4.2.1. Enquadramento

Segundo Martins (2011), a observação tem sido uma estratégia privilegiada na formação de professores, particularmente nos professores de Educação Física, tendo em conta que atribui um papel indispensável no processo de modificação dos comportamentos e das atitudes do professor em formação, mesmo nos sistemas mais tradicionais.

A observação não se resume ao simples ato de olhar, é um processo que requer a atenção voluntária e deliberada, sendo igualmente considerada como um ato inteligente, no sentido em que o observador seleciona parte da informação que considera pertinente, de toda a informação possível. Trata-se de um processo em que a primeira função é registar a informação *“do objecto (ou sujeito) em questão e em função de um objectivo planeado e organizado”* (Blanco & Anguera, 2001, citados por Prudente, 2006, p. 9).

De acordo com Anguera (2001, citada por Prudente, 2006, p. 10; Prudente, Garganta & Anguera, 2004, p. 54), a observação como método é um processo em que interferem as componentes da perceção, a interpretação e o conhecimento prévio, que poderá ser traduzida por uma equação funcional: $O = P + I + Cp - S$, em que (O= Observação, P= Perceção, I= Interpretação, Cp= Conhecimento prévio, S= Desvios), e onde a falta de equilíbrio entre P, I e Cp gera desvios de carácter estrutural.

A observação das aulas do colega estagiário visava melhorar a nossa capacidade de identificar problemas e consequentemente ajudar o colega a solucionar os mesmos, permitindo vivenciar diferentes realidades, tendo em conta que as turmas envolvidas possuíam características diferentes, logo uma intervenção pedagógica diferente, possibilitando desta forma uma partilha de estratégias para melhorar o seu desempenho e ajustar a sua intervenção.

Mendes, Clemente, Rocha e Damásio (2012), referem que a observação deverá ser realizada para se compreender o que ocorre no espaço de intervenção pedagógica, nomeadamente sobre os conteúdos, as estratégias, as tarefas, as atividades, o clima de aula, a disciplina e a organização da turma. Permitindo uma recolha de informação relevante no processo de avaliação e/ou classificação em função do momento em que é realizada.

4.2.2. Objetivos

- Desenvolver competências de análise e reflexão enquanto observador;
- Promover a cooperação entre os estagiários;
- Construir e/ou adaptar instrumentos de observação;
- Modificar ou ajustar a conduta do professor em função dos problemas encontrados.

4.2.3. Operacionalização

Na escolha das turmas procurámos que as aulas fossem consecutivas e/ou nos mesmos dias, de modo a rentabilizar o capital tempo, no entanto, só foi possível num dos dias, dificultando a que assistíssemos à totalidade das aulas.

As linhas programáticas definem que temos de realizar pelo menos 20 observações, no entanto, presenciamos a quase totalidade das aulas realizadas, inclusivamente com uma participação ativa nas aulas, prestando apoio em algumas situações/estações em vários momentos ao longo do ano letivo.

Numa primeira fase observávamos as aulas apenas através do “Olhómetro” (*Eyeballling*), procurando identificar alguns problemas e/ou limitações do colega estagiário, sendo que após a aula reuníamos com o orientador cooperante para debatermos o que se tinha passado na aula e definirmos possíveis estratégias para resolver essas mesmas situações, após a reunião efetuávamos uma reflexão sobre a aula, que tinha por base o que tinha sido referido na reunião.

Numa segunda fase, criámos uma ficha simples, onde colocávamos os propósitos do observador e do observado, procurando solucionar os problemas detetados na fase anterior, efetuando comentários e/ou registos sobre os aspetos a considerar. Nesta ficha utilizamos diferentes técnicas de observação, nomeadamente o registo anedótico, o registo de ocorrências e a amostragem temporal em função do que pretendíamos observar, escolhíamos a técnica mais ajustada (Lopes & Fernando, 2013). Ainda nesta fase, tentamos observar alguns aspetos mais específicos de alguns alunos, como por exemplo o número de execuções e identificar quais os comportamentos que o colega estagiário pretendia solicitar aos alunos, debatendo posteriormente na reunião após a aula.

Na terceira fase, sentimos a necessidade de ter um conjunto de variáveis que nos permitisse fazer uma análise global da aula, considerando alguns indicadores para facilitar

a observação. Posto isto, adotamos um instrumento que foi utilizado por colegas estagiários de anos anteriores (Andrade, 2013; Fernandes, 2014; Bárbara, 2015), sendo que efetuamos pequenas alterações no cabeçalho, nomeadamente recuperando alguns elementos que consideramos essenciais como a instalação onde se realiza a aula, a etapa de aprendizagem, a hora da aula e introduzindo o número de alunos, que nos parece ser um aspeto essencial e que determina toda a dinâmica da aula.

Relativamente ao instrumento propriamente dito, mantivemos as categorias e os respetivos critérios definidos.

Gestão da aula			Controlo da turma		Comportamentos solicitados
• Aula inicia-se sem atrasos;			• Colocação do professor permite ver toda a turma ou parte dela;		• Intencionalidade da tarefa proposta;
• Apresentação breve e concisa das tarefas;			• Controlo de comportamentos desviantes intervindo de forma eficaz;		• Alcance do objetivo do exercício;
• Tarefas de aprendizagem encadeiam-se sem atrasos;			• Bom clima de aula, com reforços positivos favorecendo a aprendizagem dos alunos.		• Constrangimentos verificados.
• Gestão das interrupções menores.					

Figura 1 – Categorias de Observação (Adaptado de Bárbara, 2015)

Com a realização das observações constatamos que alguns aspetos eram muito generalistas e acabavam por se repetir em várias aulas, tendo em conta que o observado já tinha resolvido os respetivos critérios, o que nos levou a realizar uma escala de verificação, apenas assinalando se o professor cumpria e quando necessário, efetuávamos uma anotação ([Apêndice N](#)).

Nas observações realizadas por vezes não respeitávamos as categorias, inserindo conteúdos que poderiam estar noutra secção, no entanto, consideramos que era mais importante realçar o que considerávamos mais pertinente para posteriormente transmitir ao colega e não propriamente se estava na secção exata. As categorias serviam apenas como guia, posteriormente em função do desenvolvimento da aula registávamos e adaptávamos o registo ao que pretendíamos observar.

De salientar, que no decorrer das aulas enquanto estávamos a observar, por vezes o orientador cooperante colocava-nos questões sobre como resolveríamos aquela situação

e/ou como potenciá-la, o que posteriormente era debatido na reunião após a aula juntamente com o colega estagiário.

4.2.4. Balanço

A assistência às aulas do colega de estágio foi uma das tarefas que contribuiu para a nossa evolução como observadores, mas acima de tudo para nos apercebermos de algumas situações que ocorrem em contexto de aula, e que por vezes não nos apercebemos, quando somos nós a lecionar as aulas, porque estamos focados noutros aspetos.

Embora as turmas tenham características bastante díspares, a observação da quase totalidade das aulas, possibilitou uma cooperação no processo de reflexão das aulas, mas também para que reajustássemos as estratégias de intervenção, tendo em consideração as dificuldades com que nos deparamos nas nossas aulas.

Relativamente à 1ª fase do processo, onde realizávamos a observação através do “Olhómetro” sentimos algumas dificuldades, particularmente porque não sabíamos o que observar especificamente e olhávamos para tudo, salientando os aspetos mais notórios na aula, como a gestão do tempo das situações, o tempo de empenhamento motor, a organização e o encadeamento das situações.

O processo de observação foi efetuado no sentido de tentar rentabilizar o processo de reflexão sobre o que tínhamos detetado inicialmente, particularmente nas reuniões após as aulas. O professor que realizava a aula fazia a sua observação e posteriormente eram debatidas com o outro colega estagiário e o orientador cooperante, sendo realizada uma reflexão à posteriori pelo professor que lecionava a aula. Este processo era bastante enriquecedor, visto que a reflexão era realizada tendo em conta as observações de três elementos, mas acima de tudo para ajustar a intervenção do professor com intuito de melhorar a intervenção pedagógica.

O facto de termos ajustado as técnicas de observação (registo anedótico, registo de ocorrências, lista de verificação) em função do que pretendíamos registar (Lopes & Fernando, 2013), permitiu recolher informações pertinentes que não seriam detetadas se realizássemos apenas com uma técnica, assim como o facto de termos utilizamos uma ficha que já tinha sido utilizada em anos anteriores por colegas estagiários, possibilitou rentabilizar o capital tempo, utilizando o que já existia e ajustando às nossas necessidades.

Das observações realizadas ao longo do ano letivo destacamos os seguintes aspetos:

- Verificou-se uma melhoria na seleção da informação a transmitir, embora dispense bastante tempo para a apresentação dos conteúdos na parte inicial das aulas;
- Ao nível do posicionamento durante a aula, o professor procurava colocar-se de modo a visualizar toda a turma, no entanto, nos momentos de instrução deixava alguns alunos nas suas costas, embora estivessem todos atentos à informação transmitida;
- Procurava integrar os alunos que não realizavam a componente prática com trabalhos de registo, o que contribuía para que os alunos estivessem atentos à aula;
- Capacidade de cativar os alunos para a realização da componente prática. Apesar de 3 alunos terem perdido por faltas, conseguiu motivar alguns alunos que não realizavam as aulas práticas nos anos anteriores;
- Capacidade de adaptar as situações previstas em função dos constrangimentos verificados;
- Boa relação com a turma, o que permitiu reduzir os comportamentos de desvio;
- Rentabilizar todos os recursos humanos disponíveis, solicitando a colaboração do colega estagiário e/ou orientador cooperante.

Em suma, a participação no processo de assistência às aulas sensibilizou-nos para a necessidade de rever/retificar, após cada aula, os acontecimentos mais marcantes, o que permite um ajuste constante das situações e dos cuidados a ter em consideração, promovendo uma ação refletida das nossas intervenções, identificando as principais dificuldades e definindo estratégias mais adequadas para as ultrapassar e/ou minimizar.

A participação neste processo foi bastante enriquecedora, no entanto, consideramos que deveríamos ter observado formalmente algumas aulas de professores mais experientes, apesar de o termos feito informalmente e pontualmente por períodos reduzidos de tempo, reconhecemos que seria uma mais-valia, particularmente nas matérias mais específicas (ginástica de aparelhos) e na observação de outro tipo de metodologias. De referir que é importante a observação da totalidade da aula, porque

existem acontecimentos que podem influenciar toda a dinâmica da aula e a escolha de algumas opções.

4.3. Balanço da Prática Letiva

A Prática Letiva (PL) é a componente mais longa do EP, tendo em conta que é realizada ao longo de todo o ano letivo, logo a que engloba mais componentes a considerar e a que é necessário investir mais, não só pelas tarefas que temos de realizar, mas também pela constante necessidade de realizar pesquisas sobre as matérias a lecionar, como avaliar, entre outros.

O professor deve ter um papel dinamizador e catalisador de um processo de amadurecimento (Almada *et al.*, 2008), que seja tão personalizado quanto possível e não ser ele a principal fonte de conhecimento. Atendendo à transitoriedade e a validade do conhecimento disponível, é necessário utilizar o conhecimento como uma ferramenta de modo a estarmos atualizados e sermos competitivos num mundo em constante mudança (Lopes, Vicente, Simões, Barros & Fernando, 2013; Lopes, Fernando & Prudente, 2010).

Freire (2003), crítica os professores que seguem esta profissão porque não tinham outra, no entanto, ser professor exige responsabilidade, preparação científica e gosto pelo ensino, com seriedade e luta contra as injustiças, de forma que os alunos se tornem elementos importantes no mundo e possam mais tarde valorizar as aprendizagens que tiveram.

Quanto à PL, numa primeira fase tivemos de nos adaptar a esta nossa realidade, de ser os responsáveis por uma turma e nos adaptar a uma grande diversidade de novas situações. A caracterização da escola foi um ponto essencial nesta fase de adaptação, no sentido em que possibilitou conhecer melhor a realidade com que nos íamos deparar e ficar conhecedores de alguns procedimentos a ter em consideração.

A turma pela qual ficámos responsáveis tinha bastante heterogeneidade ao nível do gosto pelas atividades, assim como no empenhamento para a realização das tarefas. Os alunos estavam muito focados nas notas que pretendiam alcançar nas outras disciplinas e desvalorizavam um pouco a EF, referindo que esta “não contava para a média”.

Quanto às aulas, numa primeira fase sentimos algumas dificuldades para gerir as situações de aula, particularmente pelas matérias que estávamos a lecionar, acrescido do

facto de termos de realizar as avaliações iniciais, o que implicou bastante pesquisa, para solucionar esta situação.

Ao longo de todo o ano letivo dedicamos bastante tempo para a fase de planeamento das aulas, especialmente na pesquisa de informação, criação de situações e escolha das tarefas a realizar, tendo em conta que os alunos nos colocavam bastantes desafios e sentíamos esta necessidade e responsabilidade. Procurámos dar sempre uma resposta adequada às situações, definindo objetivos tendo em consideração as recomendações do PNEF, o que o GEF definiu e as necessidades dos alunos.

Numa primeira fase adotamos estilos de ensino de tarefa e por vezes de comando, mas com o evoluir das aprendizagens e em função das matérias, utilizamos outros estilos de ensino (recíproco, inclusivo, divergente e descoberta guiada) e concedemos maior liberdade/autonomia aos alunos nas aulas e/ou nas tarefas a realizar.

Rosado (1998) refere que um dos objetivos fundamentais da Educação Física, que é também partilhado com outras disciplinas curriculares, é o de facilitar o desenvolvimento sócio afetivo, o desenvolvimento pessoal e social.

As aulas de EF permitiram melhorar a relação entre alguns alunos que se relacionavam pouco, assim como procurámos promover a integração de um aluno que inicialmente detetamos que era bastante menosprezado pela turma, não conseguimos resolver a situação, mas houve progressos nesse sentido, um dos factos que dificultou esta ação foi o aluno em questão não colaborar neste sentido, acrescido ao facto de gostar de se isolar.

Os alunos estiveram sempre no centro do processo de E-A, prova disso foi que muitas vezes criávamos situações que eram para nós mais difíceis de controlar, no entanto, mais enriquecedoras para os alunos, nomeadamente a criação de várias estações, diferentes tarefas em simultâneo, entre outras. Procurámos sempre integrar todos os alunos nas tarefas e desenvolver competências nos domínios psicomotor, cognitivo e sócio afetivo, independentemente das matérias, porque estas são apenas um meio de transformação dos alunos.

No terceiro período houve a realização e participação em várias atividades que condicionaram as aulas de EF. Apesar de estarem previstas, os alunos acabaram por ter poucas aulas nesta fase, sendo que alguns alunos optaram por se focar mais noutras

disciplinas, havendo um aumento do número de alunos que não realizavam a aula prática em algumas aulas, mas com a realização da avaliação sumativa, os alunos voltaram-se a comprometer com a disciplina, apesar de considerarem que “não conta para a média”.

De salientar, a grande diversidade de matérias que os alunos tiveram a oportunidade de realizar/experienciar em contexto de aulas (Ginástica de aparelhos, Ténis de Mesa, Atletismo, Voleibol, Râguebi, Dança, Orientação, Basquetebol, Andebol, Futebol, Desportos de Combate e Badminton) e nas atividades complementares (Escalada, Rapel, Squash, Ténis de Campo, Padel, Madeirabol, Capoeira e Judo). A realização destas atividades só por si, já é um aspeto bastante positivo, atendendo que alguns alunos ao longo do seu percurso escolar (12 anos) não têm a oportunidade de experienciar estas matérias, acrescido ao facto de serem realizadas com uma intencionalidade, ou seja, procurando solicitar comportamentos de diferentes grupos taxonómicos apresentados por Almada *et al.* (2008) e por Batalha e Xarez (1999) no caso da Dança, no sentido de promover um desenvolvimento holístico dos alunos.

Em algumas das atividades complementares os alunos tiveram um papel ativo na escolha e operacionalização das tarefas a realizar, desenvolvendo competências ao nível da organização, mas acima de tudo desenvolvendo o gosto pela prática e ficando mais sensibilizados para a realização de Atividade Física. Um dos indicadores para constatar este facto foram as apreciações críticas que os alunos fizeram na AEC, onde alertaram para a necessidade de iniciar a preparação da atividade com maior antecedência. Relativamente ao desenvolver o gosto pela prática baseamo-nos no facto de os alunos referirem que tiveram pouco tempo em cada estação e pelo facto de quererem repetir algumas atividades.

De destacar, a excelente relação que se estabeleceu com o GEF, possibilitando a disponibilização de material, a troca e/ou partilha de espaços, assim como o convite para levarmos as nossas turmas a participar nas atividades e colaborarmos nas mesmas.

Relativamente às aulas do 2º Ciclo, estas representaram um desafio diferente ao qual habitualmente somos expostos com as turmas do Ensino Secundário, atendendo que é necessário ter em consideração outros aspetos como estratégias de organização e de rentabilização do tempo disponível ajustados a estas idades, de modo a manter os alunos constantemente em atividade. Um dos aspetos mais notórios é o facto de esta turma estar muito mais disponível para as tarefas a realizar e para a experimentação de novas

situações, sendo que o grande desafio é estar constantemente a arranjar situações diferentes em função dos objetivos que pretendemos alcançar.

No que se refere à assistência às aulas, constitui-se como uma mais-valia, pois permitiu aos participantes no processo, uma maior familiarização com estes procedimentos, mas acima de tudo sensibilizou-nos para a necessidade de rever/retificar os acontecimentos mais marcantes, após cada aula, promovendo desta forma, uma ação refletida das nossas intervenções, com o intuito de identificar as principais dificuldades e definir estratégias mais adequadas para as ultrapassar e/ou minimizar.

5. ATIVIDADE DE INTERVENÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR

5.1. Enquadramento

A atividade de intervenção na comunidade escolar (AICE) destina-se como o próprio nome indica a toda a Comunidade Escolar, nomeadamente alunos, funcionários, professores e encarregados de educação, assumindo um carácter de complemento curricular.

Mas para poder atuar seja em qualquer circunstância é necessário conhecer e/ou ter dados para poder atuar de forma mais ajustada. Para tal, efetuamos algumas pesquisas sobre as atividades desenvolvidas nos anos anteriores, assim como as atividades previstas até o final do ano letivo, de modo a não haver repetição de atividades. Esses indicadores acrescidos de outros não menos importantes como as necessidades e expectativas da Comunidade Educativa, as motivações dos alunos, a disponibilidade do GEF e a dinâmica da própria escola, permitiram perceber melhor o fenómeno.

Realizamos pesquisas dos últimos 4 anos de estágios realizados na respetiva escola (Jasmins, 2012; Fernandes, 2014; Caires, 2014; Bárbara, 2015) para averiguar as atividades desenvolvidas pelos anteriores núcleos de estágio em EF. Os principais objetivos da pesquisa eram identificar o tipo de atividade desenvolvidas, os objetivos gerais das mesmas, as principais dificuldades e/ou limitações e as mais-valias apresentadas.

Da pesquisa realizada encontramos duas grandes atividades, “O Franquinho” e a medição de indicadores de saúde.

“O Franquinho”

“O Franquinho” consistia numa atividade constituída pelo conjunto de jogos de carácter lúdico, recreativo e desportivo, solicitando diferentes domínios, nomeadamente ao nível cognitivo, artístico e psicomotor, sendo realizados em diferentes locais da escola num só dia. As equipas eram constituídas por 5 elementos que deviam passar por todas as atividades, acumulando o máximo de pontos para vencer.

A principal finalidade era de *“aproximar os vários agentes educativos da comunidade escolar - alunos, professores, encarregados de educação, funcionários e membros do conselho diretivo”* (Jasmins, 2012, p. 36). São apresentados como principais

objetivos o desenvolver as competências pessoais e sociais, promover a interação, promover a interdisciplinaridade e mobilizar a Comunidade Escolar.

Esta atividade iniciou-se há já alguns anos no âmbito de uma atividade de um núcleo de estágio em EF, tendo inicialmente algum sucesso, tendo em conta o número de participantes envolvidos, contribuindo para a inclusão do “Franquinho” no plano anual de atividades da escola durante alguns anos, segundo as informações recolhidas nas revistas da própria escola. No entanto, nos últimos dois anos, nenhum dos núcleos de estágio, nem o Grupo de EF optou por desenvolver a atividade. Um dos motivos para a não realização desta atividade está relacionada com o facto de ter de haver uma redução de atividades, outro dos factos está relacionado com a pouca adesão verificada na última edição, inicialmente haviam poucas equipas inscritas para a atividade, sendo que optaram por adiar a atividade, coincidindo com a época de vários testes, o que contribuiu para que alguns alunos que estavam inscritos não aparecessem.

Pontos fortes: o número e a diversidade dos participantes, a transdisciplinaridade, as parcerias, o carácter “festivo”, a envolvência do grupo e dos alunos na organização do evento.

Aspetos a ter em consideração: O sistema de pontuação, a comunicação/divulgação do evento, a logística (ao nível dos recursos materiais, espaciais e humanos).

Medições de indicadores de Saúde (IMC, percentagem de massa gorda, pressão arterial, glicémia)

Nos últimos dois anos, a medição de indicadores de saúde tem sido a atividade que os núcleos de estágio da ESFF têm desenvolvido. A atividade tem sido realizada em dois dias, envolvendo um número considerável e diversificado de participantes (alunos, encarregados de educação, professores e funcionários).

Os objetivos apresentados para esta atividade foram de medir e facultar dados sobre os indicadores relacionados com a Atividade Física aos participantes, assim como familiarizar os alunos com conceitos e técnicas de recolha e registo (Bárbara, 2015, p. 86).

Pontos fortes: Concentração da atividade num espaço único, o número e a diversidade dos participantes, o carácter pedagógico/informativo, as parcerias, a continuidade do projeto.

Aspetos a ter em consideração: Utilidade a médio prazo dos dados recolhidos, as recomendações transmitidas aos participantes, a participação efetiva dos alunos (cartazes, divulgação).

5.2. A nossa proposta: “Atividade Física e Saúde 2016”

A atividade proposta consiste em conciliar as duas iniciativas apresentadas potencializando-as, dando ênfase aos aspetos positivos apresentados e procurar minimizar os aspetos menos positivos. Consideramos que os objetivos de ambas as atividades são complementares e possuem um forte potencial para a dinamização de um evento mais atrativo, consistente e equilibrado.

O evento é composto por dois polos atrativos:

- A medição dos indicadores de saúde (direcionada para os funcionários, docentes e encarregados de educação, realizada no hall de entrada da ESFF);
- “O Franquinho 2.0” (realizada simultaneamente no pátio central da escola para os alunos, com a realização de jogos com competição individual indireta).

A nossa proposta para o “Franquinho 2.0” vai no sentido de facilitar a participação dos alunos, o apuramento da pontuação, rentabilizar os espaços e os materiais disponíveis com situações que possam ser efetuadas num curto espaço de tempo, de modo a proporcionar que um grande número de elementos passe pela experiência e que seja um evento que possa ser “facilmente” replicado nos próximos anos letivos. Para isso algumas diretivas:

- Concentração de todos os jogos num espaço único;
- Não ser necessário a presença da equipa para participar (participação desfasada e indireta);
- Não ser necessário faltar às aulas para poder participar;
- Participação gratuita e sem inscrição prévia;
- Participação dos alunos das turmas do núcleo nas diversas tarefas da organização (pré-impacto, impacto e pós impacto);
- Dar um carácter duradouro ao projeto (permitir a monitorização, unicamente dos funcionários da escola) e facilitar a replicação do evento.

5.3. Objetivos

Objetivo Geral

- Afirmar-se perante a Comunidade Educativa (alunos, professores, encarregados de educação, funcionários, membros do Conselho Executivo), realizando atividades dos seus interesses e necessidades.

Objetivos específicos:

- Desenvolver competências transversais nos alunos colaboradores (trabalho em equipa, organização, responsabilidade, liderança);
- Desenvolver competências nos participantes ao nível cognitivo e/ou destreza geral na realização dos desafios;
- Disponibilizar dados pessoais (indicadores medidos) e sensibilizar os participantes para a importância de ter um estilo de vida saudável (alimentação, atividade física, sedentarismo);
- Desenvolver uma atividade prazerosa, interativa;
- Disponibilizar ao GEF (escola) um evento pré-formatado que seja possível replicar anualmente, contribuindo para a promoção e caracterização positiva da própria escola.

5.4. Métodos e procedimentos

Esta atividade começou a ser delineada no início do 2º período, inicialmente noutro formato, previa-se que as equipas fossem constituídas por vários elementos e se conseguissem mobilizar outros elementos da comunidade (docentes, funcionários e/ou encarregados de educação) angariavam assim pontos extra. No entanto, após termos inquirido algumas pessoas, verificamos que o facto de haver inscrição podia ser um entrave à participação. Posteriormente optámos por realizar situações de curta duração e que pudessem ser realizadas individualmente.

No início de fevereiro mobilizamos as nossas turmas para criarem alguns jogos, dividimos a turma, sendo que metade da turma ficava a realizar a componente prática com o professor estagiário responsável pela turma e a outra metade deslocava-se para a biblioteca para pesquisar/desenvolver jogos que pudessem ser realizados individualmente com o outro professor estagiário. Posteriormente agrupamos todos os jogos e escolhemos

os que eram exequíveis de serem aplicados e adaptamos as pontuações de modo a existir uma coerência com os restantes jogos.

Para a aplicação destas situações recorremos a algumas parcerias para disponibilizarem o material necessário, nomeadamente o Clube Escola da Francisco Franco, Associações Desportiva do Campanário e o Clube de Futebol Carvalheiro.

Relativamente à atividade de medição de indicadores de saúde, estabelecemos contactos com algumas entidades no sentido de serem nossos parceiros na atividade, nomeadamente a clínica Fisiomadeira, o Madeira Medical Center (MMC) e o Ginásio Platinum. A Clínica Fisiomadeira foi a primeira a demonstrar interesse em colaborar connosco. Posteriormente agendamos uma reunião no dia 26 de abril para acertar os pormenores sobre o que pretendíamos realizar, sendo que ficou definido que nos apoiariam na medição de vários indicadores de saúde (IMC, Bioimpedância, Avaliação Postural, Osteopatia, Eletrocardiograma (ECG), Pressão Arterial) e facultariam as tiras de glicémia. Contactamos o MMC para nos fornecer tiras reativas de medição de colesterol, sendo-nos facultado 150 fitas e uma máquina de medição.

As atividades foram agendadas para os dias 18 e 19 de maio, tendo em conta que nesses dias as instalações (pavilhão e o campo relvado sintético) estariam indisponíveis para as aulas de EF, devido à cedência para as atividades do Desporto Escolar, logo agendamos para esta data com o intuito de aproveitar os alunos que tinham EF e não teriam espaço para a realização da aula, mobilizando-os para o espaço onde iria decorrer a atividade.

Relativamente à estratégia de divulgação da atividade, foram utilizados cartazes de divulgação ([Apêndice O](#)) colocados em locais estratégicos (sala de professores, sala de grupo de EF, corredores, Hall de entrada da escola, local onde os funcionários efetuam o registo de entrada e saída do horário de trabalho, convites pessoalmente, realização de uma conferência no dia 10 de maio sobre a “Atividade Física e Saúde 2016” para esclarecer quais os testes que seriam realizados no rastreio e qual a importância da atividade física para a saúde, *email* para todos os grupos de docentes da escola e solicitação aos responsáveis pelo pessoal para dispensarem os funcionários no horário da conferência.

De destacar a disponibilidade do responsável pelos funcionários que desde o primeiro contacto para esta atividade, demonstrou-se bastante disponível para colaborar

connosco, apresentando alguns espaços que poderiam ser utilizados para a realização das atividades e alguns materiais, dando sugestões para a colocação dos cartazes e ajudando na divulgação das atividades pessoalmente.

Relativamente à atividade do “O Franquinho 2.0”, enviamos uma informação aos colegas de grupo através do delegado de grupo e fomos apresentar a atividade na reunião de grupo, solicitando a quem tivesse aula nesses dias para levar as suas turmas para participarem na atividade e prestarem o seu apoio na operacionalização das situações. Posteriormente colocamos uma folha de inscrição na sala de reuniões do GEF para sabermos quantas turmas iríamos ter no respetivo horário e quais os professores disponíveis para ajudar na organização.

No dia anterior às atividades estivemos na escola a montar todo o material necessário para o “Franquinho 2.0” e para os rastreios dos indicadores de saúde, tendo em conta que as atividades se iniciavam às 8:15 e às 9:00 respetivamente.

5.5. Realização

No dia 10 de maio foi realizada uma conferência sobre a “Atividade Física e Saúde 2016”, na qual participaram três preletores convidados, nomeadamente a Enfermeira Carla Freitas que abordou o tema relacionado com a Glicémia, Colesterol e Pressão Arterial, seguindo-se a intervenção do terapeuta Reginaldo Nascimento que tratou de explicar o IMC, a Bioimpedância e o ECG, finalizamos as apresentações com a Doutora Ana Rodrigues que efetuou a ligação dos testes apresentados com a atividade física e com a importância para a saúde. Os professores estagiários também participaram na conferência, sendo que um elemento ficou responsável por efetuar um enquadramento inicial da ação e posteriormente o outro deu continuidade efetuando o papel de moderador da conferência.

Importa referir que a Sala de Sessões estava cheia, no entanto, este facto resultou de termos convidado 3 colegas de EF a trazerem as suas turmas. Quanto aos restantes participantes, estiveram 21 funcionários a assistir à conferência, 10 docentes (8 de EF) e 2 membros do Conselho Executivo. Aplicamos um questionário aos funcionários e docentes que participaram na conferência para averiguarmos quais os testes que estavam interessados em serem avaliados, no sentido de ter a noção se valia a pena mobilizar recursos a tempo inteiro para todos os rastreios.

Nos dias 18 e 19 de maio as atividades do Franquinho iniciaram-se às 8:15 com as turmas que tinham se inscrito para as atividades e com outros participantes que estavam no local e interessavam-se em participar e/ou eram convidados. Esta atividade finalizou às 18:00 e contou com uma pausa das 13:15 às 15:15. Participaram diretamente nesta atividade 404 participantes, 10 professores de Educação Física, 3 colegas de Mestrado em ensino de 2 núcleos de estágio e alguns alunos das turmas dos professores estagiários no controlo das atividades.

Relativamente aos rastreios iniciaram-se às 9:00 com a medição da Bioimpedância, Pressão Arterial, Colesterol e Glicémia até às 17:00 nos dois dias com pausa para almoço das 13 às 14 horas. As restantes avaliações foram realizadas pontualmente, nomeadamente no dia 18 de maio o ECG das 10 às 13 horas, Avaliação Postural das 14 horas às 15:30 e no dia 19 de maio Avaliação Postural das 11:30 às 14 horas e Osteopatia das 10 às 13 horas.

Avaliamos 113 pessoas (60 funcionários, 45 docentes, 5 encarregados de educação, 2 alunas e 1 pessoa externa), sendo que algumas apenas realizaram alguns testes, de referir que contamos com a colaboração de 8 profissionais para os rastreios, estando sempre pelo menos 2 elementos e em algumas fases 4 elementos simultaneamente a realizar avaliações e um dos professores estagiários a realizar o registo dos dados pessoais dos participantes, gerindo as avaliações e convidando as pessoas que passavam no hall de entrada da ESFF para realizarem os rastreios.

5.6. Balanço

O objetivo geral desta atividade era de envolver o máximo de elementos da Comunidade Educativa nas nossas atividades, neste sentido julgamos que as atividades realizadas proporcionavam que participassem diretamente muitas pessoas, tendo em conta a sua abrangência ao nível das atividades, calendarização e duração.

Consideramos que esta atividade teve um grande impacto na Comunidade Educativa, não só pelo número de participantes, mas também pela reação das pessoas, reconhecendo que têm de voltar a realizar atividade física, o que de certa forma também contribui para valorizar a nossa área, mas também pelo destaque nos meios de comunicação da escola, através do Facebook, do site da escola, de um artigo no Diário de Notícias e outro na revista da escola “Leia S.F.F. n.º 46”.

Importa referir que esta Ação teve três atividades, sendo que os nossos alunos tiveram uma participação mais ativa na atividade do “Franquinho 2.0”, particularmente na fase de preparação, sendo os responsáveis por criar as situações que foram aplicadas aos alunos, desenvolvendo competências ao nível da pesquisa de informação, a criatividade na construção das situações e na organização, mas também na implementação das situações, colaborando no controlo das situações, demonstrando sentido de responsabilidade, autonomia e liderança na aplicação dos jogos, o que também contribuiu para melhorarem a sua relação com os colegas e valorizarem-se perante a Comunidade Educativa que assistiu à atividade.

Quanto à preleção foi realizada com o intuito de esclarecer e averiguar o interesse do público alvo em alguns testes mais específicos, no entanto, verificámos pelos contactos pessoais que as pessoas estavam interessadas na realização dos rastreios, mas grande parte não iria assistir à preleção. Posto isto, contactamos os professores das nossas turmas para levarem os alunos a assistirem, mas nas matérias em questão estavam um pouco atrasados e tinham de se preparar para os exames nacionais, logo optámos por convidar três colegas de Educação Física a participarem na conferência com as respetivas turmas, embora não fossem o nosso público alvo para esta Ação, achamos que era uma boa oportunidade para sensibilizar os alunos para este tipo de rastreio e para a importância da Atividade Física, assim como utilizá-los como um meio de transmissão da informação aos colegas.

No que se refere aos rastreios houve constantemente avaliações e ficamos com a sensação que se houvesse um maior número de profissionais a realizar avaliações poderíamos ter abrangido um maior número de pessoas, tendo em conta que para cada estação demorava cerca de 10 minutos por pessoa, mas as pessoas saíam bastante satisfeitas pela atenção recebida e pelas recomendações para melhorar alguns indicadores que estavam menos bem. Os avaliados ficavam com um cartão com os seus resultados, que poderiam posteriormente utilizar para comparação em futuras avaliações e/ou mostrar ao seu médico.

O facto de os rastreios terem sido realizados por profissionais da área contribuiu para que tivessem uma maior credibilidade para os elementos avaliados, assim como procurámos que fossem efetuadas recomendações de modo a alterar alguns hábitos menos saudáveis das pessoas e não apenas realizar a recolha de dados.

De destacar que houve uma boa articulação nos rastreios, sendo que por vezes alguns funcionários realizavam uns rastreios e posteriormente voltavam para realizar os restantes, porque tinham tarefas a realizar e de assegurar os serviços mínimos. Os docentes aproveitaram para realizarem os rastreios nas suas horas livres.

Uma das falhas que detetamos no primeiro dia foi o facto de não termos afixado os horários dos exames específicos (osteopatia, avaliação postural e do ECG), no segundo dia já o fizemos, sendo que algumas pessoas vinham propositadamente para serem avaliadas nestas especialidades.

Relativamente ao “Franquinho 2.0”, os participantes tiveram a possibilidade de competir diretamente com um adversário e comparar os resultados com os restantes participantes, acrescido ao facto de realizarem tarefas que apelavam aos diferentes domínios (cognitivo, psicomotor e sócio afetivo). De destacar a satisfação demonstrada pelos alunos na realização das tarefas, mas também das pessoas que estavam a assistir. Esta atividade podia ser ainda mais atrativa se colocássemos algumas zonas de treino, particularmente para as situações de precisão, possibilitando aos alunos melhorarem a sua prestação, assim como ter a possibilidade de melhorar a sua pontuação.

De salientar o papel do Conselho Executivo por ter disponibilizado o Hall de entrada da escola para a realização dos rastreios e pela divulgação e participação nas atividades desenvolvidas, sendo que dois elementos estiveram presentes na conferência e outros dois realizaram o rastreio dos indicadores de saúde.

Consideramos que a atividade foi bastante positiva pela envolvimento que proporcionou, quer seja pelas parcerias com entidades exteriores à escola, mas também com as internas como o Clube Escola, o grupo de Educação Física, os alunos das turmas dos professores estagiários e os colegas de mestrado na operacionalização das atividades, caso contrário seria muito difícil a sua implementação e o alcance do número de participantes registados. De assinalar o reconhecimento de satisfação dos participantes nas atividades, particularmente dos docentes, agradecendo por serem convidados a participar e pelas felicitações pela atividade, sendo que alguns ainda não nos conheciam, tendo em conta que é uma escola com cerca de 270 docentes.

Nos dias após as atividades, os participantes, particularmente os docentes passaram a nos cumprimentar e a conversarem connosco de uma forma mais próxima,

pelo que consideramos que se esta atividade fosse realizada com maior antecedência, poderia melhorar ainda mais a nossa relação com toda a Comunidade Educativa.

O facto de termos agendado a entrega de prémios do “Franquinho 2.0” para o Sarau de Ginástica foi uma mais-valia, no sentido que o pavilhão estava completamente cheio a assistir e o Presidente do Conselho Executivo efetuou a entrega de prémios aos respetivos vencedores, acrescido ao facto de ser divulgado numa notícia *online* do Diário de Notícias.

O GEF felicitou-nos pela atividade desenvolvida, sendo que na reunião de grupo, o delegado de grupo (professor David Ferreira), manifestou o interesse em dar continuidade a estas atividades, referindo que *“se os estagiários não estiverem interessados em as desenvolver, particularmente as medições de indicadores de saúde, deverá ser o próprio grupo de Educação Física a realizá-lo”*. Acrescentou ainda que esta é uma das atividades a constar no Plano Anual de Atividades da Escola.

Os dados recolhidos nos rastreios dos indicadores de saúde foram entregues ao delegado de grupo, de modo a que fosse possível haver uma intervenção nos elementos avaliados e para que haja um maior acompanhamento dos respetivos elementos assinalados, assim como possam ter valores comparativos para as próximas avaliações.

O facto de termos disponibilizado os resultados e as situações realizadas no “Franquinho 2.0” permite que os próximos estagiários e/ou GEF possam ter uma base do que foi realizado e efetuem os ajustes que acharem convenientes, contribuindo desta forma para dar continuidade aos projetos realizados.

Em suma, esta atividade foi uma mais-valia para toda a Comunidade Escolar, em particular para o GEF, na medida em que foi reconhecida e será implementada no plano de atividades da respetiva escola, assim como teve um papel de grande importância na projeção das atividades realizadas na escola e de afirmação da mesma perante a sociedade, prova disso são todas as notícias sobre a atividade nos meios de comunicação da escola (Facebook, site, agenda e revista Leia S.F.F.) e da comunicação social (Diário de Notícias).

Quanto aos aspetos a ter em consideração em futuras edições, alertamos para a realização das atividades numa fase mais inicial do ano letivo, assim como a realização das atividades em diferentes momentos, tendo em conta que a montagem e

operacionalização de todas estas atividades em simultâneo envolve uma enorme logística e uma boa articulação com todos os participantes, o que exige uma boa preparação de todos os intervenientes.

Relativamente à medição de indicadores de saúde, consideramos que a presença de vários profissionais de diferentes áreas, assim como um maior número de profissionais a efetuarem as avaliações em simultâneo poderá melhorar ainda mais a atividade. Outro aspeto é utilizar os resultados disponibilizados para efetuar a comparação com os resultados recolhidos, definindo uma intervenção e o respetivo acompanhamento. No caso de quererem captar um maior número de encarregados de educação, uma boa opção será os momentos de entregas das avaliações de final de período.

No que se refere ao “Franquinho 2.0” um dos aspetos a melhorar é a criação de espaços onde os alunos possam treinar, particularmente as situações de precisão e/ou tenham a possibilidade de melhorar o seu resultado, ainda nesta atividade podemos integrar as outras disciplinas com a criação de perguntas sobre as matérias lecionadas e eventualmente realizar questões e/ou competição por ano de escolaridade.

6. ATIVIDADE DE INTEGRAÇÃO NO MEIO

6.1. Atividade no âmbito da Direção de Turma

As atividades de integração no meio foram compostas pela participação nas reuniões do Conselho de Turma, caracterização da turma e Ação de Extensão Curricular (AEC).

As reuniões de Conselho de Turma são restritas aos docentes da turma, sendo que apenas poderão participar os professores da turma e/ou outras pessoas autorizadas pelo Diretor de Turma. Neste caso específico, foi solicitado pelo orientador cooperante à Diretora de Turma a nossa participação nestas reuniões. Estas reuniões são momentos de reflexão sobre a prestação dos alunos nas diferentes disciplinas e de alguns problemas que surgiram ao longo do período.

Na primeira reunião intercalar foi-nos disponibilizado cerca de dez minutos para apresentarmos a caracterização da turma a todos os professores do Conselho de Turma, posteriormente foram debatidas algumas questões sobre alguns alunos de modo a conhecê-los melhor e consequentemente a adequar a nossa intervenção.

As reuniões de avaliação foram dirigidas pelo Diretor de Turma, sendo iniciadas com a assinatura da ficha de presença dos professores e com a confirmação das notas de cada aluno e se necessário realizar alguma alteração. Posteriormente o Diretor de Turma efetua o preenchimento das fichas individuais de cada aluno, sendo que cada professor expressa a sua opinião, salientando os aspetos mais pertinentes que caracterizam cada aluno. Seguidamente realiza-se uma avaliação geral sobre o comportamento e o aproveitamento da turma. Finalizando com a leitura da ata da reunião para os professores emitirem a sua opinião sobre a mesma.

A participação nestas reuniões contribuiu para uma melhor compreensão dos procedimentos realizados nestas reuniões e de algumas tarefas que os professores têm de realizar para além do contexto de aula, sempre com o intuito de ajustar a nossa intervenção em função das características e necessidades dos alunos. Outras mais-valias da participação nestas atividades é o facto de estreitarmos relações com os outros professores e consequentemente haver uma maior cooperação/abertura para a colaboração nas atividades a desenvolver e a partilha de opiniões para a resolução de alguns problemas da turma.

6.1.1. Caraterização da Turma

6.1.1.1. Enquadramento

A caraterização da turma é um aspeto de suma importância, atendendo que é através desta que o docente irá orientar o processo de ensino-aprendizagem. Este processo de caraterização é geralmente realizado pelo diretor de turma, que posteriormente reporta a informação recolhida aos restantes docentes em Conselho de Turma.

Segundo Favinha (2012), o diretor de turma assume um papel fulcral, coordenando a equipa de trabalho no sentido de identificar e caraterizar as situações problemáticas e resolvendo os problemas detetados. O mesmo autor refere que o diretor de turma deve informar os docentes sobre as caraterísticas da turma, sendo que este processo deve continuar ao longo do ano letivo com o contributo de todos.

De acordo com Roldão (1995, citado por Favinha, 2012), o Conselho de Turma deve definir as competências para que todos os professores possam contribuir, promovendo o debate e a convergência do trabalho coletivo, no sentido de resolver os problemas detetados.

Neste sentido procurámos recolher alguns dados que nos permitisse conhecer melhor os alunos e alguns fatores que influenciam a forma como se relacionam.

Os dados recolhidos foram apresentados em reunião intercalar da turma 12 do 11º ano, no dia 11 de novembro pelas 17:45 na sala 207 da Escola Secundária de Francisco Franco.

6.1.1.2. Objetivos

Objetivos Gerais

- Contextualizar a turma, traçando um perfil geral.
- Partilhar informações consideradas relevantes sobre cada aluno com os professores da turma, fornecendo assim mais um instrumento de trabalho e de reflexão.
- Completar e/ou confirmar informações que não foram diretamente observadas na AI (necessidades, potencialidades, etc.).
- Personalizar a intervenção pedagógica ao aluno ou grupos de alunos.

- Planear atividades (que podiam inicialmente não estar contempladas no PA) que vão ao encontro dos objetivos da disciplina, das motivações, interesses, expectativas e características dos alunos.

Objetivos específicos:

- Caracterizar cada aluno de modo global em relação ao género, idade, concelho e freguesia de residência, informações sobre os encarregados de educação;
- Caracterizar as deslocações para a escola ao nível do meio de deslocamento e o tempo necessário;
- Conhecer o percurso escolar de cada aluno;
- Identificar os hábitos de estudo dos alunos;
- Aferir o estado de saúde e os hábitos de vida saudável dos alunos;
- Obter informações sobre as atividades dos alunos nos seus tempos livres;
- Conhecer a experiência e os interesses desportivos dos alunos;
- Aferir quais as disciplinas preferidas, as motivações para o curso e a importância atribuída a Educação Física;
- Identificar as dinâmicas ao nível do relacionamento existente entre os alunos da turma.

6.1.1.3. Metodologia

Para a realização da caracterização da turma recorreremos a dois instrumentos: A ficha do aluno através da plataforma *Place* e o questionário ([Apêndice H](#)) elaborado pelo Núcleo de Estágio (NE).

Algumas das informações recolhidas no questionário estavam disponíveis *online* na plataforma *Place*. No entanto, efetuamos uma análise custo / benefício e consideramos que para o tratamento da informação seria mais fácil ter os dados concentrados num único documento para cada aluno. O custo de tempo para o preenchimento do questionário era relativamente reduzido em comparação com o custo (tempo) para reunir as informações posteriormente. No entanto, a plataforma *Place* representou uma mais-valia, tendo em conta que foi necessário recolher alguns dados, porque houve alunos que não preencheram alguns campos.

No que se refere à elaboração do questionário, realizamos algumas pesquisas no sentido de verificar quais os dados que os colegas dos anos anteriores (Sousa, 2012; Andrade, 2013; Pestana, 2013; Caires, 2014) tinham recolhido e criámos o nosso instrumento após a definição dos objetivos e em função do que achávamos pertinente.

Neste processo de afinamento do questionário contamos com a ajuda do Núcleo de Estágio e de uma professora especialista em Investigação em Educação, posteriormente o questionário foi testado e validado.

O questionário foi aplicado aos alunos num dia em que não tinham aula de Educação Física, após o término de uma aula de Geometria Descritiva, na biblioteca da escola, o preenchimento durou cerca de 15 minutos, no entanto, existem alguns alunos que apenas têm algumas aulas, logo tiveram de ser inqueridos noutra situação.

Após a recolha dos dados, efetuamos a sua análise em termos quantitativos e qualitativos através dos programas Microsoft Word e Excel 2013.

6.1.1.4. Análise dos resultados

A turma era constituída por 23 alunos, sendo 16 do género feminino e 7 do género masculino. A maioria dos alunos tem 16 anos e apenas 1 aluna tem mais de 18 anos, de salientar que ao longo do ano 2 alunos irão concretizar 18 anos e o outro no final do ano letivo. Outro aspeto importante é que existe 2 alunas que são trabalhadoras estudantes.

Relativamente à nacionalidade, a maioria dos alunos tem nacionalidade Portuguesa (21), sendo que uma tem nacionalidade Chinesa e outra Polaca, no entanto, falam fluentemente e percebem bem o Português.

Relativamente aos resultados recolhidos, constatamos que os alunos são oriundos de 6 concelhos (11 freguesias), o que pode dificultar a realização de trabalhos não presenciais em grupo, assim como 74% dos alunos da turma participam em atividades extracurriculares, acrescido ao facto de terem uma grande carga horária semanal ao nível das aulas. O que de certa forma explica o facto de alguns alunos não realizarem os trabalhos de casa, inviabilizando os trabalhos fora de aulas. Ao nível dos hábitos de estudo, a maioria estuda com os colegas e uma parte significativa prefere estudar sozinho, nomeadamente ao fim de semana.

Quanto às atividades de tempo livres, verificamos que ouvir música era uma das atividades preferidas dos alunos, logo passamos a realizar as aulas com música sempre que possível, particularmente quando utilizávamos o Ginásio Central, sendo este o local preferido pelos alunos para a realização das aulas de EF.

De destacar que existem 4 alunas que são federadas em diferentes modalidades, assim como existem vários alunos que já participaram em várias modalidades no desporto federado. Ao nível do Desporto Escolar (DE), constatou-se que 61% dos alunos já participou em diferentes modalidades, no entanto, este ano letivo não tencionam fazê-lo. Estes fatores são bastante úteis para o professor, no sentido de ter alguns alunos que possam efetuar demonstrações específicas aos colegas e/ou servirem como potenciadores das aprendizagens dos colegas, participando ativamente no processo de Ensino-Aprendizagem (E-A) e sentirem-se valorizados naquilo que gostam e que estão mais à vontade.

Ao nível do relacionamento da turma, identificamos que existiam alguns grupos e os respetivos líderes, assim como haviam elementos que eram excluídos. Nas nossas aulas procurámos utilizar os líderes em determinadas situações, particularmente no 1º período responsabilizando-os por tarefas. Posteriormente procurámos alterar as equipas em cada aula e/ou mudar de parceiro ao fim de algum tempo, com o intuito de promover a interação com todos os colegas e os respetivos relacionamentos.

Relativamente às matérias a abordar, os alunos evidenciaram que a matéria preferida era o Voleibol, sendo que muitos já estiveram ligados à modalidade. Por outro lado, as que menos gostavam era o Râguebi e o Ténis de Mesa, no entanto, muitos alunos nunca tinham experienciado as mesmas.

De salientar, que 61% dos alunos afirmaram querer experienciar novas atividades/modalidades, sendo que optámos por realizar pontualmente algumas nas aulas de EF e outras foram realizadas em atividades do EP e do GEF.

6.1.1.5. Balanço

A caracterização da turma foi uma tarefa que contribuiu para que pudéssemos conhecer melhor os alunos com quem trabalhamos e possibilitou a partilha de informação com os restantes professores da turma, favorecendo a compreensão de algumas problemáticas e auxiliando no processo ensino-aprendizagem.

Quando realizamos a apresentação ao Conselho de Turma selecionamos as informações que consideramos mais pertinente para os mesmos, atendendo ao tempo que tínhamos disponível para a apresentação e a relevância para os presentes, fornecendo um folheto a cada docente com essa informação. Importa referir que todos os dados tratados foram entregues ao diretor de turma de modo a ter um conhecimento mais profundo de cada aluno.

Os métodos e procedimentos adotados foram no sentido de traçar o perfil geral da turma, no entanto na apresentação dos dados em situações pontuais referimos o nome do aluno em questão, de modo a auxiliar os restantes professores a adotarem estratégias mais adequadas e a personalizarem a intervenção pedagógica.

A informação recolhida com esta tarefa foi essencial na elaboração do Planeamento Anual da turma, juntamente com a Avaliação Inicial, tendo em conta que há muitos aspetos que apenas podemos aferir em situações de maior proximidade e as situações práticas são essenciais para isso.

Freire (2003), menciona que a capacidade de leitura do contexto é um aspeto fundamental que o educador deve adotar, estando atento a todos os movimentos e reações dos educandos, assim como compreender a sua identidade cultural, de modo a intervir de forma adequada. O mesmo autor refere que o educador não deve se preocupar apenas com o ensino dos conteúdos, mas também é essencial ter em consideração as condições sociais, culturais e económicas dos educandos, até porque o educador poderá ter uma influência determinante na formação holística do educando, apelando à imaginação e à curiosidade, tornando-o crítico, apreendendo a querer e a saber lutar com táticas adequadas, com competência, lealdade e persistência e diminuindo o egoísmo das classes dominantes.

Posto isto, é necessário conhecer muito bem as pessoas que temos à nossa responsabilidade, de modo a realizar um bom diagnóstico, caso contrário todo o trabalho de prescrição e controlo poderá ser insignificante.

Consideramos que a plataforma *Place* apresenta algumas limitações, se tivermos em conta que apenas o diretor de turma tem acesso às informações mais pormenorizadas sobre os alunos, os restantes docentes apenas têm acesso aos aspetos gerais sobre os alunos, logo o aluno chega ali como uma “tábua rasa” e são aplicados questionários de cada disciplina, o que por vezes contribui para que os alunos fiquem saturados de os preencher e acabam por não serem totalmente sinceros. Atendendo aos factos, julgamos

que o sistema devia facultar dados mais abrangentes e que estivessem disponíveis a todos os docentes da turma.

O questionário que elaboramos dá resposta a algumas dessas limitações, sendo bastante abrangente e transversal a todas às disciplinas, logo esta nossa intervenção procurou minimizar este aspeto, mas não é suficiente, consideramos que é necessário que o aluno tenha uma ficha sobre as suas informações no sistema que o acompanhe ao longo dos anos.

Os dados recolhidos ao longo do ano letivo permitiram que planeássemos atividades que não estavam contempladas no PA, mas que foram ao encontro dos objetivos da disciplina, das motivações, dos interesses, das expectativas e das características dos alunos que foram recolhidas não apenas pelo questionário e pela plataforma *Place*, mas também pela interação que se estabeleceu nas aulas, nos intervalos e nos espaços de convívio dos alunos, o que permitiu ajustar e/ou consolidar as informações recolhidas inicialmente. Em termos práticos adotámos diversas estratégias para potenciar a interação entre os alunos e ultrapassarem algumas necessidades e/ou potenciar as suas competências como já foram referidas na apresentação dos resultados.

6.1.2. Ação de Extensão Curricular

6.1.2.1. Enquadramento

A Ação de Extensão Curricular (AEC) é uma atividade que tem por objetivo envolver os alunos que constituem a turma, outras pessoas e/ou entidades, assim como os professores e os encarregados de educação da turma, permitindo que os alunos façam parte integrante de toda a atividade, nomeadamente do processo de preparação, operacionalização e balanço da atividade com o intuito de adquirirem/desenvolverem competências sociais no âmbito da turma, mas também fora da mesma.

Com esta atividade pretendeu-se que os alunos percebessem que é necessário ter em consideração um conjunto de procedimentos ao nível do planeamento, levantando um conjunto de hipóteses de modo a preparar a atividade da melhor forma, mas acima de tudo consciencializá-los que a atividade não se resume ao momento (dia da atividade), mas sim a um processo de construção de pré-impacto, impacto e pós impacto, tendo em consideração questões essenciais como os pedidos de utilização das instalações, de

transporte e de alimentação, assim como os recursos materiais e humanos necessários para a operacionalização das atividades.

Relativamente a esta atividade, surgiram várias ideias para a sua efetivação, nomeadamente a realização de percursos pedestres em levadas e posteriormente complementada com a visita a locais históricos e com expressão ao nível das artes; outra possibilidade foi a realização do “Dia dos Desportos de Combate” (com a experimentação de vários desportos de combate), que viria a ser realizada em colaboração com o clube de capoeira da escola. No entanto, a nossa escolha consistiu em realizar uma atividade multidesportiva, possibilitando aos alunos a experimentação de atividades que não são contempladas nos planos de estudo das turmas.

A ideia para esta atividade surgiu após termos participado numa atividade desenvolvida pelo grupo de Educação Física da ESFF no Parque Desportivo de Água de Pena, verificando que era um local com muito potencial para a implementação da atividade pretendida. Posteriormente convidamos os colegas estagiários a colaborar na organização e implementação do evento com as suas turmas juntamente com as nossas.

6.1.2.2. Objetivos

Objetivos Gerais

- Reforçar o gosto pela prática regular das atividades físicas e desenvolver competências ao nível da organização e participação de um evento.
- Envolver os alunos da turma na preparação e operacionalização das atividades, assim como os respetivos encarregados de educação e professores da turma, mas também outras pessoas e/ou entidades que tragam mais-valia à atividade e proporcionem a interação com outras pessoas.

Objetivos Específicos

- Desenvolver atividades que vão ao encontro das motivações dos participantes;
- Proporcionar experiências em atividades físicas não contempladas no plano de estudos das turmas;
- Desenvolver competências no âmbito dos Desportos de Adaptação ao Meio, Confrontação Direta e Desporto Coletivo;

- Desenvolver competências de socialização não só no contexto da própria turma, mas também com pessoas de outras turmas e/ou escola e outras entidades.

6.1.2.3. Métodos e procedimentos

Esta atividade começou a ser preparada no dia 29 de fevereiro com a realização de várias reuniões entre os organizadores principais (4 professores estagiários de 2 núcleos de estágio) para a definição dos objetivos para as atividades. Atendendo que estávamos um pouco limitados no tempo, resolvemos definir o local da atividade e a data de realização. Na escolha da data tivemos em consideração as atividades que já estavam previstas, nomeadamente as atividades do GEF, a disponibilidade dos alunos de todas as turmas envolvidas (data onde os alunos não estivessem sobrecarregados de trabalho e/ou teste ou outras atividades) e a disponibilidade do espaço.

O local escolhido foi o Parque Desportivo de Água de Pena, que apresenta bastantes potencialidades, tendo em conta a diversidade e o número de instalações, assim como o facto de ser um espaço coberto, o que nos concedia alguma garantia, mesmo que as condições meteorológicas fossem adversas.

Realizamos um levantamento das possíveis atividades a desenvolver no espaço para os alunos escolherem as que gostariam de realizar/experienciar, sendo que as atividades mais escolhidas foram: Escalada; Padel; Squash; Voleibol de Praia; Orientação e Atividades Náuticas.

Após a escolha das atividades, efetuamos a reserva do espaço através do Conselho Executivo da ESFF ao Município de Machico para podermos usufruir das instalações a título gratuito. Também foi solicitado o apoio/colaboração a outras entidades coletivas e a título pessoal para a operacionalização das atividades, nomeadamente a Associação de Ténis da Madeira, a Direção de Serviços do Desporto Escolar, a Escola de Condução do Campanário, o Grupo de Folclore Monteverde, a Horta Madeira e o Professor José Fernando Alves.

No que se refere aos alunos, foi adotada a estratégia de criar 4 grupos de trabalho em cada turma, denominados de departamentos (administrativo, comunicação e marketing, financeiro e operacional), sendo que optámos por criar uma página Facebook, como meio de comunicação das tarefas a realizar para cada departamento, tendo em conta que íamos entrar em período de férias de Páscoa.

De destacar que os alunos tiveram um papel ativo na preparação da atividade através da realização de ofícios, pedindo o espaço; angariação de patrocínios para os lanches; consulta do preçário dos espaços a utilizar; definição e escolha do título da atividade; criação da página Facebook; apresentação de propostas de logotipos; realização dos cartazes da atividade e escolha do cartaz oficial ([Apêndice I](#)), através de votação; escolha das modalidades e sistema de competição.

Quanto aos Professores, conseguimos que disponibilizassem as suas aulas para que os alunos participassem no evento e contamos com a presença no evento de uma professora de Inglês de uma das turmas. Após a atividade pedimos às professoras de Português e de Inglês que solicitassem aos alunos uma apreciação crítica. De destacar que a professora de Português se demonstrou muito entusiasmada com o facto e disponibilizou-se para combinar com a professora de Português da outra turma para acertar os pormenores.

Relativamente às estratégias utilizadas para integrar os encarregados de educação foram no sentido de criar situações nas quais pudessem participar, nomeadamente no concurso de fotografia, na montagem do material para as refeições, visualizar a exposição de arte dos seus filhos, participar nas atividades desportivas e no almoço convívio.

Para a escolha do menu do almoço, consultamos várias empresas no sentido de encontrar o melhor orçamento, posteriormente sugerimos um menu aos alunos, que continha arroz de frango e lasanha vegetariana, este apenas para alguns elementos que manifestaram terem outra opção alimentar.

Ao nível dos transportes, contactamos várias empresas que prestam estes serviços para obtermos orçamentos, no entanto, algumas estavam indisponíveis para a data pretendida e outra propôs que o ponto de encontro fosse no Campo da Barca, sendo que todos os alunos e professores tinham de se deslocar até ao local. Esta situação não nos agradava, tendo em conta que nos levantaria uma série de problemas para os alunos se deslocarem para o local, particularmente para os alunos da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco. Posto isto, contactamos uma outra entidade para nos apoiar nos transportes, efetuando a recolha e a entrega dos alunos junto às respetivas escolas.

6.1.2.4. Realização

A atividade denominada: “1º Evento Inter-Escolas de Água de Pena - Toca a Mexer!” foi realizada no dia 13 de abril com a efetivação de diversas atividades no Parque Desportivo de Água de Pena que contou com a presença de duas turmas de 11º ano do curso de Artes da Escola Secundária de Francisco Franco (ESFF) e uma turma de 10º ano da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco, uma professora de Inglês da ESFF, um professor do Conselho Executivo da ESFF, um professor da Associação de Ténis da Madeira, duas pessoas do Desporto Escolar (modalidades outdoor), três encarregados de educação ESFF, três alunos do curso profissional de multimédia ESFF, um colega do mestrado em ensino em EF e os respetivos orientadores cooperantes e científicos dos dois núcleos de estágio.

Programa da atividade

Tabela 6 – Programa da Atividade de Extensão Curricular

HORA	TAREFAS
[08:00h – 08:15h]	Concentração nas respetivas escolas
[08:30h]	Saída do Funchal
[09:00h]	Chegada à Água de Pena
[09:15h]	Início atividade de Orientação (tradicional)
[09:45h-10:00h]	Lanche
[10:00h-12:25h]	Atividades: Squash; Padel; Escalada; Orientação funcional; Madeirabol; Badminton; Voleibol; Futebol; Ténis de Campo; exposição de arte.
[12:30h]	Almoço
[13:45h]	Saída da Água de Pena
[14:15h]	Chegada ao Funchal

Foram criados 6 grupos constituídos por elementos das três turmas participantes, de modo a promover a interação com os elementos das outras turmas. Cada equipa estava identificada por coletes da mesma cor e possuíam um mapa com a ordem das rotações e os respetivos horários, assim como as tarefas a realizar ao longo da atividade.

No que se refere à organização, os elementos da organização/colaboradores foram distribuídos pelas estações, ficando responsáveis pela dinamização das respetivas atividades, sendo que após o sinal havia troca de grupos. O tempo por estação foi de vinte minutos. Importa referir que haviam três estações que eram obrigatórias (Escalada, Squash e Padel) e nas restantes, os grupos podiam optar pelas atividades alternativas (Orientação funcional (Barros, 2014); Madeirabol; Badminton; Voleibol; Futebol; Ténis de Campo; exposição de arte), podendo inclusive juntar-se a outro grupo em função das suas preferências e/ou afinidades e disponibilidade da instalação.

Iniciámos a atividade com a orientação para todos os grupos, de modo a estreitarem relações dentro do grupo, conhecerem o espaço onde iam se desenrolar as atividades e rentabilizar o capital tempo para desfrutar do espaço, enquanto os espaços desportivos não estavam disponíveis.

6.1.2.5. Balanço

A atividade de extensão curricular tinha como objetivo envolver os alunos, os encarregados de educação, os professores da turma e outras entidades na atividade. Neste sentido adotamos diferentes estratégias em função dos grupos de modo a integrá-los, não apenas como “consumidores” como habitualmente acontece, mas tendo um papel ativo na atividade, seja na preparação, realização ou no balanço da atividade.

Sabíamos que a mobilização dos encarregados de educação era uma tarefa difícil, tendo em conta que a atividade se realizava num dia útil e muitos estavam no desempenho das suas funções laborais. No entanto, foi a data mais indicada, atendendo ao calendário das atividades programadas e ao facto de muitos alunos não estarem disponíveis para participar na atividade ao fim de semana, acrescendo ao facto de não podermos usufruir das instalações nas mesmas condições (a título gratuito). Outro aspeto que foi notório foi o facto de os alunos demonstrarem que não gostariam que os encarregados de educação presenciassem ao evento.

Os alunos tiveram um papel ativo ao longo de todo o processo de planificação, com maior incidência na divulgação da atividade, nomeadamente com a criação de cartazes e logotipos, tendo em conta que são turmas do curso de artes visuais, mas também na exposição dos seus trabalhos realizados nas aulas da disciplina de Desenho e na fase de balanço, realizando uma apreciação crítica sobre a atividade na disciplina

de Português. As principais críticas dos alunos foram relativas ao pouco tempo disponível para cada estação; a duração, preferiam que se prolongasse durante todo o dia; a utilização da rede social Facebook, como meio de comunicação; a antecedência com que foi preparada, defendem uma maior antecedência e alguns elementos criticaram as atividades livres, referindo que não sabiam o que escolher.

Ao analisarmos estes aspetos referidos pelos alunos podemos constatar que conseguimos sensibilizar os alunos para a necessidade de iniciar a conceção deste tipo de atividades com alguma antecedência.

Quanto ao tempo em cada estação, reconhecemos que para alguns grupos seria mais produtivo se tivessem mais tempo disponível, no entanto, para outros poderia ser prejudicial em algumas situações. A organização temporal foi definida em função do tempo disponível, possibilitando que todos os grupos tivessem a oportunidade de passar por todas as estações.

No que se refere ao facto de os alunos referirem que não sabiam o que escolher nas atividades livres, podemos levantar algumas hipóteses, nomeadamente os alunos quererem realizar todas as atividades e ficarem indecisos e/ou não estão habituados a este tipo de situações, onde podem escolher as atividades que querem realizar, ou seja, estão habituados que lhes impunham tudo e não têm direito a escolher nada.

Quanto à escolha da rede social Facebook como meio de comunicação pareceu-nos ser o meio mais indicado, atendendo que todos os elementos possuíam conta nesta rede social e estávamos a entrar em período de férias, logo era importante que houvesse desenvolvimento de algumas tarefas.

Relativamente aos professores apenas conseguimos que um dos professores da turma estivesse presente no local, no entanto, houve colaborações de mais elementos, nomeadamente dos professores da disciplina de Desenho, disponibilizando os trabalhos realizados nas aulas para serem utilizados na exposição, das professoras da disciplina de Português para realizarem as apreciações críticas sobre a atividade e de outros elementos da ESFF. Quanto à professora que esteve presente no local durante a atividade, enviou-nos um *email* com a sua apreciação da atividade, onde evidenciou o entusiasmo dos alunos, a boa organização da atividade e a interação que se estabeleceu entre os alunos de diferentes turmas e escolas. Acrescentou ainda algumas sugestões para ter uma participação mais ativa em futuras atividades.

Consideramos que este tipo de atividades pode e deve ser planeado de forma a envolver diretamente a Comunidade Educativa, nomeadamente preparando uma atividade que poderá ser iniciada logo no início do ano letivo, definindo qual o contributo de cada professor e de que forma pode desenvolver essas atividades nas suas aulas. Não o fizemos, uma vez que tínhamos várias atividades para serem desenvolvidas em simultâneo e os professores tinham programas a cumprir, o que dificultou esta articulação.

O evento começou a ser promovido no segundo período, efetuando algumas tarefas de modo a envolver os alunos, mas as férias do segundo período contribuíram para um abrandamento na realização das tarefas propostas, apesar de termos um meio de comunicação entre todos os elementos. Uma possível solução para esta situação, seria iniciar o planeamento da atividade mais cedo, mas atendendo às outras atividades da prática letiva, não foi possível.

Relativamente às atividades realizadas, procurámos efetuar uma preparação para algumas situações com as quais os alunos iam se deparar ao longo da atividade, particularmente na orientação, com leitura de mapas e manuseamento da bússola.

De notar que os alunos tiveram a possibilidade de experienciar diversas atividades que não são contempladas no plano de estudo das turmas e que nunca tinham experienciado, demonstrando bastante satisfação com as atividades realizadas e manifestando vontade de voltar a experimentar. Um dos indicadores, foi o facto de alguns alunos procuraram repetir algumas situações. O que também vai ao encontro de um dos objetivos desta atividade que era reforçar o gosto pela prática regular das atividades físicas.

No que se refere às interações que se estabeleceram entre os elementos é de destacar a grande aceitação que existiu nas equipas, atendendo que tínhamos elementos de todas as turmas participantes, no entanto, rapidamente as equipas estabeleceram relações. Consideramos que o facto de iniciarmos as atividades com a orientação proporcionou esta atitude, visto que todas as equipas estavam a competir entre si e todos os elementos da equipa tinham de colaborar.

Relativamente aos nossos ganhos como professores são de destacar as relações que estabelecemos com diversas entidades para tornar possível um evento com esta dimensão, a relação com os alunos da nossa turma e das outras turmas com os quais

interagimos na aplicação das atividades, com os professores e alguns encarregados de educação com os quais estreitamos relações.

Importa referir que as colaborações que conseguimos angariar foram determinantes para podermos proporcionar um evento tão completo, consequência de um enorme esforço de todos os elementos da organização, procurando minimizar os custos da atividade, caso contrário seria difícil realizar a atividade nos mesmos moldes, tendo em conta que o custo da mesma seria bastante elevado.

Outro aspeto a realçar foi a projeção social da atividade, sendo divulgada por diversas entidades, incluindo vários meios de comunicação social e da escola (Facebook e site da escola, artigos no Diário de Notícias e no Jornal da Madeira), mas também as felicitações pessoais do presidente e vice-presidente do Conselho Executivo da ESFF, efetuadas no dia seguinte à atividade ao orientador cooperante e aos professores estagiários da escola pela atividade realizada.

Em suma, temos a consciência que existiam várias possibilidades de operacionalização da atividade, nomeadamente podíamos preparar toda a atividade e os alunos entravam no autocarro, realizavam as atividades no local e regressavam à escola, no entanto, consideramos que não queremos formar este tipo de Homem, apenas “consumidor”, logo optámos por colocar os alunos no centro do processo e a terem um papel ativo na escolha e organização da atividade. Naturalmente que este processo exige um trabalho redobrado do professor, mas certamente através deste processo estamos a contribuir para que os alunos desenvolvam outras competências que consideramos serem essências para o seu futuro.

Um problema com que nos deparamos para a operacionalização desta estratégia foi a pouca abertura dos alunos para a realização destas tarefas, mas podemos levantar algumas hipóteses, nomeadamente o facto de os alunos quererem alcançar boas notas nas outras disciplinas e não pretenderem dispensar o seu precioso tempo na realização de tarefas para a disciplina de Educação Física, que não conta para a média; ou os alunos não estão habituados a realizar este tipo de tarefas, ou seja, os alunos apenas estão habituados que lhes imponham tudo, no entanto, consideramos que conseguimos desenvolver o sentido crítico dos alunos, sensibilizando-os para os aspetos a ter em atenção na preparação das atividades, assim como a terem uma participação ativa na preparação da atividade.

7. ATIVIDADES DE NATUREZA CIENTIFICO-PEDAGÓGICA

As Atividades de Natureza Científico-Pedagógica foram realizadas com o intuito de efetuar investigação e partilhar um conjunto de experiências pedagógicas com outros docentes que foram efetuadas em contexto de aula. Neste sentido, procurámos explorar algumas problemáticas que consideramos serem pertinentes e que contribuam para o enriquecimento da formação docente.

As Atividades de Natureza Científico-Pedagógica dividem-se em duas ações: Ação Científico Pedagógica Individual, que é destinada ao GEF da escola em que o núcleo de estágio está inserido, sendo que cada professor estagiário desenvolve a sua própria ação; Ação Científico Pedagógica Coletiva, é destinada a todos os docentes de EF dos grupos de recrutamento 160, 260 e 620 da Região Autónoma da Madeira (RAM), sendo toda a organização inerente à mesma e as preleções da responsabilidade de todos os núcleos de estágio do mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

As atividades desenvolvidas tiveram por base uma metodologia defendida por Almada *et al.* (2008, pp. 113-114) que consiste na articulação de 6 pontos que podem ser vistos pela ordem mais favorável à solução do problema a resolver:

- 1) Perceber os fenómenos;
- 2) Saber como atuar sobre esses fenómenos;
- 3) Definir os meios disponíveis;
- 4) Montar estratégias de atuação;
- 5) Desenvolver as estratégias consideradas mais adaptadas;
- 6) Controlar a evolução da aplicação destas estratégias.

A adoção desta metodologia permitiu uma estruturação mais sistematizada e facilitou a nossa intervenção, indo ao encontro da nossa intencionalidade e lidando com a imprevisibilidade inerente ao processo.

Importa referir que para melhor perceber os fenómenos, consultamos algumas temáticas que foram desenvolvidas nos anos anteriores, nomeadamente:

- *A utilização de sistemas competitivos como um instrumento de gestão no processo de ensino-aprendizagem* (Jardim, Pereira, Carvalho & Gouveia, 2013);

- *Heterogeneidade nas aulas de Educação Física: Um problema ou um meio? – Análise ao nível dos Desportos Coletivos* (Andrade, Pestana, Lopes & Lopes, 2013);
- *Heterogeneidade nas aulas de Educação Física: Um problema ou um meio? – Análise ao nível dos Desportos de Combate e dos Desportos Individuais* (Pestana, Andrade, Lopes & Lopes, 2013);
- *Compreender a problemática da heterogeneidade da prestação motora para elevar o nível de intervenção profissional* (Fernandes, Caires, Rodrigues & Lopes, 2014);
- *Estratégias de intervenção para responder à problemática da heterogeneidade: Exemplos ao nível dos Desportos Coletivos e dos Desportos de Combate* (Caires, Fernandes, Rodrigues, Lopes, 2014);
- *O Ensino do Atletismo na Escola* (Gonçalves, Gaspar, Oliveira, Gouveia, 2015).

Simultaneamente pesquisamos informação específica sobre a matéria em causa, o que nos permitiu definir os meios disponíveis e montar as estratégias que consideramos mais adequadas.

Consideramos que a compreensão da problemática nos ajudaria a ter uma intervenção mais ajustada às necessidades dos alunos, contribuindo para um aumento da motivação para a realização das tarefas e consequentemente para o alcance de competências mais duradouras e transversais a outras matérias, mas também um importante contributo para a formação dos docentes de EF, que muitas vezes se deparam com estas situações.

As ações realizadas tinham como intencionalidade promover a partilha de experiências entre docentes nas escolas, sendo que os que estão mais à vontade nessa matéria apresentam possíveis estratégias a utilizar para solucionar algumas problemáticas e/ou incentivar a investigação para atualizar alguns conhecimentos.

Lopes (2015, p. 124) menciona que muitos dos práticos vivem à sombra de um passado desportista e defendem que já está tudo inventado e o que interessa é não complicar, afirmando que “o apoio laboratorial não ganha jogos e não marca golos”, no entanto, nos últimos anos têm se verificado um aumento exponencial de conhecimentos e de meios que ajudam ou podem ajudar a rentabilizar a prática desportiva.

As Análises Clínicas, a TAC, a Ecografia ... não curam o doente. Contudo, podem aumentar a precisão com que se faz o diagnóstico e o controlo do processo de modo a que a prescrição possa ser a mais adequada e personalizada possível (Lopes, 2015, pp. 124-125).

Posto isto, é necessário que o apoio laboratorial meça as variáveis que são importantes controlar, usando indicadores relevantes e que sejam integrados no complexo processo de tomada de decisão. De outro modo é um desperdício de capital (tempo, dinheiro, ...) (Lopes, 2015).

7.1. Ação Científico-Pedagógica Individual

7.1.1. Enquadramento

A Ação Científico-Pedagógica Individual (ACPI) teve como principal propósito a criação de uma dinâmica de partilha de informações e de conhecimentos dentro do GEF da escola, de modo a potenciar a interação e o diálogo entre os intervenientes. Procurou-se com esta iniciativa que alguns elementos que têm mais conhecimentos em determinada área, partilhem informações com o grupo de modo a resolver determinadas situações.

Na ACPI foram realizadas apresentações em dois momentos:

- A apresentação da ação na Escola Secundária de Francisco Franco no dia 28 de janeiro para o grupo de Educação Física da escola;
- Apresentação pública do poster no Seminário Desporto e Ciência 2016 para alunos e professores da Universidade da Madeira e outros participantes no dia 19 de março e publicação do respetivo artigo.

O tema que desenvolvemos na ACPI foi “O Atletismo “Jogado” na escola: uma abordagem lúdica e competitiva”.

Segundo Almada *et al.* (2008, p. 257), os Desportos Individuais, no qual se integra o Atletismo, “*levam o desportista a centrar a sua atenção no movimento que pretende realizar*”, contribuindo para que haja o conhecimento dos seus limites em algumas variáveis, assim como permite regular a cadeia cinética de modo a rentabilizar a força realizada.

Atendendo a estes factos, a iniciação do Atletismo na Escola pode ter um papel preponderante, no sentido de que pode proporcionar vivência e experiências básicas que

são fundamentais para o desenvolvimento das capacidades motoras (coordenativas e condicionais). No entanto, verifica-se segundo Camacho (2007) e Fernandes (2007) que o Atletismo é pouco abordado nas escolas do 3º Ciclo e Secundário da Região Autónoma da Madeira (RAM).

Estes dados despoletaram a nossa curiosidade e procurámos averiguar quais eram as motivações dos alunos para as aulas de Atletismo para posteriormente criar situações adaptadas às condições materiais e aos espaços disponíveis, no sentido de minimizar os efeitos da desmotivação para as aulas, que eram alguns fatores apresentados pela literatura para a não leção da matéria (Atletismo) na escola (Matthiesen, Silva & Silva, 2008).

Baseamo-nos no Atletismo Jogado (Gonçalves, Gaspar, Oliveira & Gouveia, 2015; Gozzoli, Simohamed & El-Hebil, 2006; Associação de Atletismo da RAM, 2015; Federação Portuguesa de Atletismo, 2012) para proporcionar a participação simultânea de toda a turma, realizar movimentos básicos e variados do Atletismo, sendo que todos os elementos contribuem para o resultado da equipa e não apenas os alunos mais rápidos e mais fortes, possibilitando que todos se conheçam melhor e aceitem as suas diferenças.

Barros e Zotko (2012) referem que numa primeira fase devemos garantir o aumento da motivação para a aprendizagem, através do método lúdico (formas jogadas), *“sendo progressivamente substituído em momentos e idades posteriores pelo método competitivo”* (p. 13). Foi com base nestas premissas que desenvolvemos o nosso trabalho.

7.1.2. Objetivos

Objetivo Geral

- Potencializar o processo de ensino aprendizagem na matéria de Atletismo, propondo estratégias alternativas aos professores de EF.

Objetivos específicos

- Verificar a exequibilidade das situações propostas, assim como do sistema competitivo criado;
- Fornecer um instrumento de registo dos resultados das situações (quadro competitivo);
- Verificar o nível de preferência dos alunos relativamente às situações e as alterações motivacionais.

7.1.3. Métodos e procedimentos

Efetuamos a revisão da literatura sobre o Atletismo na Escola, para melhor percebermos os fenómenos, como já foi apresentado anteriormente, seguindo-se a realização dos procedimentos legais, nomeadamente autorização do Conselho Executivo e dos encarregados de educação para a aplicação das situações e a utilização de meios para a recolha dos dados.

Efetuamos a aplicação de um questionário (adaptado de Duarte, 2015) antes da realização das atividades para verificar quais eram as principais motivações para as aulas de Atletismo, assim como qual a sua perceção relativamente ao nível motivacional para algumas disciplinas do Atletismo.

Posteriormente foram aplicadas 5 situações adaptadas para o espaço disponível (1/3 do pavilhão) e com material adaptado. As 4 equipas foram constituídas pelos professores responsáveis pela turma de modo a equilibrar a competição, sendo que todas competiam entre si em cada situação proposta. Após a realização das situações foi aplicado um novo questionário sobre a perceção de motivação dos participantes relativamente às situações aplicadas.

Os questionários estavam constituídos por uma escala de Likert de 5 níveis, sendo que consideramos apenas os níveis 4 e 5 como motivantes. Posteriormente verificámos a percentagem de alunos que se posicionavam nesses níveis para cada situação e as respetivas alterações.

Relativamente à apresentação da Ação realizada na ESFF, esta foi marcada após termos falado com o orientador pedagógico e com o delegado do grupo de Educação Física da ESFF, sendo que ficou definido que era preferível a Ação ser realizada num dia de reunião de grupo no horário da mesma, tendo em conta que todos os professores estariam disponíveis nesse horário. O dia escolhido foi 28 de janeiro, sendo que o delegado de grupo demonstrou abertura para disponibilizar todo o tempo da reunião para as apresentações das ACPI. Após a definição do dia realizamos a reserva da sala L34 nos serviços administrativos da escola e do Pavilhão (espaço e recursos materiais) através da diretora de instalações para concretizarmos a componente prática.

Relativamente à divulgação da Ação, esta foi efetuada utilizando diferentes meios, nomeadamente através das reuniões do grupo disciplinar; envio por *email* do cartaz e as informações das Ações para o grupo disciplinar e para os colegas de mestrado no dia 14

de janeiro; efetuamos contactos pessoalmente para a divulgação; afixamos cartazes na sala de grupo ([Apêndice J](#)); no dia 25 de janeiro voltamos a enviar o *email* a recordar a realização da Ação com o pedido de inscrição para a componente prática, sendo que tinham a opção de confirmarem via *email* ou se inscrever na ficha afixada no gabinete do grupo.

7.1.4. Realização

A ACPI foi realizada no dia 28 de janeiro de 2016 no horário de reunião de grupo, sendo que todo o tempo da reunião foi disponibilizado para a apresentação das nossas ACPI.

As Ações tinham componentes teóricas e práticas, a componente teórica foi realizada na sala L34, onde participaram todos os docentes de Educação Física da escola, uma colega de mestrado e os orientadores científicos, num total de 27 pessoas. A sessão teve início com uma intervenção do delegado de grupo, realizando um enquadramento das atividades a serem apresentadas e saudando os presentes. Posteriormente iniciámos as apresentações teórica sobre o “Atletismo Jogado” e o “Smashball”, terminadas as componentes teóricas passamos para o pavilhão para realizar as componentes práticas.

Na componente prática houve 12 docentes a realizar as atividades propostas, sendo que os restantes elementos ficaram a assistir à aplicação das situações nuns bancos colocados de forma estratégica para o efeito, possibilitando acompanhar com maior proximidade as situações. De destacar que todo o material foi montado antes das apresentações teóricas de modo a rentabilizar o tempo disponível e reduzir as transições entre cada situação e entre as duas ações.

Quanto ao poster apresentado no Seminário Desporto e Ciência 2016, resultou da síntese do artigo, sendo efetuada a seleção da informação que consideramos mais pertinente a ser apresentada, sem perder a noção do todo e a intencionalidade do trabalho realizado, o que contribuiu para que o poster ficasse um pouco denso, mas a informação selecionada não podia ser dispensada.

7.1.5. Balanço

A ACPI foi uma das primeiras atividades a ser realizada e teve um grande efeito no nosso desenvolvimento, tendo em conta a ansiedade que nos despoletou ao longo de

todo este processo, a imprevisibilidade e a conciliação com outras tarefas simultaneamente, solicitaram constantes adaptações e consequentemente transformações para recolher e apresentar o trabalho realizado a professores mais experientes.

De salientar, a riqueza deste processo, atendendo que aplicamos as situações a alunos de outras turmas, com algumas particularidades, mas também aos colegas docentes, o que possibilitou vivenciar e sermos confrontados com situações diferentes as quais nos deparamos com a nossa turma, permitindo desenvolver competências ao nível da comunicação para um maior número de assistentes e ao nível organizacional, visto que aplicámos as situações aos diferentes públicos alvo.

No que refere à apresentação da Ação aos colegas, foi realizada dentro do tempo que tínhamos previsto (90 minutos), sendo que na componente teórica ficamos com a sensação que seria benéfico haver um período de debate para cada apresentação para esclarecer alguns aspetos. No entanto, a componente prática permitiu aos professores vivenciar as situações, o que consideramos que foi uma mais-valia e permitiu dissipar eventuais dúvidas.

Na componente prática os professores demonstraram bastante entusiasmo na realização das tarefas, questionando por vezes alguns aspetos, nomeadamente como resolver determinadas dificuldades com que se deparam nas suas aulas e referiram algumas limitações das situações apresentadas.

Quanto à participação na ACPI, consideramos que foi muito boa, tendo em conta que estavam todos os docentes do GEF presentes, o mesmo não se verificou com os colegas de mestrado, registando-se apenas uma participação. Relativamente à divulgação realizada consideramos que foi adequada, no entanto, devíamos ter convidado os orientadores dos outros núcleos de estágio.

De modo geral consideramos que a ACPI decorreu muito bem, de notar a escolha da sala que permitiu que a transição da componente teórica para a componente prática fosse relativamente rápida e sem dispersão dos participantes, mas também a atenção dos docentes nos conteúdos apresentados e a satisfação manifestada no final da Ação, dando os parabéns aos preletores pelo trabalho apresentado e solicitando a disponibilização das apresentações efetuadas. Um outro indicador de sucesso foi a declaração do delegado de grupo que enalteceu o trabalho desenvolvido e a mais-valia que representa ter professores estagiários, no sentido que trazem novas metodologias para o contexto escolar.

Outro aspeto a referir é o facto de o GEF ter adotado uma dinâmica de partilha de conhecimentos nas reuniões de grupo após a realização das nossas Ações, o que significa que conseguimos despoletar o interesse de algumas pessoas para partilharem conhecimentos nas áreas onde se sentem mais à vontade e onde os colegas demonstram maiores dificuldades, para darem respostas às dificuldades encontradas em contexto de aula.

Poderíamos ter optado pela utilização de um questionário para verificar se os docentes utilizariam os conteúdos apresentados e/ou alterariam as suas dinâmicas, mas atendendo que o Atletismo na ESFF apenas é lecionado no 11º ano e alguns professores já tinham abordado esta matéria e/ou já tinham planeado, consideramos que era mais prudente considerar outros aspetos como já foram referidos.

Relativamente ao poster apresentado no Seminário Desporto e Ciência 2016 ([Apêndice K](#)), consideramos que estava bem estruturado e abarcava a informação mais pertinente do trabalho. Quanto à apresentação consideramos que conseguimos transmitir o essencial do trabalho realizado, no entanto, é uma tarefa bastante difícil apresentar o trabalho realizado em cinco minutos. Julgamos que se fosse disponibilizado mais alguns minutos a informação poderia ser transmitida com mais calma e provavelmente com melhor clareza. Outras das dificuldades com que nos deparamos foi com o enorme ruído que se fazia ouvir no espaço, obrigando a falar mais alto e ficando com a sensação que era difícil se fazer ouvir.

As questões do avaliador foram no sentido da utilidade do trabalho realizado para os docentes e quais as alterações que realizávamos se executássemos de novo o estudo. As nossas respostas foram no sentido de explicar a utilidade deste processo para aumentar a motivação e posteriormente trabalhar aspetos mais específicos em função das necessidades dos alunos. Quanto às alterações para um novo estudo referimos algumas modificações nas situações (Salto de Rã e Lançamento do Peso) e propusemos realizar diferentes competições em diferentes aulas em equipas e/ou competições individuais nas diferentes disciplinas do Atletismo, outra das possibilidades foi realizar aulas politemáticas.

Em suma, esta atividade contribuiu para o desenvolvimento de diversas capacidades, das quais destacamos a organização deste tipo de atividade e ao nível do desenvolvimento do estudo, mas também na comunicação, apresentando o trabalho

realizado para diferentes públicos. Consideramos que conseguimos transmitir a informação que pretendíamos para o público-alvo, embora reconheçamos que por vezes houve alguns momentos que deveríamos falar mais pausadamente, no entanto, sabíamos que estávamos limitados no tempo e não queríamos deixar de referir as informações que considerávamos ser indispensáveis.

De salientar que o trabalho realizado não se restringe à matéria de Atletismo, pois todas as metodologias e estratégias adotadas podem ser adaptadas para outras matérias. De notar que identificamos um problema, procurámos perceber o fenómeno para sabermos como atuar, definimos meios e estratégias para resolver esses problemas e posteriormente controlamos a evolução das estratégias aplicadas. Este processo é cíclico e deverá ser utilizado em todas as situações, não só nas aulas como nas situações do dia a dia, logo consideramos que é fundamental dominarmos uma metodologia para podermos ajustar as estratégias e consequentemente tomarmos as melhores opções de modo a solucionarmos as situações com que nos vamos deparar.

7.2. Ação Científico-Pedagógica Coletiva

7.2.1. Enquadramento

A Ação Científico-Pedagógica Coletiva (ACPC) está inserida no EP e teve como principal propósito organizar e partilhar as experiencias realizadas pelos professores estagiários nas suas aulas. O tema da Ação foi “*Contributos Práticos para a abordagem da Educação Física*”. A Ação foi validada pela Secretaria Regional da Educação com a duração de 16 horas para o processo de formação contínua de educadores e de professores dos Grupos de recrutamento 160, 260 e 620, sendo também aberta aos alunos da licenciatura em Educação Física e Desporto e aos alunos de mestrado em ensino. A organização ficou a cargo dos professores estagiários com a supervisão dos orientadores científicos.

A atividade foi realizada nos dias 20 de fevereiro e 5 de março de 2016 na sala do Senado do campus universitário da Penteada e algumas componentes práticas foram realizadas na Quinta de São Roque, Funchal.

O Objetivo geral da Ação foi de apresentar e explorar estratégias alternativas para a abordagem da Educação Física.

A Ação foi organizada em cinco módulos com componentes teóricas e práticas. O nosso módulo foi o V, denominado “*O jogo e as suas possibilidades metodológicas no processo de ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física: Atletismo, Voleibol e Andebol*”, composto por seis preleções teóricas (duas de cada matéria) e três componentes práticas (uma por matéria).

7.2.2. Objetivos da preleção do Atletismo

- Apresentar e Caracterizar o “Atletismo jogado”.
- Propor uma abordagem lúdica e motivante do Atletismo.
- Apresentar situações práticas para o espaço disponível nas aulas de EF.
- Apresentar uma proposta de um sistema de competição.

7.2.3. Métodos e procedimentos

Foram realizadas várias reuniões entre os professores estagiários para definir o tema da Ação e os objetivos da mesma, sendo que a primeira proposta foi: *(Re)Abordar o “tradicional” na Educação Física: Contributos práticos*, que acabaria por não ser aprovada pelos orientadores. Posteriormente reunimos para definir novo tema, que acabaria por ser o definitivo, nomeadamente “*Contributos Práticos para a abordagem da Educação Física*”. Após a definição do tema geral organizamos as apresentações por módulos, sendo que foram constituídos cinco módulos, os quais foram organizados em função das afinidades dos temas.

Divulgação

Relativamente à divulgação, foram utilizados vários meios, nomeadamente a criação de um Facebook, *email* da Ação, cartazes de divulgação, vídeos promocionais e contactos pessoais. No que se refere à forma de divulgação foram solicitadas várias entidades para a divulgação, designadamente:

- Os Conselhos Executivos das escolas da RAM;
- Secretaria Regional da Educação;
- Associações de modalidade (que haviam preleções relacionadas);

- Reitoria da Universidade da Madeira (enviando a informação para os atuais e antigos alunos de Educação Física e Desporto);
- Delegados de Grupo de Educação Física dos núcleos de estágio;
- As apresentações das Ações Científico-Pedagógicas Individuais.

No seguimento deste processo foram endereçados convites pessoais aos docentes de Educação Física e aos diretores dos Conselhos Executivos das escolas com núcleos de estágio, assim como aos docentes do departamento de Educação Física da Universidade da Madeira.

No que se refere aos pedidos de divulgação apresentávamos um documento a efetuar o enquadramento da Ação e o respetivo pedido de divulgação, anexando o cartaz ([Apêndice L](#)) e o programa da ACPC ([Apêndice M](#)). A Universidade da Madeira ficou responsável por criar um link para as inscrições. Importa referir que a divulgação começou a ser efetivamente realizada a partir do dia 4 de fevereiro.

Organização

Houve um conjunto de procedimentos que foram distribuídos pelos alunos ao longo de todo o processo de organização, designadamente no processo de pré impacto:

- Requisição da sala do senado para a tarde do dia anterior as sessões;
- Requisição dos arranjos florais; copos; pires; jarro de água; toalhas de mesa;
- Requisição da sala 1 para *coffee break*;
- Realização de compras para o *coffee break*;
- Preparação da ficha de presenças;
- Preparação do questionário sobre a Ação;
- Preparação da identificação dos preletores ...

No caso específico do Atletismo solicitamos o empréstimo de material à diretora de instalações da Escola Secundária de Francisco Franco para realizarmos as situações pretendidas.

No primeiro dia de apresentações houve uma dinâmica de distribuição de tarefas para os alunos que não realizavam as apresentações nesse dia, de modo a que quem

apresentasse nesse dia se centrasse nas suas apresentações e não tivesse de se preocupar com a organização geral da ACPC, posteriormente invertendo os papéis. As tarefas a realizar nos dias das apresentações foram:

- Preparação da sala do Senado;
- Colocação das indicações para o local da Ação;
- Secretariado (registo de presenças na Ação);
- Organização do *coffee break*;
- Verificação do sistema de som e preparação da mesa de preletores;
- Entrega dos microfones durante o período de questões;
- Preparação do material no polidesportivo para a componente prática e/ou da sala do Senado.

7.2.4. Realização

A Ação foi realizada em dois dias e o número de horas foi distribuído em concordância entre os respetivos módulos em função das suas necessidades. No primeiro dia foram realizados dois módulos, um por turno, enquanto no segundo dia foram realizados dois módulos no turno da manhã e outro no turno da tarde.

O nosso módulo foi apresentado na última sessão do segundo dia, denominado de *“O jogo e as suas possibilidades metodológicas no processo de ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física: Atletismo, Voleibol e Andebol”*, moderado pelo Doutor António Cardoso. A componente teórica foi composta por seis preleções teóricas, sendo duas por cada matéria com a duração de 20 minutos cada. Iniciaram-se as preleções relacionadas com o Andebol, seguindo-se o Atletismo e o Voleibol.

No caso específico do Atletismo, iniciou-se com a apresentação de estudos realizados em contexto de aula e algumas propostas de operacionalização, seguindo-se a preleção da Doutora Helena Gouveia, relatando a sua experiência no desenvolvimento de atividades relacionadas com o Atletismo na sua escola (Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento Gouveia), demonstrando o sucesso deste tipo de matéria na escola. Após a finalização das preleções teóricas houve uma componente prática realizada na Quinta de São Roque.

7.2.5. Balanço

De modo geral houve em todas as preleções um grande número de pessoas a participar, no entanto, verificamos que houve poucos professores externos a participar na ação, assim como os alunos de 1º ano de mestrado em ensino. No total inscreveram-se 18 preletores; 4 orientadores científicos/cooperantes; 28 participantes externos (docentes); 39 alunos de licenciatura em Educação Física e Desporto e Mestrado.

A pouca participação externa pode ter ocorrido devido ao facto de a divulgação ser realizada apenas 15 dias antes do primeiro dia das apresentações, acrescentando-se o facto de ainda não estar validada nessa fase. Contudo consideramos que utilizamos os meios e as estratégias adequados para a divulgação, sendo que após estar validada enviamos novamente a informação aos possíveis interessados. Outro fator que pode ter contribuído para a pouca adesão dos docentes de Educação Física pode estar relacionado com o facto de haver outras sessões nos mesmos dias destas apresentações.

Um dos fatores que atrasou a validação da Ação foi a definição dos conteúdos e dos objetivos de cada matéria, que acabou por condicionar toda a operacionalização do processo de validação.

Uma das dificuldades com que nos deparamos neste processo foi em arranjar horários onde todos os professores estagiários estivessem presentes, sendo que optámos por marcar as reuniões para os horários onde existia o maior número de pessoas disponíveis. De destacar que a maioria das decisões foram tomadas em conjunto, respeitando todas as decisões e prevalecendo a opinião da maioria.

No que se refere a operacionalização é de destacar o empenho dos responsáveis na realização das tarefas, no entanto, achamos que podia haver uma melhor articulação se nas reuniões estivessem todos os elementos presentes.

Um dos aspetos que consideramos negativo foi o facto de apenas duas escolas estarem representadas na sessão de abertura. Consideramos que era imprescindível que todas as escolas onde existem núcleos de estágio estivessem representadas. No entanto, algumas optaram apenas por estar presentes no momento de apresentação do respetivo núcleo.

Quanto aos temas desenvolvidos na ACPC consideramos que foram bastante abrangentes e diversificados, apresentando contributos de operacionalização das matérias

em questão (Capoeira, Orientação, Geocaching, Ginástica, Atividades Rítmicas e Expressivas, Atletismo, Voleibol e Andebol) para a resolução de problemas com os quais os professores de EF se deparam nas suas aulas.

Relativamente ao nosso módulo, foi o módulo mais longo e com mais preletores, mas gostaríamos de destacar o facto de o moderador ter apresentado cada preletor antes da respetiva intervenção, dando a conhecer aos presentes algumas informações para além do percurso académico e quebrando um pouco a monotonia das apresentações. No entanto, consideramos que por vezes foi demasiado longo, nomeadamente no início do módulo, contribuindo para o atraso das preleções, acrescido de ter começado com algum atraso em relação ao horário que estava previsto no programa. O facto de termos realizado uma pausa ao fim da quarta apresentação pareceu-nos ser o mais adequado, para posteriormente retomar as restantes apresentações. No entanto, acabamos por não ter espaço para o debate, o que na nossa opinião foi um aspeto negativo, porque o debate podia ser uma mais-valia para todos os participantes.

Quanto à apresentação teórica, na nossa opinião os conteúdos estavam organizados de forma coerente e a informação foi transmitida de forma clara. Ao nível da oralidade, a apresentação correu bem, só em alguns momentos foi demonstrando algum nervosismo, mas foi bem controlado após uma breve pausa. De destacar que o preletor procurou não se focar apenas na sua apresentação, mas também em verificar a reação dos ouvintes, sendo que estes estavam atentos e mostravam-se interessados nos conteúdos apresentados. O facto de apresentarmos possibilidades de operacionalização para além do que foi analisado, parece-nos que foi um importante contributo para a lecionação desta matéria de ensino (Atletismo), que também podem ser transversais para outras matérias, com os devidos ajustes.

No que se refere à componente prática, atendendo a que estávamos relativamente atrasados e haviam poucos participantes disponíveis para a realização das situações, resolvemos colocar os participantes a experienciar todas as situações, dando maior enfoque ao preenchimento do quadro competitivo e explicando os fundamentos para termos colocado alguns condicionalismos, inclusive desafiamos alguns elementos a experimentar outras variáveis que podem ser realizadas. No entanto ficamos com a sensação que foi dedicado pouco tempo de prática para esta matéria, ou seja, devíamos ter explorado mais algumas situações, particularmente nas corridas para os participantes sentirem o impacto de estarem a competir com diferentes equipas.

A montagem do material foi realizada de forma estratégica e articulada, de modo a não prejudicar o desenvolvimento das situações e a não haver perda de tempo de transição para a situação seguinte, o que na nossa opinião foi bem-sucedida. De notar todo o apoio dos professores estagiários na operacionalização e participação nas componentes práticas, contribuindo para o sucesso das mesmas.

De destacar a realização do *coffee break*, que para além de ter uma grande diversidade de alimentos, permitiu que tivéssemos um momento de confraternização com os preletores e com os convidados, que no nosso entender é um aspeto imprescindível neste tipo de atividades.

Em suma, a experiência vivenciada neste processo constitui-se como um meio privilegiado na nossa formação, proporcionando a aquisição de competências ao nível do planeamento de ações de formação e ao nível de transmissão de conhecimentos através de comunicações teóricas e práticas para um grande número de público, ainda para mais com muitos elementos que não conhecemos. Pelo que consideramos que no futuro estaremos mais bem preparados para organizar e/ou intervir neste tipo de atividades. Relativamente aos participantes na Ação, consideramos que aumentaram o seu repertório para solucionar as várias dificuldades com que se deparam em contexto de aula e ficaram sensibilizados para a implementação de metodologias que rompem com os processos tradicionais, que apesar de não serem novas permitiram criar novas dinâmicas.

8. OUTRAS ATIVIDADES DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

Ao longo do estágio pedagógico participamos em diversas atividades fora da prática letiva que contribuíram para o nosso desenvolvimento enquanto docentes, mas também para melhorar a nossa relação com o GEF da escola e conhecer a realidade de outras escolas, nomeadamente através do estudo “*Educação Física nas Escolas da RAM – Compreender, Intervir, Transformar*” (EFERAM – CIT).

Neste ponto do trabalho relataremos as experiências vivenciadas e o nosso contributo na realização das mesmas.

8.1. EFERAM – CIT

8.1.1. Enquadramento

O estudo “*Educação Física nas Escolas da RAM – Compreender, Intervir, Transformar*” (EFERAM – CIT) é um projeto desenvolvido pelo Núcleo da Pedagogia do Mestrado em Ensino de Educação Física da UMa.

A Educação Física assume um papel essencial no processo educacional, pois prepara as crianças e jovens para adotarem estilos de vida mais saudáveis, criando hábitos e atitudes que perduram até a idade adulta, contribuindo para uma melhoria da saúde e da qualidade de vida das pessoas.

A EF tem como finalidade promover situações que potenciem a aquisição de hábitos de realização de Atividade Física ao longo da vida, desenvolvendo a aptidão e a melhoria de habilidades, mas fundamentalmente em formar alunos com conhecimentos e atitudes para serem mais ativos ao longo da vida.

Os objetivos traçados para o estudo foram: caracterizar a perceção e a atitude dos alunos face à Educação Física escolar; descrever os estilos de vida dos alunos; investigar a relação entre a perceção e a atitude dos alunos face à Educação Física, controlando pelos estilos de vida.

8.1.2. Os nossos Objetivos

- Compreender e ter uma participação ativa no processo de validação e de recolha dos dados para o estudo;

- Desenvolver competências ao nível da avaliação dos participantes e na aplicação do protocolo;
- Traçar o perfil de cada aluno da turma e fornecer um relatório individual.

8.1.3. Operacionalização

Realizamos a 1ª reunião para este estudo no dia 6 de abril, onde foi definido um cronograma que tínhamos de cumprir de modo a viabilizar o estudo, o que implicou começar desde logo na entrega de consentimentos aos nossos alunos e das turmas do orientador cooperante, realizar treino da equipa de campo no laboratório e estabelecimento de contactos na nossa escola para angariação de uma turma para a aplicação do estudo piloto (dia 13 de abril).

Data	Conteúdos a abordar	Especificações
06.04.2016 (quarta-feira)	Apresentação do protocolo geral de avaliação.	(3h)
08.04.2016 (sexta-feira)	Treino da equipa de campo, em contexto de laboratório, com todos os instrumentos de avaliação: aptidão física, composição corporal e questionários.	(3h)
13.04.2016 (quarta-feira)	*Estudo piloto – sessão 1 (avaliação de uma turma da escola com todos os elementos da equipa de campo)	(2h)
15.04.2016 (sexta-feira)	Data limite para recolha dos Consentimentos. Reunião geral, para discutir procedimentos protocolares.	(3h)
17.04.2016 (segunda-feira)	Início das avaliações por questionário <i>online</i> .	-
20.04.2016 (quarta-feira)	*Estudo piloto – sessão 2 (avaliação da mesma turma numa escola com todos os elementos da equipa de campo)	(2h)
21.04.2016 (quinta)	Início das avaliações da aptidão física e composição corporal nas escolas.	Total (13h)

Figura 2 – Cronograma de preparação para a aplicação do EFERAM – CIT

Para trabalho de campo houve a necessidade realizar mais horas de treinos do que estava previsto, acrescido ao facto de ser necessário disponibilizar bastante tempo para a recolha de consentimentos dos encarregados de educação a autorizarem a participação dos seus educandos no estudo.

O estudo piloto foi realizado na ESFF, sendo que ficamos responsáveis de tratar da logística, ao nível da disposição das estações, os espaços a utilizar e dos procedimentos burocráticos de autorização dos avaliadores para a entrada nas instalações da escola. Quanto aos participantes obtivemos 15 autorizações para participarem no estudo piloto.

Posteriormente procedemos à introdução dos dados recolhidos na 1ª avaliação, sendo que ficou outra dupla responsável pela introdução dos dados da 2ª avaliação.

Relativamente à recolha de consentimentos foi muito mais prolongada do que prevíamos, tendo em conta que os alunos muitas vezes se esqueciam de trazer, o que implicava que tivéssemos de passar para recolher no dia seguinte e se arrastasse durante duas semanas. Inicialmente tínhamos previsto um total de 76 alunos da ESFF, no entanto, houve muitos que não estavam interessados em participar, o que se constatou com o elevado número de alunos que entregaram o consentimento com a informação que os EE não autorizavam a sua participação no estudo, sendo que participaram 35 alunos no estudo.

Aplicamos dois questionários *online* às quatro turmas participantes durante as aulas de EF na sala de reunião do GEF, sendo que os questionários foram aplicados em momentos diferentes. Em cada aula definimos dois grupos de alunos, que consoante acabavam o questionário voltavam para a aula prática de EF. Existiu algumas situações em que os alunos não compareceram na respetiva aula para o preenchimento do questionário, logo tivemos de ir ao encontro dos respetivos alunos, noutro dia, no sentido de combinar um outro momento para o preenchimento do questionário.

Na aplicação da bateria de testes práticos, contamos com a colaboração de outros avaliadores em função da disponibilidade dos mesmos e do número de elementos a serem avaliados. Ainda assim, foi necessário marcar mais um dia para os alunos que tinham faltado no dia das respetivas avaliações práticas. De destacar, a colaboração de alguns professores de outras disciplinas que se demonstraram disponíveis para dispensar os alunos para a realização das avaliações, assim como os docentes do GEF da ESFF, que colaboraram connosco disponibilizando parte do seu espaço para que pudéssemos realizar as avaliações.

De referir que colaboramos nas avaliações das outras três escolas que participaram no estudo, sendo que participamos em mais avaliações do que as que inicialmente nos propusemos, no sentido de ajudar os colegas, o que possibilitou que conhecêssemos outras instalações/ realidades de outras escolas e convivêssemos com professores de EF de outras escolas.

Após a recolha dos dados procedemos à introdução dos mesmos numa base de dados e efetuamos um relatório individual para entregar aos nossos alunos que participaram no estudo.

8.1.4. Balanço

Esta atividade surgiu numa fase em que tínhamos um conjunto de ações que estavam a ser preparadas, nomeadamente a Ação de Extensão Curricular e a Ação de Intervenção na Comunidade Educativa. No entanto, tivemos uma postura bastante ativa em todo o processo, nomeadamente no estudo piloto, encontrando uma turma que se disponibilizasse para o efeito e na implementação de todo o processo inerente ao mesmo, assim como na disponibilidade para a realização das avaliações nas restantes escolas.

Nesta atividade investimos bastante capital (tempo), apesar de não estar contemplada no plano de estudo, mas foi uma das atividades que nos deu muito prazer em realizá-la, não só pela necessidade da nossa intervenção, mas também pela interação que estabelecemos com outros alunos e professores.

A participação neste estudo permitiu vivenciar e compreender a dificuldade de operacionalizar um estudo desta natureza e dos procedimentos a ter em consideração para que os dados sejam validados.

Uma das dificuldades com que nos deparamos foi em convencer os alunos a participarem no estudo. Este facto pode dever-se ao GEF que efetua a aplicação de uma bateria de testes, averiguando o nível dos alunos na Aptidão Física, mas também pelo facto de muitos alunos não quererem se expor na realização dos testes.

Importa referir que tivemos de disponibilizar imenso tempo para a recolha dos consentimentos, atendendo a que os alunos se esqueciam e/ou não estavam interessados e acabavam por não trazerem os consentimentos, fazendo com que tivéssemos que passar num outro momento para o efeito. Este aspeto acabou por ser ainda mais demorado do que se todos participassem.

A aplicação dos questionários criou algum embaraço aos professores nas aulas de EF, visto que no preenchimento dos questionários haviam alunos que demoravam mais do que outros, sendo que os alunos iam chegando e saindo aos poucos da aula, causando algum caos. Quanto às avaliações práticas, os alunos que não participavam no estudo

realizavam a aula, sendo que tínhamos de pedir a colaboração dos professores que estavam no pavilhão para partilhar o seu espaço para podermos efetuar as avaliações.

Ao nível das avaliações práticas desenvolvemos competências para a aplicação e mensuração dos resultados em todos os testes aplicados, inicialmente demorávamos algum tempo, mas com o evoluir das avaliações fomos afinando os procedimentos, acabando por realizar vários testes sem qualquer constrangimento.

No que se refere aos dados recolhidos, de notar que apesar destes numa primeira fase se destinarem a uma análise geral, suscitou o interesse individual dos alunos, que quiseram conhecer qual o seu posicionamento em função dos valores de referência. Posto isto, optámos por criar um relatório individual, onde foram registados os resultados e traçados os respetivos perfis individuais, em função da idade e dos níveis verificados. Desta forma, possibilitamos aos alunos se conhecerem melhor, ficar com o registo da sua prestação e cientes dos aspetos/comportamentos a melhorar.

De acordo com Rodrigues (2014, p. 78), a interpretação e comunicação adequada dos resultados dos testes é um elemento importante dos testes de Aptidão Física nas escolas, atendendo que fornecem uma oportunidade para:

- Auxiliar os alunos na compreensão do conceito de aptidão física, melhoria da sua saúde e prevenção de doenças;
- Motivá-los para a prática de atividade física e desportiva fora do contexto das aulas de Educação Física e orientada por objetivos.

Em suma, esta atividade foi muito gratificante, não só pelas competências que desenvolvemos na realização destas tarefas, assim como na gestão das tarefas que tínhamos para realizar num curto espaço de tempo, pois tivemos de gerir várias atividades em simultâneo, efetuando a preparação e operacionalização das mesmas.

8.2. Colaboração nas atividades do Grupo de EF

8.2.1. “Projeto + 90 pela saúde”

O “*Projeto + 90 pela tua saúde*” é um projeto desenvolvido pelo GEF que visa a construção de um programa de educação e avaliação da Aptidão Física para a Saúde, procurando combater o sedentarismo na Comunidade Escolar, particularmente nos alunos, introduzindo pelo menos mais 90 minutos ativos semanais, quer seja no Desporto

Escolar, nas atividades ao longo do ano letivo sem competição formal e/ou na frequência do Ginásio da escola com o devido acompanhamento.

Objetivos gerais do Projeto

- Promover a atividade física;
- Aferir estado dos alunos (preocupação com a saúde);
- Motivar para a atividade física;
- Formar consumidores educados da atividade física;
- Permitir a comparação entre dois momentos (no ano letivo) ou mais (ao longo do ensino secundário);
- Base para estruturar um plano de ação;
- Cumprir com o Programa Nacional de Educação Física (*“estar dentro dos parâmetros da zona saudável”*).

A nossa colaboração incidiu na aplicação dos testes que eram realizados nas aulas de EF com as respetivas turmas. As avaliações foram realizadas em 2 momentos, sendo que para cada momento estava definido o percurso para cada turma, ou seja, toda a escola foi avaliada numa semana durante as aulas de EF. Estas avaliações foram realizadas no 1º e no 3º período.

Quanto ao modo de registo, variava em função do teste, mas cada turma possuía uma folha com os nomes dos alunos, onde foram registados os resultados. Em cada estação havia um ou mais professores responsáveis por explicar os testes, corrigir as execuções e registar os resultados. Posteriormente, cada professor ficava responsável por introduzir os dados das suas turmas numa base de dados, possibilitando realizar tarefas em função das necessidades dos alunos e ajudando-os para que atinjam a zona saudável de Aptidão Física e/ou melhor os seus resultados.

8.2.2. “Dia da Atividade Física”

A atividade denominada *“Dia da Atividade Física”* consta no plano anual de atividades da escola, visando comemorar o Dia Mundial da Atividade Física e é uma atividade desenvolvida pelo GEF da ESFF. Esta atividade teve lugar no Parque Desportivo de Água de Pena, no dia 5 de fevereiro, durante o turno da manhã.

Os objetivos principais

- Promover a prática de Atividade Física;
- Desenvolver o convívio entre os alunos;
- Desenvolver a cooperação;
- Desenvolver a autoconfiança e a autoestima.

Os alunos foram organizados em grupos e com a orientação dos professores, puderam praticar e/ou experienciar Orientação, Futebol, Ténis de Campo, Squash, Escalada, Madeirabol e Padel.

A nossa participação nesta atividade foi apenas de acompanhamento das atividades. Esta iniciativa contou com a participação de cerca de 50 alunos e todos os professores do GEF da ESFF. Este tipo de atividades é importante para fortalecer as relações do grupo e para proporcionar a interação com outros alunos da escola, assim como proporcionar a experimentação de diferentes atividades e a construção de novas amizades.

8.2.3. Workshop de Desportos de Combate

O Dia dos Desportos de Combate foi uma ideia que tínhamos inicialmente para a AEC. No entanto, optámos por realizar outra atividade, integrando outra escola com professores estagiários em EF.

O Workshop dos Desportos de Combate foi desenvolvido pelo Clube de Capoeira da ESFF e contou com a colaboração do Núcleo de Estágio de Educação Física da ESFF. Esta atividade foi realizada no dia 6 de abril entre as 10 e as 13:30 horas, no Pavilhão Desportivo da escola.

Os desportos que os alunos tiveram a oportunidade de realizar/experienciar foram: a Esgrima, Muay Thai, Karaté, Capoeira e Judo.

O Workshop sobre Desportos de Combate contou com a presença de representantes pelas diversas associações de modalidade, ficando responsáveis pela orientação das respetivas estações.

O objetivo do Workshop:

- Consciencializar para as potencialidades dos Desportos de Combate;

- Possibilitar a experimentação de alguns Desportos de Combate;
- Promover a aquisição de algumas técnicas base dos Desportos de Combate.

A nossa participação nesta atividade foi na realização de cartazes para cada Desporto de Combate, sendo que procurámos integrar os alunos na realização destas tarefas. Houve alguns alunos que participaram e enviaram-nos algumas propostas, posteriormente efetuamos algumas recomendações para as informações dos cartazes, procurando uniformizar os cartazes.

No dia da atividade prestamos apoio na organização e possibilitamos que os nossos alunos experienciassem dois Desportos de Combate durante a aula de EF.

Esta atividade teve uma grande projeção, contando com a presença do Conselho Executivo no local e pelo grande número de participantes (368 alunos), mas também pelas informações publicadas nos meios de informação/comunicação, com 3 notícias publicadas em 2 jornais (Diário de Notícias e Jornal da Madeira) e na revista da escola “Leia S.F.F. n.º 46”.

8.2.4. Manhã Radical

A atividade “*Manhã Radical*” foi organizada por uma docente do GEF, que em colaboração com o DE e com os docentes do GEF operacionalizaram as atividades. A atividade foi realizada no dia 25 de maio entre as 8:15 e as 13:00 horas, no Pátio Central da escola.

Objetivos da atividade

- Possibilitar a experimentação de alguns Desportos de Adaptação ao Meio;
- Promover a aquisição de algumas técnicas base nas atividades realizadas;
- Realizar um circuito lúdico, o mais rápido possível, em duplas.

Nesta atividade os alunos tinham a possibilidade de realizar Escalada, Rapel, uma situação de equilíbrio e um percurso lúdico.

O percurso lúdico era realizado em duplas, sendo que os alunos tinham de alternar a realização das tarefas. O percurso contemplava dinâmica de grupo para percorrer um espaço com um elemento a deslocar-se com umas “pernas de pau” e o outro a segurar,

seguidamente tinham de contornar uns obstáculos, sem contactar com os mesmos, com uma bola de futebol e acertar num alvo, marcando golo, posteriormente lançavam cinco arcos para acertar nos alvos e finalizavam resolvendo um enigma. Este percurso lúdico tinha um tempo limite máximo de quatro minutos.

Nesta atividade participamos no controlo das situações, realizando o registo dos participantes e acompanhando-os ao longo do percurso até finalizarem e/ou acabar o tempo previsto, posteriormente iniciávamos com uma nova dupla.

Quanto aos nossos alunos, disponibilizamos parte da aula para participarem na atividade, sendo que tiveram a possibilidade de realizarem atividades que ainda não tinham experimentado, particularmente o Rapel, a situação de equilíbrio e o percurso lúdico, mas também voltarem a realizar a atividade de Escalada.

8.2.5. Reuniões de Grupo

As reuniões de grupo eram realizadas na 2ª e 4ª semana de cada mês, nestas eram debatidos os assuntos relacionados com o GEF, nomeadamente as atividades a realizar, os balanços das mesmas, aprovação do plano de estudos, entre outros.

As nossas participações nas reuniões de Grupo foram pontuais, mas consideramos que são de extrema importância, pois são debatidos assuntos que são essenciais para o bom funcionamento das aulas. No entanto, tínhamos muitas tarefas a realizar e por vezes marcávamos as reuniões com os orientadores para os mesmos dias, logo tínhamos de preparar as mesmas.

O GEF em algumas das suas reuniões procurou realizar sessões de esclarecimento em algumas matérias, nomeadamente no caso de Ginástica de Aparelhos. De salientar, que esta iniciativa surgiu após a realização das ACPI dos professores estagiários. Apesar de termos lecionado esta matéria no 1º período, achamos que seria bastante enriquecedor participar nas mesmas, no entanto, participamos apenas numa das sessões, porque coincidiu com uma fase em que tínhamos de preparar várias atividades.

8.2.6. Balanço geral

A participação nas atividades do GEF foi uma experiência bastante enriquecedora e gratificante, atendendo à aceitação que tivemos pelo grupo, mas também pelas colaborações que se estabeleceram ao longo do ano letivo.

Esta relação de grande proximidade deve-se ao facto de sermos bastante humildes e desde cedo procurámos estabelecer relações com o GEF, sempre que tínhamos aulas, chegávamos mais cedo para acertar alguns pormenores e muitas vezes realizávamos na sala do GEF, o que facilitou a nossa integração e a interação com os professores. Importa referir que o orientador cooperante teve um papel determinante neste processo, pois a sua relação com o GEF facilitou a nossa integração. Outro aspeto determinante foi o facto de sempre que nos deslocávamos à escola, mesmo quando não tínhamos aulas, procurarmos passar pelo gabinete de EF para cumprimentar os colegas e os funcionários do pavilhão que por ali estavam.

A excelente relação que se estabeleceu com o GEF possibilitou uma grande cooperação quer seja ao nível da disponibilização de material, troca e/ou partilha de espaços, assim como a efetivação de convites para levarmos as nossas turmas a participar em algumas atividades ou até mesmo a nossa colaboração nessas atividades, mas também na disponibilidade para colaborar, sempre que possível, nas atividades desenvolvidas pelo NE.

A participação nas atividades referidas anteriormente permitiu desenvolver competências ao nível da organização, gestão e monitorização de atividades, mas fundamentalmente contribuíram para uma melhor integração no meio escolar, quer seja com os docentes do GEF, mas também com os alunos e outros elementos da Comunidade Educativa que participaram nas atividades.

Relativamente à participação nas reuniões de grupo, possibilitaram uma melhor compreensão dos procedimentos efetuados neste tipo de reuniões para o bom funcionamento do grupo, quer seja ao nível das aulas ou das atividades desenvolvidas. De salientar o facto de o GEF ter adotado a realização de sessões de esclarecimento sobre determinadas dificuldades que o grupo evidenciava, favorecendo a dinâmica de partilha de experiências e de possíveis soluções. Este aspeto também evidencia que trouxemos mais-valias ao GEF e ajudou a fortalecer ainda mais as relações existentes.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste capítulo iremos reforçar alguns aspetos que consideramos importantes, tendo em consideração que ao longo deste relatório fomos realizando apreciações sobre as atividades realizadas.

Finalizado o Estágio Pedagógico, podemos aferir que foi uma etapa bastante desafiante, não só pela quantidade de situações com que nos tivemos de deparar/adaptar, mas também pelas situações que tivemos de ser nós próprios a produzir e/ou a solicitar aos alunos.

O presente relatório tem como propósito principal refletir sobre o que foi realizado, indo ao encontro do que Freire (2003) defende, pensando a prática como forma de ensinar a aprender a pensar e a praticar melhor, mas também para dar a perceber as nossas opções e dificuldades que foram surgindo ao longo deste processo. Após a leitura do relatório ficámos com a perceção de que não conseguimos expressar por escrito tudo o que se passou e os aspetos que tivemos em consideração para tomar determinadas decisões, mas procurámos sintetizar e sistematizar todas as atividades em que estivemos envolvidos e de algum modo referir os aspetos mais marcantes.

Ao longo do ano letivo, existiram bastantes reajustes ao nível do PA, das UD e na própria organização nas aulas. Inicialmente ficávamos muito presos ao que tínhamos planeado, porque efetivamente investíamos bastante no planeamento, para que tudo desenrolasse da melhor forma, mas com o evoluir do EP conquistámos a capacidade de adaptação às situações, em função das imprevisibilidades que ocorriam. Esta evolução resultou da conjugação de vários fatores, nomeadamente pelo facto de sermos constantemente desafiados a ter de adaptar situações em contexto de aula; pelo facto de ficarmos mais à vontade perante os alunos; mas também pelo facto de termos um maior domínio das matérias a abordar e pelas reflexões conjuntas do Núcleo de Estágio (NE).

Ao longo da PL procurámos solicitar aos alunos comportamentos de vários grupos taxonómicos, tendo em consideração a taxonomia das Atividades Desportivas (Almada *et al.*, 2008) com a intencionalidade de procurar favorecer o desenvolvimento integral do aluno (Homem) e consequentemente facilitar a sua integração na sociedade, assim como fazer com que a EF seja vista de uma forma mais positiva pelos alunos.

As atividades que desenvolvemos ao longo do EP possibilitaram a interação com diversas entidades, contribuindo desta forma para uma melhoria das nossas competências

ao nível da organização de atividades, comunicação com outras entidades internas e externas à escola, mas também como potenciadores no desenvolvimento de competências nos alunos, integrando-os na organização das atividades e permitindo que tenham poder de decisão. Estes aspetos demonstram que os alunos estiveram sempre no centro do processo e houve uma evidente preocupação em prepará-los para um futuro incerto, que certamente necessitará de pessoas, cada vez mais autónomas, criativas, críticas, com grande capacidade de adaptação às situações e de resolução das adversidades que surgirão (Lopes, 2014).

As Atividades de Natureza Científica-Pedagógica (Individual e Coletiva), permitiram enriquecer a formação dos docentes de Educação Física. No caso da ACPI foi desenvolvida para ser apresentada ao GEF da ESFF, enquanto a ACPC foi destinada a todos os docentes do grupo de recrutamento 160, 260 e 620 da RAM. Nestas ações procurámos apresentar e partilhar algumas experiências que realizámos em contexto de aula, apresentando contributos práticos para as aulas de EF, contribuindo desta forma para o desenvolvimento de competências ao nível da comunicação e na transmissão de conhecimentos em exposição pública para uma plateia com um grande número de pessoas a assistir.

Relativamente às instituições envolvidas neste processo, consideramos que a ESFF nos disponibilizou os recursos necessários para desenvolvermos as nossas intervenções, assim como teve um papel bastante ativo na divulgação/comunicação das atividades realizadas, o que também veio enaltecer o trabalho realizado com toda a Comunidade Educativa, contribuindo desta forma para o reconhecimento da disciplina de EF, do GEF e dos professores diretamente ligados.

Neste sentido, consideramos que dignificamos a Universidade da Madeira, particularmente o departamento de Educação Física e Desporto pela quantidade e qualidade do trabalho realizado, implementando situações que rompem com os processos tradicionais, que apesar de não serem novas permitiram criar novas dinâmicas, pela projeção que oferecemos na escola perante a Comunidade Educativa, mas também para toda a sociedade que esteve minimamente atenta.

Ao longo deste percurso abdicamos de muita coisa (família, trabalho, amigos, entretenimento, ...), centrando os nossos esforços nos objetivos pretendidos, com maior incidência neste último ano, procurando não desiludir as pessoas que acreditaram em nós,

incentivaram e ajudaram a nos transformar. Em todas as tarefas realizadas, investimos bastante capital (tempo) com este intuito, mas também em desenvolver competências para sermos cada vez melhores. Refletir sobre o trabalho realizado, pesquisar sobre os assuntos que queremos estar melhor informados e/ou suprir algumas necessidades é uma boa base para que este processo tenha sucesso.

Finalizamos esta etapa na nossa formação, conscientes que demos o nosso melhor em cada situação, quer seja enquanto alunos e/ou enquanto professores estagiários, mas este momento não poderá ser visto como um ponto de chegada, mas sim, como o início de uma nova etapa, cheia de novos desafios e de imprevisibilidade. Certamente que a formação que tivemos nos preparou de modo a dar respostas mais eficazes para as dificuldades com que nos vamos deparar.

As reflexões realizadas contribuíram para que compreendêssemos melhor o funcionamento de toda a dinâmica educativa e do contexto escolar em que o professor está envolvido e com o qual interage constantemente. Consideramos que o EP é uma etapa fundamental na formação do professor, atendendo à diversidade e à quantidade de atividades a realizar, o que possibilita uma maior interação e consequentemente uma melhor relação com todos os intervenientes, marcando de forma positiva a vida do professor a nível profissional, mas também a nível pessoal.

10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almada, F. (1992). *Cadernos da Sistemática das Actividades Desportivas N°2*. Lisboa: Edições FMH.
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A., & Vitória, M. (2008). *A rotura – A sistemática das actividades desportivas*. Torres Novas: Edições VML.
- Andrade, P. (2013). *Relatório de Estágio de Educação Física realizado na Escola dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia*. Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Andrade, P., Pestana, L., Lopes, A. & Lopes, H. (2013). Heterogeneidade nas aulas de Educação Física: Um problema ou um meio? – Análise ao nível dos Desportos Coletivos. *Seminário Desporto e Ciência 2013*. Universidade da Madeira.
- Araújo, C. (2002). *Manual de Ajudas em Ginástica*. Porto: Edição do Autor.
- Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira (2015). *Benjamins - Programa de Provas Fun' Athletics 2015/2016*. Disponível em http://www.atletismomadeira.pt/DepTecnico/2016_Prog_Regional_p_Benjamins.pdf
- Bárbara, A. (2015). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Secundária de Francisco Franco*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Barros, F. (2014). *Os Desportos de Adaptação ao Meio, numa Vertente Aplicada, Tendo em Conta Predominantemente as Especificidades da Escola e do Turismo no Quadro da RAM*. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Barros, J. & Zotko, R. (2012). Nota Prévia. In Federação Portuguesa de Atletismo (2012). *Atletismo: Dossier do Professor*. Federação Portuguesa de Atletismo, pp. 11-15.
- Batalha, A. (2004). *Metodologia do Ensino da Dança*. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.
- Batalha, A. & Xarez, L. (1999). *Sistemática da Dança I - Projecto Taxonómico*. Lisboa: FMH Edições.

- Bratfische, S. (2003). Avaliação em Educação Física: Um Desafio. *Revista da Educação Física/UEM*, 14 (2), pp. 21-31. Disponível em <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3466/2472>
- Caires, C. (2014). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Secundária de Francisco Franco*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Caires, C., Fernandes, M., Rodrigues, D. & Lopes, H. (2014). Estratégias de intervenção para responder à problemática da heterogeneidade: Exemplos ao nível dos Desportos Coletivos e dos Desportos de Combate. *Seminário Desporto e Ciência 2014*. Universidade da Madeira.
- Camacho, S. (2007). *Caraterização das atividades desportivas abordadas na Educação Física e no Desporto Escolar nas escolas do 3º Ciclo da RAM*. Monografia de 5º Ano da Licenciatura em Educação Física e Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Câmara, H. & Santos, G. (2013). Atletismo na escola: uma mudança necessária. *Revista efdeportes*, Ano 17, Nº 178. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd178/atletismo-na-escola-uma-mudanca-necessaria.htm>
- Cunha, C. (2011). *Ética e Deontologia para a Docência: ser professor hoje*. Dissertação de Mestrado, Departamento de Educação da Universidade de Aveiro, Portugal.
- Duarte, M. (2015). *A Motivação nas Aulas de Modalidades Individuais - Ginástica e Atletismo*. Relatório de Estágio Profissional do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.
- Escola Secundária de Francisco Franco (2012). *Projeto Educativo. Ensino de qualidade e sucesso educativo para todos 2012-2016*. Disponível em <http://escolas.madeira-edu.pt/LinkClick.aspx?fileticket=aB1C6R9OKC8%3d&tabid=14818&mid=43805>

- Escola Secundária de Francisco Franco (2014). *Regulamento Interno da Escola Secundária de Francisco Franco*. Disponível em <http://escolas.madeira-edu.pt/LinkClick.aspx?fileticket=aImrFD8SpBY%3d&tabid=14818&mid=43805>
- Escola Secundária de Francisco Franco (2016). *Revista Leia S.F.F.* Funchal, nº 46, pp. 26; 27; 60; 61; 75. Disponível em https://issuu.com/leiasff/docs/revista_leiasff_n_46
- Favinha, M. (2012). *A importância do papel do diretor de turma enquanto gestor do currículo*. Disponível em <https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/8185/1/Artigo%20Revista%20Temas%20e%20Problemas.pdf>
- Federação Portuguesa de Atletismo (2012). *Atletismo: Dossier do Professor*. Federação Portuguesa de Atletismo.
- Fernandes, E. (2007). *Caraterização das Actividades Desportivas abordadas na Educação Física e no Desporto Escolar nas Escolas Secundárias na R.A.M.* Monografia do 5º ano da Licenciatura em Educação Física e Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Fernandes, M., Caires, C., Rodrigues, D. & Lopes, H. (2014). Compreender a problemática da heterogeneidade da prestação motora para elevar o nível de intervenção profissional. *Seminário Desporto e Ciência 2014*. Universidade da Madeira.
- Fernandes, M. (2014). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Secundária de Francisco Franco*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Fernandes, S. (2003). *Vivências e percepções do estágio pedagógico – A perspectiva dos estagiários da Universidade do Minho*. Tese de Doutoramento. Braga: Universidade do Minho. Disponível em <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/3246/1/TeseDOUTCaires.pdf>
- Freire, P. (2003). *Professora sim, tia não – cartas a quem ousa ensinar*. São Paulo: Editora Olho d'Água.

- Freitas, C. (2012). *Relatório do Estágio em Educação Física realizado na Escola Secundária Jaime Moniz*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira
- Garganta, J. (2002). Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. *Revista digital EFDeportes*, ano 8, nº 45. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd45/ensino.htm>
- Garganta, J. (1995). Para uma teoria dos jogos desportivos colectivos. In: A. Graça & J. Oliveira (eds). *O ensino dos Jogos Desportivos*. Porto: CEJD/FCDEF-UP, pp. 11-25.
- Góes, F., Júnior, P. & Oliveira, P. (2014). Algumas reflexões sobre a inserção e o ensino do Atletismo na Educação Física escolar. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, São Paulo, 13 (1), pp. 96-108. Disponível em <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/4154>
- Gomes, H., Freitas, V., Nóbrega, J. & Alves, R. (2014). Avaliação Formativa/Sumativa: O Paradigma Atual. In H. Lopes, É. Gouveia, R. Alves & A. Correia (Orgs.). *Problemáticas da Educação Física I*. Funchal: Universidade da Madeira, pp. 101-103.
- Gonçalves, C., Gaspar, A., Oliveira, R. & Gouveia, E. (2015). O Ensino do Atletismo na Escola. *Seminário Desporto e Ciência 2015*. Universidade da Madeira.
- Gonçalves, J. (2009). *Voleibol – Ensinar Jogando*. Lisboa: Livros Horizonte, Lda.
- Gozzoli, C., Simohamed, J. & El-Hebil, A. (2006). *IAAF Kid's Athletics – A Team Event For Children*. International Association of Athletics Federations.
- Holderbaum, G. (2012). Habilidades motoras fundamentais. *Revista digital EFDeportes*, ano 17, nº 173. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd173/habilidades-motoras-fundamentais.htm>
- Huberman, M. (2013). O ciclo de vida profissional dos professores. In Nóvoa. A. (org.), *Vidas de Professores* (2.ª ed.). Porto: Porto Editora.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). *Programa Nacional de Educação Física – 10º, 11º e 12º anos – Cursos Gerais e cursos tecnológicos*. Organização curricular e programas, Ministério da Educação.

- Jardim, N., Pereira, M., Carvalho, J. & Gouveia, E. (2013). A utilização de sistemas competitivos como um instrumento de gestão no processo de ensino-aprendizagem. *Seminário Desporto e Ciência 2013*. Universidade da Madeira.
- Jasmins, A. (2012). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Secundária de Francisco Franco*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Libâneo, J. (2009). *Cadernos de Pedagogia Universitária. Conteúdos, formação de competências cognitivas e ensino com pesquisa: unindo ensino e modos de investigação*. Universidade de São Paulo.
- Lopes, H. (2005). *Análise das possibilidades de integração nos mercados do Desporto de um produto de âmbito da Sistemática das Atividades Desportivas*. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Lopes, H., Fernando, C. & Prudente, J. (2010). Apoio Laboratorial ao Processo Pedagógico. *Atas do 1º Congresso Internacional da Intervenção Pedagógica e Profissional (Nº Especial de Dezembro 2010 do Boletim do Grupo IPP do CIDESD)*, Maia. Disponível em <https://www.researchgate.net/publication/267451207>
- Lopes, H., Vicente, A., Simões, J., Barros, F. & Fernando, A. (2013). A Funcionalidade do Processo Pedagógico. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 1 (2), 54-65. Disponível em <https://www.researchgate.net/publication/266967851>
- Lopes, H. & Fernando, C. (2013). *Apontamentos da Unidade Curricular Pedagogia do Desporto*. Licenciatura em Educação Física e Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Lopes, H. (2014). Avaliação Sumativa – O erro do avaliador. In H. Lopes, É. Gouveia, R. Alves & A. Correia (Orgs.). *Problemáticas da Educação Física I*. Funchal: Universidade da Madeira, pp. 104-114.
- Lopes, H. (2015). *Pedradas no Charco – Contributos para a rotura do processo pedagógico*. Funchal: Universidade da Madeira. Disponível em <http://www.researchgate.net/publication/282023910>

- Keulen, G., Benda, R., Ugrinowitsch, H., Velentini, N. & Krebs, R. (2016). Influência de uma intervenção utilizando a prática variada e em blocos no desempenho das habilidades de controle de objetos. *Journal of Physical Education*, volume 27. Disponível em <https://www.researchgate.net/publication/304215064>
- Martins, A. (2011). *A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física*. Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Lisboa: Universidade Lusófona. Disponível em <http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/1581/Relat%C3%B3rio%20Est%C3%A1gio%20Ana%20Martins.pdf?sequence=1>
- Mallmann, M. & Barreto S. (2012). *A Dança e seus efeitos no desenvolvimento das Inteligências Múltiplas da Criança*. Pós-Graduação no Instituto Catarinense. Disponível em www.posuniasselvi.com.br/artigos/rev04-07.pdf
- Matthiesen, S., Silva, M. & Silva, A. (2008). Atletismo na escola. *Revista Motriz*, Rio Claro, v.14, n.1, pp.96-104.
- Matthiesen, S., Calvo, A., Silva, A. & Faganello, F. (2005). Atletismo se aprende na escola. *Revista Motricidade*, 1 (1), pp. 36-47. Disponível em http://www.revistamotricidade.com/arquivo/2005_vol1_n1/v1n1a05.pdf
- Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R. & Damásio, A. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Exedra*, nº6. Coimbra. Disponível em <http://www.exedrajournal.com/docs/N6/04-Edu.pdf>
- Mesquita, I. (1995). Ensino do Voleibol: Proposta Metodológica. In A. Graça & J. Oliveira (Eds). *O ensino dos jogos desportivos*. 2ª Eds. Lisboa: Universidade do Porto, pp. 153-199.
- Ministério da Educação (s.d.). *Organização Curricular e Programas. Ensino Básico 2º Ciclo (Volume I)*. Disponível em https://cnapef.files.wordpress.com/2012/12/2c_efisica.pdf
- Moreira, M., Ferreira, M. & Sá, K. (2011). Intervenções pedagógicas para o ensino da dança na escola. *Revista digital EFDeportes*, ano 16, nº 156. Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd156/o-ensino-da-danca-na-escola.htm>
- Morgado, J. (2005). *Currículo e Profissionalidade Docente*. Porto: Porto Editora.

- Pereira, A. (2012). *Relatório de Estágio de Educação Física realizado na Escola dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia*. Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Pestana, L., Andrade, P., Lopes, A. & Lopes, H. (2013). Heterogeneidade nas aulas de Educação Física: Um problema ou um meio? - Análise ao nível dos Desportos de Combate (DC) e dos Desportos Individuais (DI). *Seminário Desporto e Ciência 2013*. Universidade da Madeira.
- Pestana, L. (2013). *Relatório de Estágio de Educação Física realizado na Escola dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia*. Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- Prudente, J. (2006). *Análise da performance táctico-técnica no andebol de alto nível*. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Prudente, J., Garganta, J. & Anguera, M. (2004). Desenho e Validação de um sistema de observação no Andebol. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 4 (3), pp. 49-65. Disponível em http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/vol.4_nr.3/1.06_joao_prudente.pdf
- Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Rodrigues, A. (2014). Aptidão Física na Escola. In H. Lopes, É. Gouveia, R. Alves & A. Correia (Orgs.). *Problemáticas da Educação Física I*. Funchal: Universidade da Madeira, pp. 73-80.
- Rosado, A. (1998). Desenvolvimento Sócio-afetivo em EF. *Millenium*, 10. Disponível em <http://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/782/1/Desenvolvimento%20S%C3%B3cio-Afetivo.pdf>
- Rosado, A. (2002). *Léxico Comentado sobre Avaliação e Planificação*. Disponível em <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/ESTAGIO/lexico2.htm>
- Rosado, A. & Silva, C. (s.d.). *Conceitos básicos sobre avaliação das aprendizagens*. Disponível em <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/ESTAGIO/conceitos.htm>

- Silva, L., Silva, D., Simões, J., Nóbrega, M. & Lopes, H. (2016). O Atletismo “Jogado” na escola: uma abordagem lúdica e competitiva. *Seminário Desporto e Ciência 2016*. Universidade da Madeira.
- Simões, J., Fernando, C. & Lopes, H. (2014). Avaliar em Educação Física – A Necessidade de um Quadro Conceptual. In H. Lopes, É. Gouveia, R. Alves & A. Correia (Orgs.). *Problemáticas da Educação Física I*. Funchal: Universidade da Madeira, pp. 17-23.
- Simões, J. (2014). *A Educação como Fator de Produção Estudo Exploratório ao Nível da Educação Física e Desporto Escolar na RAM Análise da necessidade / possibilidade de uma rotura*. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto. Funchal: Universidade da Madeira.
- Siqueira, D. (2004). *Relação Professor-Aluno: Uma Revisão Crítica*. Disponível em <http://www.conteudoescola.com.br/colaboracao-do-leitor/30/132-relacao-professor-aluno-uma-revisao-critica>
- Sousa, H. (2012). *Relatório de Estágio Realizado na Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira.
- UNESCO (2013). *Crescimento, Desenvolvimento e maturação*. Brasília: Fundação Vale. Disponível em <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002249/224987por.pdf>

Legislação

- Lei n.º 49/2005 de 30 de agosto – Diário da República, 1.ª série – n.º 166, 30 de agosto de 2005 (alíneas b) e c), do artigo 9º, Capítulo II).
- Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho – Diário da República, 1.ª série – n.º 129, 5 de julho de 2012.

11. APÊNDICES

Apêndice A – Calendário Escolar 2015/2016 para a Turma 11º12 da ESFF

1º Período																																	
SETEMBRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	OUTUBRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	NOVEMBRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	DEZEMBRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D		
	1					5	6		1					2	3		4	1					1					2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13		5	6	7	8	9	10	11		2	3	4	5	6	7	8		7	8	9	10	11	12	13		
	14	15	16	17	18	19	20		12	13	14	15	16	17	18		9	10	11	12	13	14	15		14	15	16	17	18	19	20		
	21	22	23	24	25	26	27		19	20	21	22	23	24	25		16	17	18	19	20	21	22		21	22	23	24	25	26	27		
28	29	30						26	27	28	29	30	31						23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				
2º Período																																	
JANEIRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	FEVEREIRO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	MARÇO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D										
	1					2	3		1	2	3	4	5	6	7		1					2	3	4	5	6							
	4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14		7	8	9	10	11	12	13										
	11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21		14	15	16	17	18	19	20										
	18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28		21	22	23	24	25	26	27										
25	26	27	28	29	30	31	29						28	29	30	31																	
3º Período																																	
ABRIL	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	MAIO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D	JUNHO	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	S	D										
	1					2	3		1					1					2	3	4	5											
	4	5	6	7	8	9	10		2	3	4	5	6	7	8		6	7	8	9	10	11	12										
	11	12	13	14	15	16	17		9	10	11	12	13	14	15		13	14	15	16	17	18	19										
	18	19	20	21	22	23	24		16	17	18	19	20	21	22		20	21	22	23	24	25	26										
25	26	27	28	29	30						23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30												
Legenda: Feriado Aulas de EF Pausas letivas																																	

Apêndice B – Planejamento Anual da Turma 11º12

Aula	Dia	Inst.	Etapa	Rãguebi	Voleibol	Atletismo	Tênis de Mesa	Dança	Ginástica Aparelhos	Outras
1	21/09	Sala	Avaliação Inicial							Apresentação
2	23/09	P2		Sessão 1		Sessão 1				
3	28/09	Gin.		Sessão 2	Sessão 1	Sessão 2	Sessão 1	Sessão 1	Sessão 1	Teórica
4	30/09	P1			Sessão 2		Sessão 2			
5	05/10	Gin.						Sessão 2	Sessão 2	
6	07/10	P1					Sessão 3			
7	12/10	Gin.						Sessão 3	Sessão 3	
8	14/10	P1	Desenvolvimento de Competências		Sessão 1		Sessão 1			
9	19/10	Gin.						Sessão 1	Sessão 1	
10	21/10	P1					Sessão 2			Badminton
11	26/10	Gin.						Sessão 2	Sessão 2	
12	28/10	P1			Sessão 2					
13	02/11	Gin.						Sessão 3	Sessão 3	
14	04/11	P1					Sessão 3			Projeto + 90
15	09/11	Gin.						Sessão 4	Sessão 4	Projeto + 90
16	11/11	P1		Sessão 1		Sessão 1				
17	16/11	Gin.						Sessão 5	Sessão 5	
18	18/11	P1				Sessão 2	Sessão 4			
19	23/11	Gin.						Sessão 6	Sessão 6	
20	25/11	P1			Sessão 3	Sessão 3				
21	30/11	Gin.						Sessão 7	Sessão 7	
22	02/12	P1					Sessão 5			Badminton
23	07/12	Gin.							Sessão 8	Avaliação
24	09/12	P1			Sessão 4		Sessão 6			Avaliação
25	14/12	Gin.							Sessão 9	Avaliação
26	16/12	P1					Sessão 7			Avaliação

27	04/01	P1				Sessão 4				
28	06/01	2		Sessão 2		Sessão 5				
29	11/01	P1			Sessão 5			Sessão 8		
30	13/01	2		Sessão 3						
31	18/01	P1				Sessão 6		Sessão 9		
32	20/01	2		Sessão 4	Sessão 6					
33	25/01	P1				Sessão 7			Basquetebol	Dia da dança
34	27/01	2		Sessão 5	Sessão 7					Dia da dança
35	01/02	P1				Sessão 8				D. Combate
36	03/02	2		Sessão 6						
37	15/02	P1			Sessão 8			Sessão 10		
38	17/02	2		Sessão 7	Sessão 9					
39	22/02	P1				Sessão 9				D. Combate
40	24/02	2		Sessão 8	Sessão 10					
41	29/02	P1				Sessão 10		Sessão 11		
42	02/03	2		Sessão 9	Sessão 11					
43	07/03	P1				Sessão 11		Sessão 12		Badminton
44	09/03	2		Sessão 10						
45	14/03	P1				Sessão 12		Sessão 13		Avaliação
46	16/03	2		Sessão 11	Sessão 12					Avaliação
47	04/04	P2	Revisão/Consolidação de Competências		Sessão 1			Sessão 1		
48	06/04	P1		Sessão 1		Sessão 1				
49	11/04	P2			Sessão 2					Badminton
50	13/04	P1						Sessão 2		Basquetebol
51	18/04	P2		Sessão 2						D. Combate
52	20/04	P1			Sessão 3	Sessão 2				
53	27/04	P1			Sessão 4					Tênis
54	02/05	P2						Sessão 3		Basquetebol

55	04/05	P1		Sessão 3						D. Combate
56	09/05	P2								Semana A. Náuticas
57	11/05	P1					Sessão 1	Sessão 4		Semana A. Náuticas
58	16/05	P2		Sessão 4						Avaliação
59	18/05	P1				Sessão 3				Avaliação
60	23/05	P2								Projeto + 90
61	25/05	P1								Projeto + 90
62	30/05	P2			Sessão 5					Avaliação
63	01/06	P1						Sessão 5		Avaliação



Centro de Competência das Ciências Sociais
Departamento de Educação Física e Desporto
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
Ano Letivo 2015/2016

Unidade didática nº 2 da 2ª etapa (Desenvolvimento de Competências)

Orientador científico: Professor Doutor Hélder Lopes
Coorientadora científica: Professora Doutora Joana Simões
Orientador cooperante: Professor Miguel Nóbrega
Professor estagiário: Luís Carlos Silva

Enquadramento da Unidade Didática

Esta UD insere-se na 2ª etapa do planeamento anual, denominada de desenvolvimento de competências, dando continuidade ao trabalho desenvolvido na fase anterior, esta tem início no dia 4 de janeiro de 2016 e o término no dia 16 de março de 2016.

Nesta UD serão abordadas várias matérias de ensino, nomeadamente Voleibol, Râguebi, Atletismo, Dança e pontualmente serão abordadas outras matérias como o Badmínton, o Basquetebol e alguns jogos de Desportos de Combate num total de 20 aulas de 90 minutos através de aulas politemáticas.

As sessões serão organizadas no sentido de promover o gosto pela prática da atividade física, experienciar diferentes matérias e consequentemente solicitar diferentes comportamentos, mas também ir ao encontro das necessidades e das preferências dos alunos.

Tabela 1 - Enquadramento da Unidade Didática

Turma	11º12 - Curso: Científico-Humanístico de Artes Visuais
Total de alunos	18 (13 do género feminino; 5 do género masculino)
Início da UD	4 de janeiro
Fim da UD	16 de março
Recursos temporais	20 aulas de 90 minutos = 1800 minutos
Sessões por Matéria	Voleibol (8 sessões); Atletismo (9 sessões); Dança (6 sessões); Badmínton (1 sessões); Râguebi (10 sessão); Basquetebol (1 sessão); D. Combate (2 sessões).
Recursos Humanos	Núcleo de estágio; 18 alunos; funcionários das instalações.
Recursos Materiais	Relógio; bolas de Voleibol; raquetes de Badmínton; volantes; cones; colchões; colchão de queda; Vórtex; barreiras; fita métrica; Tablet; computador; redes de Voleibol; bolas de Râguebi; fitas; bolas de basquetebol.
Recursos espaciais	2º Período: segunda-feira – P1; quarta-feira – Campo 2 (exterior)

Objetivos gerais:

Os objetivos gerais para esta unidade didática têm por base as recomendações do PNEF (Jacinto, *et al.*, 2001, pp 10-14), os quais passamos a enumerar:

- *“Reforçar o gosto pela prática regular das actividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como factor de saúde ao longo da vida e componente da cultura, quer na dimensão individual, quer social”;*
- *“Participar activamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo: relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários”;*
- *“Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as acções favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na actividade da turma”;*
- *“Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reacção simples e complexa e das destrezas geral e específica”.*

Objetivos específicos:

Na Dança, em situação individual e em grupo:

- Ter a noção do espaço, ritmo e tempo, realizando diferentes deslocamentos em coordenação com os outros elementos;
- Realizar diferentes tipos de formações em grupo.
- Realizar a coreografia de folclore regional (*Baile da Freguesia*) do Grupo de Folclore da Quinta Grande.
- Participar de forma ativa nas suas aprendizagens, através do ensino de coreografias aos colegas.

Nos Jogos desportivos Coletivos (Voleibol, Basquetebol, Râguebi) em situação de jogo reduzido e/ou jogo formal:

- Ocupar racionalmente o espaço de jogo;
- Realizar ações de cooperação com os colegas, percebendo a sua função no grupo;

- Realizar ações de modo a progredir no terreno no sentido de marcar ou possibilitar marcar ponto/ensaio.
- Realizar ações de modo a evitar sofrer ponto/ensaio, cumprindo as regras do jogo.
- Realizar as situações como jogador e/ou arbitro, fazendo cumprir as regras do jogo.

No Atletismo:

- Realizar as situações de forma autónoma, quer seja individualmente e/ou em equipa, registando os resultados das respetivas execuções;
- Compreender quais as principais variáveis em cada situação para melhorar a sua performance (saltos, lançamentos e corridas);
- Realizar a corrida com fluidez, articulando a frequência e a amplitude da passada.

Estratégias de intervenção

Nesta fase iremos continuar com a realização de sessões politemáticas, procurando desenvolver a capacidade de adaptação dos alunos há diferentes situações durante a mesma sessão de aula.

As matérias serão abordadas de forma diluída ao longo das aulas, sendo que procuraremos realizar diferentes situações e/ou condicionalismos nas aulas.

No voleibol serão preconizados os jogos reduzidos e/ou condicionados, assim como iremos introduzir o “Smashball” 3x3 para combater a pouca interação que existe entre os alunos, sensibilizando-os para a adoção da posição pré-dinâmica e das movimentações a realizar, sendo que por vezes serão realizados exercícios critério para resolver problemas técnicos.

Nos Jogos Desportivos Coletivos (Râguebi, Basquetebol) serão realizadas situações analíticas para que os alunos percebam algumas particularidades do jogo, nomeadamente do Râguebi (o facto de apenas poder passar a bola para o lado ou para trás), também será utilizado o jogo como estratégia de ensino, tendo em consideração que a situação mais completa que podemos ter. Outra estratégia a adotar para o ensino desta matéria é a utilização de outras matérias dos Jogos Desportivos Coletivos, procurando solicitar comportamentos que são predominantes neste tipo de situações, com o intuito de melhorar a ocupação do espaço, leitura dos adversários e a aplicação dos princípios de jogo.

Relativamente às aulas de Dança, serão utilizadas pontualmente em algumas aulas, nomeadamente na parte inicial das aulas realizadas no espaço interior, atendendo que existem alguns alunos que se recusam a realizar este tipo de situações. A estratégia será de realizar algumas situações introduzindo a noção de ritmo e de alguns passos de folclore regional de uma forma camuflada.

No Atletismo serão realizadas algumas situações competitivas de modo a cativar os alunos para a abordagem desta matéria, mas também iremos realizar algumas situações para que os alunos percebam algumas variáveis que são importantes equacionar para melhorar o seu desempenho nas diferentes situações, uma das estratégias será através do registo dos resultados pelos alunos, desenvolvendo esta competência, mas também para terem valores de referencia sobre a sua prestação, o que poderá servir para aumentar a motivação com o intuito de melhorar e/ou comparar com os colegas.

Avaliação da unidade didática

A avaliação desta UD incidirá na avaliação contínua que é realizada em todas as aulas, nomeadamente sobre o desempenho dos alunos na realização das tarefas propostas, sendo que haverá uma avaliação mais cuidada nas últimas aulas do período, verificando se os objetivos mínimos definidos pelo Grupo de Educação Física, assim como os objetivos que traçamos para este mesmo período foram alcançados. No que se refere aos instrumentos, será utilizado o registo anedótico na avaliação contínua e as fichas de registo utilizadas na avaliação inicial para as matérias lecionadas nesta fase.

Estruturação dos conteúdos

Tabela 2 – Estruturação dos conteúdos

Aula	Dia	Inst.	Etapa	Matéria	Objetivo	Conteúdo
27	04/01	P1	Desenvolvimento de Competências	Voleibol, Dança	Cooperação com os colegas.	Smashball.
28	06/01	2		Râguebi, Atletismo	Cooperação entre colegas, desenvolvimento das capacidades condicionais.	Corrida com bola, Passe lateral
29	11/01	P1		Atletismo; Dança	Desenvolver a motivação para as aulas de Atletismo.	Atletismo jogado
30	13/01	2		Voleibol	Desenvolver a técnica de remate.	Smashball
31	18/01	P1		Atletismo; Basquetebol	Aperfeiçoar a técnica de partida, ocupação no espaço, cooperação entre colegas.	Partidas, ocupação do espaço, criação de linhas de passe.
32	20/01	2		Râguebi; Voleibol	Desenvolver a técnica de corrida com bola, passe, receção; cooperação entre colegas.	Passe, receção, finta, avançar, apoiar.
33	25/01	P1		Atletismo	Desenvolver a motivação para as aulas.	Atletismo jogado
34	27/01	2		Râguebi; Voleibol	Cooperação/ oposição	Regras, finta, progressão no terreno e contenção.
35	01/02	P1		Atletismo; D. Combate	Autonomia, Montagem de estratégia, leitura do adversário, compreensão da relação centro de massa /base de apoio.	Salto em comprimento, salto em altura (técnica de tesoura).
36	03/02	2		Râguebi	Aplicação dos conteúdos, continuidade no jogo.	Criação de linhas de passe, fora de jogo.
37	15/02	P1		Voleibol; Dança	Aperfeiçoamento dos gestos técnicos.	Serviço, receção e remate.
38	17/02	2		Râguebi; Voleibol	Consciencialização da colocação no terreno.	Cobertura defensiva e ofensiva.

39	22/02	P1		Atletismo; D. Combate	Leitura do adversário, manipulação de força.	Salto em altura Fosbury Flop, lançamentos.
40	24/02	2		Râguebi; Voleibol	Conhecer e experimentar diferentes posicionamentos na defesa.	Organização defensiva, diferentes tipos de defesa; Bloco.
41	29/02	P1		Atletismo; Dança	Conhecer e experienciar as particularidades do triplo salto.	Triplo salto, lançamentos
42	02/03	2		Râguebi; Voleibol	Comunicação em defesa, Amplitude do ataque.	Defesa por canais, defesa deslizante.
43	07/03	P1		Atletismo; Dança; Badminton	Transposição das barreiras, transmissão do testemunho em corrida com e sem contacto visual.	Estafetas, barreiras
44	09/03	2		Râguebi	Avaliação	
45	14/03	P1		Atletismo; Dança	Avaliação	Balanço do 1º período
46	16/03	2		Râguebi; Voleibol	Avaliação	

Realizamos algumas adaptações nos grupos de níveis, nomeadamente na troca de alguns elementos para esta fase, embora não tenhamos utilizado muito estes grupos na fase anterior, reconhecemos que é uma mais-valia estarem definidos, porque quando necessitamos de realizar tarefas competitivas é necessário existir equilíbrio competitivo para que a tarefa seja mais motivante. De salientar, que a maioria dos alunos prefere trabalhar com os elementos com quem têm maior afinidade, embora haja muitas vezes a troca de parceiros, com o intuito de promover a interação com outros colegas e consequentemente melhorar o relacionamento entre estes.

Grupo Homogéneos

Râguebi

Grupo 1 – Adriano; Alexandra; Martim; Constança; Lara; Rodrigo.

Grupo 2 – Mariana; Georgina; Eva; Joana; Cláudia; Vera.

Grupo 3 – Diva; Karolina; Crispim; Diogo; Francisca, Chenlu

Voleibol

Grupo 1 – Adriano; Cláudia; Eva; Lara; Martim; Rodrigo.

Grupo 2 – Georgina; Alexandra; Constança; Mariana; Vera; Joana.

Grupo 3 – Crispim; Diva; Diogo; Karolina, Francisca; Chenlu.

Dança

Grupo 1 – Adriano; Chenlu; Diogo; Eva; Lara; Mariana; Alexandra; Constança.

Grupo 2 – Vera; Martim; Rodrigo; Francisca.

Grupo 3 – Cláudia; Diva; Georgina; Joana; Karolina; Crispim.

Atletismo

Grupo 1 – Adriano; Cláudia; Constança; Eva; Lara; Martim; Alexandra.

Grupo 2 – Georgina; Vera; Mariana; Rodrigo; Joana.

Grupo 3 – Chenlu; Diva; Diogo; Francisca; Karolina; Crispim.

Banco de Exercícios:

Exercícios para início de aula

Exercício 1:

Descrição: Grupos de 6 elementos em fila, os alunos apoiam-se nos ombros uns dos outros. O primeiro tem de apanhar o último e o segundo tenta apanhar o último.

Objetivo imediato: Ativação geral, montagem de estratégia, leitura do adversário.

Critérios de êxito: estar atento as mudanças de trajetória; procurar o lado oposto.

Variantes: Formação em roda; grupos de 4 alunos.

Exercício 2:

Descrição: Jogo da apanhada com 1 bola de Râguebi. Os alunos dispersos pelo espaço definido, sendo que um tem 1 bola e está a apanhar, deverá tocar com a bola no tronco de quem está a fugir. Quem foi apanhado, inverte as funções com quem estava a apanhar.

Objetivo imediato: apanhar os colegas; evitar ser apanhado.

Critérios de êxito: procurar o lado contrário de quem está a apanhar; técnica de finta e de corrida com bola; tocar nos adversários; esquivar-se de quem tem a bola.

Variantes: após apanhar o primeiro colega, têm de realizar passes entre si para apanhar os restantes colegas.

Exercício 3:

Descrição: Estafetas com manipulação de bola: 4 grupos de 4 elementos, o portador da bola realiza uma corrida de 15m contornando os cones, ida e volta, passando a bola para outro colega.

Objetivo imediato: desenvolver a técnica de corrida com bola; finta; passe.

Critérios de êxito: segurar a bola com as 2 mãos; colocar o corpo entre a bola e o cone/adversário.

Variantes: diferentes partidas (de pé, sentado); em duplas em progressão até ao cone depois passa para o colega; realizar finta com rotação; colocar 1 aluno no local do cone.

Exercício 4:

Descrição: Jogo dos apanhados, num espaço de 16mx10m, sendo que está apenas 1 elemento a apanhar, quem for apanhado passa a apanhar.

Objetivo imediato: Ativação geral, montagem de estratégia, leitura do adversário.

Critérios de êxito: estar atento a quem está a apanhar; procurar o lado oposto.

Variantes: em duplas com as mãos dadas; ter de apanhar todos num certo período de tempo.

Exercício 5:

Descrição: os alunos realizam passe para os colegas e deslocam-se em qualquer direção num espaço de 25mx15m, com 6 Bolas em jogo.

Objetivo imediato: Ativação geral, técnica de passe, leitura do jogo.

Critérios de êxito: estar sempre em movimentação; estar constantemente pronto para receber a bola de qualquer direção.

Variantes: Número de bolas; dizer o nome para quem vai passar; reduzir ou aumentar o espaço.

Exercício 6:

Descrição: Futebol Humano, todos os jogadores têm de entrar no espaço de área da equipa contrária.

Objetivo imediato: Atacantes – Realizar o maior número de pontos; Defensores – Sofrer o menor número de pontos.

Critérios de êxito: entrar na área da equipa adversária sem ser tocado; leitura do adversário; montagem de estratégia.

Variantes: Futebol Humano em corrente; 1 equipa a defender e a outra a tentar a penetração (depois do ensaio trocam).

Exercício 7:

Descrição: Jogo de “Combate” frente a frente, onde os dois alunos têm os apoios afastados à largura dos ombros, com uma base de apoio estática, tentam desequilibrar o adversário, tendo como ponto de aplicação das forças as palmas das mãos. Duração do combate 1’.

Objetivo imediato: desequilibrar o adversário o maior número de vezes possível e evitar ser desequilibrado.

Critérios de êxito: perceber a relação centro de massa/base de apoio; montar estratégias consoante as solicitações do adversário; Leitura de indicadores fornecidos pelo adversário.

Variantes: alterar a colocação e distância entre apoios; desequilibrar só para a frente ou para trás; Sistema de pontuação (morte simbólica).

Exercício 8:

Descrição: – Braço de ferro: 2 oponentes adotam uma posição inicial estática, tendo a parte externa do pé mais adiantada em contacto com o pé do adversário.

O objetivo será procurar desequilibrar o adversário exercendo uma força sobre este (empurrando ou puxando), tendo como ponto de aplicação da força na mão. O desequilíbrio é contabilizado assim que um dos lutadores desloque um dos apoios em qualquer direção.

Objetivo imediato: conseguir desequilibrar o adversário o maior número de vezes possível e evitar ser desequilibrado.

Critérios de êxito: perceber a relação centro de massa/base de apoio; perceber as componentes da força e conseguir manipulá-las; montar estratégias consoante as solicitações do adversário.

Variantes: com a mão esquerda/ direita; desequilibrar apenas numa direção (frente, trás, lateral esquerda, lateral direita). Sistema de pontuação (por tempo, por pontos, morte súbita).

Parte Fundamental

Voleibol

Exercício 1:

Descrição: 2 a 2 com 1 bola lançam a bola para cima, deixando a bola bater 1 vez no solo para fazer o passe em deslocamento.

Objetivo imediato: Ajustamento do posicionamento.

Critérios de êxito: Colocar-se debaixo da bola para realizar o passe. Afastar-se para o colega poder posicionar-se.

Variantes: deixar a bola bater no solo e passar por debaixo da bola.

Exercício 2:

Descrição: Jogo de Smashball 2x2; 1x1 nível 1: a bola pode bater uma vez no solo. O aluno agarra a bola e faz um auto passe para depois realizar o remate para o campo adversário.

Objetivo imediato: realizar o maior número de pontos e evitar sofrer; realizar o smash e ações de deslocamento para o ataque.

Critérios de êxito: Leitura do adversário; evitar deixar a bola bater no solo e/ou deixar bater uma vez realização do remate após agarrar a bola.

Variantes: agarrar a bola e passar para o passador e depois ir rematar; 3x3; realizar toque de dedos ou manchete para o passador, iniciar o serviço na linha do fundo; recepção sem ressalto.

Exercício 3:

Descrição: Situação de jogo de voleibol 2x2. Os alunos devem procurar realizar os 3 toques consecutivos.

Organização: os alunos distribuídos pelos vários campos vão competindo, ao sinal do professor trocam de adversário no sentido dos ponteiros do relógio.

Objetivo imediato: Controlo da trajetória da bola; coordenação entre elementos.

Critérios de êxito: Leitura do adversário e do colega; montagem de estratégia para surpreender os adversários.

Variantes: Jogo 3x3 com 2 elementos mais recuados; Jogo 2x2 com a definição do passador; jogo 3x3 com passador.

Dança

Exercício 1:

Descrição: Realização de situações de aprendizagem de alguns passos do Folclore com contagem de tempos.

Organização: Formação em roda.

Objetivo imediato: realizar os movimentos de acordo com a contagem dos tempos; Introdução ao Folclore; melhorar a dinâmica de grupo.

Crítérios de êxito: acompanhar os movimentos; melhorar a relação entre os alunos.

Atletismo

Exercício 1:

Descrição: Corrida de estafetas de 10 metros com obstáculos, onde o aluno realiza ida e volta, sendo que num trajeto transpõe as barreiras e no outro realiza corrida sem obstáculos.

Objetivo imediato: realizar o percurso no menor tempo possível.

Crítérios de êxito: realizar as transposições o mais rápido possível; estar preparado para a partida.

Variantes: aumentar o número de percursos; aumentar a distância; sem obstáculos; sistema de pontuação (tempo, confrontação direta).

Exercício 2:

Descrição: Corridas de estafetas em 10 metros, onde o aluno tem de respeitar as marcas no solo (colocando um apoio entre cada), sendo que cada elemento faz um percurso de ida e volta, entregando o testemunho ao colega seguinte.

Objetivo imediato: realizar o percurso no menor tempo possível.

Crítérios de êxito: respeitar as amplitudes definidas; transmissão rápida do testemunho.

Variantes: sem testemunho; aumentar a distância; número de percursos; número de elementos; sistema de pontuação (tempo, confrontação direta).

Exercício 3:

Descrição: cada elemento efetua um lançamento do Vórtex com os pés paralelos e sem balanço, só depois é que alunos devem recolher os engenhos após todos terem lançado.

Objetivo imediato: lançar o mais longe possível.

Critérios de êxito: lançar o mais longe possível cumprindo as regras; realizar a pega adequada no engenho.

Variantes: competição direta entre várias equipas; entre alunos; com 1 passo de balanço; com 3 passos de balanço; sentados no solo; numa cadeira; com e sem rotação do tronco.

Exercício 4:

Descrição: cada elemento efetua um lançamento do peso com os pés paralelos e sem balanço, só depois é que alunos devem recolher os engenhos após todos terem lançado.

Objetivo imediato: lançar o mais longe possível.

Critérios de êxito: lançar o mais longe possível cumprindo as regras; colocar o engenho junto ao queixo; pega adequada no engenho.

Variantes: competição direta entre várias equipas; entre alunos; com 1 passo de balanço; sentados no solo; numa cadeira; com e sem rotação do tronco, alterar o peso do engenho.

Exercício 5:

Descrição: Salto horizontal com os pés juntos, o primeiro elemento da equipa salta a partir de uma linha e os restantes saltam de onde caiu o anterior.

Objetivo imediato: alcançar a maior distância possível na soma dos saltos de todos os elementos da equipa.

Critérios de êxito: utilizar os membros superiores para a impulsão; flexão dos MI; saltar da zona mais recuada do último elemento que saltou.

Variantes: competição direta entre várias equipas; entre alunos.

Exercício 6:

Descrição: O aluno realiza corrida de 10 metros planos com diferentes partidas, sendo contabilizado o tempo.

Objetivo imediato: percorrer o percurso no menor tempo possível.

Critérios de êxito: desenvolver capacidade de reação; compreender a influência que a forma de partida poderá ter na fase de aceleração; Adaptação a diferentes situações.

Variantes: Partida de frente sentado; Partida de costa sentando; Partida de pé de costas; Partida deitado ventralmente; Partida com os apoios paralelos e a largura dos ombros; Partida com o pé direito mais avançado; Partida com o pé esquerdo mais avançado; Partida da forma que acha mais rentável; Corridas com partidas em 4 apoios.

Exercício 7:

Descrição: Salto em altura: exercícios com transposição do elástico, utilizando a técnica de salto de tesoura.

Objetivo imediato: realizar o salto sem tocar no elástico.

Critérios de êxito: realizar o salto sem tocar na fasquia. Tocar no colchão de queda com os pés, efetuar a chamada com o pé exterior ao colchão.

Variantes: salto com 3 passadas de corrida preparatória; 6 passadas de corrida preparatória; alterar a perna e local de corrida preparatória; altura da fasquia (elástico); técnica de Fosbury Flop.

Exercício 8:

Descrição: Salto em comprimento.

Objetivo imediato: saltar o mais distante possível.

Critérios de êxito: ter atenção a linha de chamada; perceber a influência da corrida de balanço no resultado final.

Variantes: salto com pés juntos; salto com 1 passo de balanço; 3 passadas de corrida preparatória; 5 metros de distância para corrida preparatória; 10 metros para a corrida preparatória; alterar a perna de chamada; saltar com os braços ao peito; atrás das costas.

Râguebi

Exercício 1:

Descrição: Jogo dos 5 passes. 4x4 + *Jóquer*, num espaço de 20mx10m. Não pode tirar a bola da mão do adversário, apenas tocar e esse jogador tem 3 seg. para passar a bola.

Objetivo imediato: atacantes: efetuar o maior número de pontos; Defensores: evitar sofrer pontos.

Critérios de êxito: Leitura do adversário e dos colegas; montagem de estratégia para surpreender os adversários, desmarcação e criação de linhas de passe.

Variantes: aumentar o nº de passes; bola passar por todos; colocar a bola na linha final do adversário; 3x3; 5x5.

Exercício 2:

Descrição: Situação de 2x1 de Râguebi para tentar ultrapassar a oposição. Aplicar o 1º princípio do ataque (penetração) e da defesa (contenção).

Objetivo imediato: atacante: concretizar o maior número de ensaios; Defensor: evitar os ensaios.

Critérios de êxito: Leitura do adversário; Montagem de estratégia, cooperação entre elementos (atacantes).

Variantes: Situação de 3x1.

Exercício 3:

Descrição: Estafetas com manipulação de bola: 6 grupos de 3 elementos, o portador da bola realiza uma corrida de 15m e volta, passando a bola para outro colega.

Objetivo imediato: desenvolver a técnica de corrida com bola; manipulação da bola.

Critérios de êxito: segurar a bola com as 2 mãos; explorar diferentes manipulações com a bola de Râguebi.

Variantes: manipulação da bola à volta da cintura; entre as pernas; lançar para o chão para o colega apanhar; colocar no meio do percurso e continuar a correr.

Exercício 4:

Descrição: Organização em quadrado, realizam passe lateral no sentido dos ponteiros do relógio e ficam no mesmo lugar, no caso de ter 2 alunos, vão alternando as execuções.

Objetivo imediato: realizar o passe com precisão para o colega.

Critérios de êxito: Posicionamento para recepção da bola; controlo da bola: realizar passe lateral.

Variantes: inverter o sentido de rotação; passe e segue a bola; passar a bola com efeito.

Exercício 5:

Descrição: Jogo de 3x3 bitoque Râguebi. O Jogador após ser tocado tem 3 seg. para passar a bola.

Objetivo imediato: realizar o maior número de pontos e evitar sofrer.

Critérios de êxito: Leitura do adversário; cooperação com o companheiro (3x3).

Variantes: 5x5; 4x4; sistema de pontuação (por tempo, por pontos).

Exercício 6:

Descrição: 3 Grupos (2 de 5 alunos e outro de 6). Situação de 1x1 para trabalhar a finta. Os dois alunos saem das extremidades até a linha definida, ficando com uma distância 1,5 m, o jogador que têm a bola tem de sair do espaço sem ser tocado.

Objetivo imediato: fintar o adversário.

Critérios de êxito: Técnica de finta e de corrida com bola; evitar ser tocar pelo adversário.

Variantes: aumentar ou reduzir a distância para realizar a finta; distância inicial entre os elementos.

Exercício 7:

Descrição: Organização em quadrado, os alunos realizam passe lateral no sentido dos ponteiros do relógio e ficam no mesmo lugar, no caso de ter 2 alunos, vão alternando as execuções.

Objetivo imediato: realizar o passe com precisão para o colega.

Critérios de êxito: Posicionamento para recepção da bola; controlo da bola: realizar o passe lateral.

Variantes: inverter o sentido de rotação; passe e segue a bola; passe e corre para o lado contrário; passar a bola com efeito.

Exercício 8:

Descrição: Jogo de 5x5 bitoque Râguebi. O Jogador após ser tocado tem 3 seg. para passar a bola.

Objetivo imediato: realizar o maior número de pontos e evitar sofrer.

Critérios de êxito: Leitura do adversário; cooperação com os companheiros; contenção defensiva; progressão no terreno.

Variáveis: Espaço de jogo; número de elementos.

Variantes: Tag Rugby; jogo de 3x3; poder passar para a frente com o pé.

Balanço da Unidade Didática II

O planeamento realizado para esta UD sofreu alterações, atendendo a evolução dos alunos e a forma como decorriam as aulas, por vezes tínhamos previsto abordar alguns conteúdos, mas com o decorrer da aula não foi possível abordar os mesmos, porque os alunos evidenciaram necessitar de mais tempo para os mesmos. No entanto, estas alterações foram pontuais, sendo que procurámos ir ao encontro das necessidades dos alunos e não apenas em lecionar os conteúdos programados.

Pontualmente algumas aulas foram monotemáticas, mas houve uma predominância de aulas politemáticas, sendo que os alunos referem que sentem muitas dificuldades em se adaptar à mudança de matérias na mesma aula, reforçando que não estão habituados e que os restantes professores não o fazem.

Quanto à UD, realizamos alterações relativamente a anterior, nomeadamente ao nível da sistematização dos exercícios propostos. Na UD anterior organizamos os nossos exercícios em duas sistematizações, em função das matérias e da parte da aula separadamente. Nesta UD juntamos as duas sistematizações de modo a facilitar a escolha dos exercícios em função do que se pretendia e da matéria utilizada para o efeito, também foram realizados alguns ajustes nos grupos de níveis formados inicialmente.

Relativamente à matéria de Voleibol, foram realizados jogos reduzidos e condicionados, de modo a proporcionar maior tempo de empenhamento motor e maior interação entre os alunos. Procurando resolver algumas lacunas dos alunos. De referir que os alunos estão habituados a realizarem jogo formal e acabam por preferir este tipo de ensino,

mas verifica-se que não há jogo, apenas a sucessão de serviços falhados e/ou más receções, os alunos com o nível de proficiência mais baixo, tem como principal preocupação apenas colocar a bola diretamente no campo adversário, não se preocupando com a execução dos três toques, tornando o jogo monótono e conseqüentemente pouco motivante, particularmente quando são realizadas situações com grupos heterogêneos.

Uma das estratégias que utilizamos para resolver a pouca interação foi o Smashball, que não correu muito bem, tendo em conta que os alunos não gostaram do jogo, uma das hipóteses para este facto pode estar relacionada pela forma como foi introduzido, outra hipótese com o facto de utilizarmos uma corda para dividir o espaço de jogo e a altura da mesma. Uma das alterações poderia passar pela explicação mais pormenorizada do que se pretendia e/ou pela experimentação das situações, concentrando todos os elementos para perceberem a dinâmica e posteriormente criar grupos reduzidos para explorarem as situações. Outra estratégia que utilizamos ao longo das aulas foi o jogo reduzido, sendo que por vezes adaptávamos uma corda para fazer de rede e rentabilizarmos o espaço de aula, consideramos que o facto de não ter uma rede de competição era desmotivante para alguns alunos, mas foi a estratégia que encontramos para resolver a pouca interação do jogo. Outro fator que devemos considerar foi o pouco tempo dedicado a esta matéria ao longo desta UD, apesar de estar presente em várias aulas.

Quanto à prestação dos alunos, na sua maioria conhece e sabe como executar o serviço e as ações do jogo, no entanto, é necessário melhorar ao nível da execução, assim como a comunicação e a cooperação entre os alunos em contexto de jogo. Na próxima UD é necessário incidir mais sobre esta matéria, atendendo que é a matéria que os alunos apresentam maiores dificuldades.

Na Dança houve uma maior resistência para a realização das situações comparativamente ao primeiro período, o que já era expectável, porque os alunos estavam mais expostos e demonstravam não se sentir à vontade para realizar determinados movimentos. A nossa estratégia passou pela introdução de alguns passos com a contagem dos tempos com uma formação em roda simples e posteriormente em roda dupla, no entanto, houve alguns alunos que não estavam a realizar as situações, pelos motivos referidos anteriormente, o que inviabilizou a aprendizagem da coreografia de Folclore. Uma possível solução para ultrapassar esta situação, poderia ser realizar as situações com outro tipo de formação, realizando skippings lateralmente ou frontal com um determinado ritmo.

Pontualmente na parte inicial da aula foram realizados alguns exercícios de coordenação utilizando outras matérias. Os alunos realizavam este tipo de situações se fosse num período de tempo reduzido, mas se se prolongasse deixavam de realizar e rapidamente influenciavam os restantes colegas.

Procurámos introduzir outros tipos de Dança, nomeadamente determinados passos de Valsa, inicialmente os alunos estavam a realizar os movimentos numa disposição em xadrez, mas quando se aperceberam que eram passos de Dança recusaram-se a fazer, principalmente quando foi para formar pares, no entanto, optei por continuar porque haviam alunos que estavam a realizar e até estavam a cumprir as instruções fornecidas, embora a maioria dos alunos já não estavam a realizar. Apesar das várias tentativas os alunos não demonstram interesse para aprender qualquer tipo de Dança.

Nos Jogos Desportivos Coletivos (Râguebi) foram realizadas situações analíticas para os alunos perceberem algumas particularidades do jogo, nomeadamente o facto de apenas poder passar a bola para o lado ou para trás, assim como também foi utilizado o jogo como estratégia de ensino e de introdução dos princípios de jogo dos JDC. Outra estratégia foi a utilização de outras matérias dos Jogos Desportivos Coletivos (Basquetebol e Futebol), procurando solicitar comportamentos que são predominantes neste tipo de situações, com o intuito de melhorar a ocupação do espaço, leitura dos adversários e a aplicação dos princípios de jogo. No entanto, existem particularidades que contribuem para que o jogo de Râguebi seja diferente, nomeadamente o facto de todos os alunos estarem atrás da linha da bola e a bola apenas ser passada para trás e/ou para o lado.

Quando realizamos situações de outras matérias verificamos que existiam algumas dificuldades que aparentemente não existiam no Râguebi, tais como a criação de linhas de passe, a ocupação racional do espaço e a marcação, embora já conheçam os diferentes tipos de marcações, não as colocam em prática.

De destacar que os alunos inicialmente estavam pouco motivados para o Râguebi, mas na fase final do segundo período já evidenciaram uma boa dinâmica de jogo e inclusive com abertura para a realização de outras matérias como o Futebol. No início do ano letivo os alunos referiram que não gostavam de Futebol, no entanto, nesta fase já solicitavam para realizar esta modalidade. O que também vai ao encontro de um dos nossos objetivos que é de desenvolver o gosto pela prática de atividades desportivas.

Na próxima etapa devemos explorar os JDC, no sentido de trabalharmos a ocupação racional do espaço e a criação de linhas de passe, particularmente no Basquetebol e no Futebol.

No Atletismo foram realizadas situações lúdicas e competitivas de modo a cativar os alunos para a abordagem desta matéria, aproveitando o facto de alguns serem bastante competitivos. Foram utilizadas situações adaptadas do Atletismo jogado, sendo que os alunos realizaram as estafetas com entusiasmo e empenho, contribuindo para que as transições fossem relativamente rápidas, o mesmo já não se verificou nos lançamentos, demorando muito tempo no registo dos resultados e na reposição do material.

Um dos propósitos do Atletismo foi em criar situações para que os alunos compreendessem as variáveis que são importantes equacionar para melhorar o seu desempenho nas diferentes situações. O registo dos resultados foi uma estratégia utilizada, para os alunos se conhecerem melhor e terem uma noção das suas marcas em função dos condicionalismos. De salientar que por vezes os alunos que não realizavam a componente prática ficavam com a tarefa de registar os resultados, demonstrando autonomia e responsabilidade no desempenho das suas funções.

No que se refere às situações concretas, nesta fase o nosso foco incidiu mais na compreensão e não propriamente na execução, sendo que os alunos evidenciaram maiores dificuldades na realização do salto em altura com a técnica Fosbury Flop e na pega dos objetos nos lançamentos. Importa referir que os alunos se desmotivam bastante quando realizamos situações analíticas para a compreensão das variáveis, preferindo apenas explorar as situações e não registar os resultados. Na próxima etapa podemos desafiar os alunos com a realização de competições em várias aulas com as diferentes disciplinas abordadas e/ou aperfeiçoar determinadas execuções.

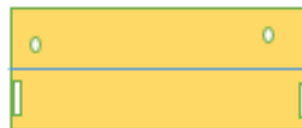
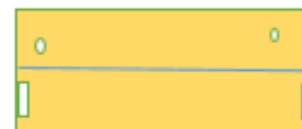
Uma das dificuldades verificadas ao longo desta UD foi em cativar os alunos no início da aula, verificando-se dificuldades para iniciarem as atividades e/ou após as pausas, mas após iniciarem as situações os alunos empenham-se e demonstram boa disposição, particularmente nos JDC. Outra das dificuldades foi em cativar os alunos para a realização de tarefas não presenciais, nomeadamente na realização de trabalhos de pesquisa e de realização de um poster sobre uma disciplina dos Desportos de Combate a ser exposto na atividade do “Dia dos Desportos de Combate”. Os alunos estão bastante focados nos resultados das outras disciplinas e não querem dedicar muito tempo à Educação Física para além das aulas normais. Referindo que estavam com bastante trabalho e não tinham tempo para a tarefa. No final da

aula foi realizada uma nova tentativa, alargando o prazo de entrega do trabalho, mesmo assim os alunos não demonstraram interesse.

Em suma, na próxima etapa vamos procurar desenvolver/melhorar alguns aspetos relacionados com o Voleibol, utilizando o jogo como ferramenta principal e com maior número de aulas para esta matéria, tendo em conta que é a matéria onde os alunos evidenciam maiores dificuldades e que curiosamente é a sua preferida. Também iremos solicitar comportamentos relacionados com a dinâmica de equipa nos JDC e com a adaptação ao meio, tendo em conta que ainda não realizamos situações neste modelo taxonómico e consideramos que são importantes para trabalhar o desenvolvimento da compreensão de um meio ao qual não estão habituados, otimizando a sua capacidade de leitura das condições existentes e adaptação das suas ações em função do contexto. Ao nível do Atletismo vamos procurar que os alunos se aproximem dos seus limites e conheçam os seus resultados nas disciplinas realizadas.

Outro aspeto a explorar é procurar envolver os alunos na concretização de tarefas para as atividades a realizar. No entanto, sabemos que não será uma tarefa fácil, tendo em conta que os alunos têm outras prioridades, logo a estratégia será de sensibilizá-los a participar de acordo com as suas motivações.

Apêndice D – Exemplo de um plano de aula

Plano de aula nº56_Professor Luís Carlos							
Data: 16/05/2016	Local: Pavilhão	Ano:11º12	Hora de programa: 11:45	Duração: 90 minutos	Início: 11:50	Volume da sessão: 80 minutos	Nº de alunos: 18
Material: 3 bolas de Andebol, 2 bolas de Basquetebol, 2 balizas, 2 tabelas de Basquetebol, 12 cones, 5+4 fitas.							
Sumário: JDC – Ocupação racional do espaço, criação de linhas de passe, progressão no terreno, organização defensiva (contenção e cobertura defensiva).							
Objetivos mediatos: Desenvolvimento da cooperação defensiva e ofensiva (criação de linhas de passe); Desenvolver a leitura dos adversários; Consciencialização da colocação no terreno em função da organização defensiva e/ou ofensiva.							
Descrição	Objetivo imediato (professor-aluno)	CrITÉRIOS de êxito	Organização	Horas			
Apresentação do conteúdo.	Compreensão das tarefas que tem de realizar.	Estar prontos para iniciar a aula há horas.	Alunos sentados orientados para o professor e de costas para a bancada.	11:50 2'			
A turma dividida em 2 grupos. Um dos alunos procura apanhar outro elemento desse grupo, simultaneamente os fugitivos fazem passes entre si, para evitar ser apanhado têm de ter a bola em sua posse.	Apanhar o mais rápido possível todos os elementos/ evitar ser apanhado.	Ocupação racional do espaço; leitura do adversário; precisão no passe; cooperação/oposição.		11:52 7'			
Alongamentos.	Mobilização e alongamentos.	Alongar os principais músculos.	Os alunos em meia-lua orientados para o professor.	11:59 3'			
“Bola ao capitão” – jogo entre 2 equipas. No lado oposto de cada equipa é colocado um “capitão”, que não pode sair da sua área. Cada vez que conseguir colocar a bola no capitão, a equipa ganha 1 ponto e troca de capitão.	Conseguir entregar a bola ao respetivo capitão o maior número de vezes e evitar que a equipa adversária o faça.	Os passes podem ser feitos em todas as direções; O defesa só pode intercetar o passe para recuperar a posse de bola; Ocupação racional do espaço.	Campo de Badminton 	12:02 10'			
A turma dividida em 2 grupos, um grupo realiza situação de 3x1 e 3x2 no basquetebol e outro no andebol.	Atacante: conseguir o maior número de pontos/golos. Defensor: evitar sofrer ponto/golo.	Ocupação racional do espaço, proporcionar linhas de passe; Contenção e cobertura defensiva.		12:12 10' X2			
Pausa para hidratar	Beber água, recuperar			12:32 3'			
Jogo de basquetebol de 4x4. Simultaneamente jogo de andebol de 4x5. Espaço dividido longitudinalmente. Após o sinal trocam de jogo.	Concretizar o maior número de pontos e evitar que a outra equipa o faça.	Dinâmica de equipa; cooperação entre elementos; ocupação racional do espaço; criar linhas de passe.		12:35 15' X2			
Arrumar o material. Exercícios de alongamentos orientados pelo professor.	Alongamento e relaxamento muscular.	Alongar os principais músculos.	 Legenda: ★ - Alunos P	13:05 5'			

Nº	Nome	Pres.	Cognitivo	Psico	Sócio afetivo
1					
2					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
19					
20					
22					
23					

Trabalho para quem não realiza a componente prática: realizar uma apreciação crítica sobre a aula e/ou arbitrar nas situações de basquetebol, no final da aula entregar por escrito.

Responsáveis pelo material: Eva e Francisca. **Próxima aula:** Diva e Georgina.

Grupos Homogéneos: Grupo 1 – Equipa 1: Adriano; Alexandra; Martim; Constança; **Equipa 2:** Lara; Mariana; Joana; Cláudia.

Grupo 2 – Equipa 3: Rodrigo; Georgina; Eva; Diva; Crispim; **Equipa 4:** Diogo; Francisca, Chenlu; Vera.

[illegible]

Apêndice E – Grelha da Avaliação Inicial (Ténis de Mesa)

Ténis de Mesa			
Nº	Nome	Pega/domínio da raquete	Posicionamento/deslocamento
1		NS	NS
2		S	NS
5		SB	SB
6		NS	NS
7		S	S
8		S	S
9		S	NS
10		S	S
11		S	S
12		S	S
13		S	S
14		SB	SB
15		SB	S
16		NS	NS
19		NS	NS
20		S	S
22		S	NS
23		S	S

Apêndice F – Grelha para a avaliação Sumativa da Matéria (JDC)

		JDC						
Nº	Nome	Ocupação do espaço (30%)		Progressão no terreno (30%)		Cooperação (40%)		Total
1		S		NS		NS		
2		S		NS		S		
5		S		S		S		
6		NS		NS		NS		
7		NS		NS		NS		
8		S		S		SB		
9		S		S		S		
10		SB		SB		SB		
11		S		S		S		
12		NS		S		S		
13		S		S		S		
14		S		S		S		
15		SB		SB		SB		
16		NS		NS		NS		
19		NS		NS		NS		
20		S		S		S		
22		NS		NS		S		
23		S		S		S		

Apêndice G – Grelha da Avaliação Sumativa

ESCOLA SECUNDÁRIA DE FRANCISCO FRANCO

Ano letivo 2015 / 2016

Educação Física - 2º período

11º Ano Turma : 12

Prof. Miguel Ângelo/ Luís Carlos

Nº	Nome	Capacidades						A. Específicas				Conhecimentos			Atitudes						Final	Auto	NOTA
		Gin	Outras	TM	Rãguebi	Atletismo	Voleibol	Emp	Coop	Emp	Coop	Q.A.	Q.A.	teste	Assid	Pont	Comp	Assid	Pont.	Comp.			
1		13,00	14,00	14,00	14,00	13,55	12,70	18,00	17,00	18,00	17,00	13,00	14,00	18,00	20,00	20,00	20,00	19,00	20,00	20,00	14,77	12	15
2		12,00	14,00	14,00	13,00	13,70	14,30	16,00	17,00	16,00	15,00	13,00	14,00	19,00	18,00	18,00	18,00	19,00	18,00	19,00	14,38	15	14
5		15,00	17,00	17,00	16,30	15,40	15,80	18,00	18,00	18,00	18,00	15,00	15,00	18,00	18,50	20,00	20,00	20,00	20,00	18,00	16,53	17	17
6		15,00	14,00	13,00	13,70	15,00	13,10	19,00	17,00	17,00	17,00	15,00	15,00	19,00	20,00	18,00	18,00	20,00	20,00	18,00	15,23	14	15
7		12,00	14,00	15,00	12,70	12,00	13,80	16,00	16,00	15,00	15,00	14,00	13,00	17,00	18,00	17,00	18,00	17,50	18,00	19,00	14,10	15	14
8		15,00	17,00	16,00	16,00	14,85	15,50	18,00	18,00	16,00	16,00	15,00	16,00	0,00	18,50	18,00	18,00	17,00	19,00	19,00	15,40		15
9		17,00	17,00	17,00	17,00	17,25	17,50	15,00	18,00	19,00	19,00	17,00	18,00	20,00	20,00	20,00	18,00	20,00	20,00	19,00	17,50	18	18
10		17,00	18,00	16,50	16,70	16,25	16,50	20,00	19,00	20,00	19,00	17,00	17,00	19,00	20,00	20,00	19,00	20,00	20,00	19,00	17,54	18	18
11		14,00	15,00	14,00	16,00	15,00	13,90	16,00	18,00	17,00	18,00	15,00	16,00	19,80	20,00	20,00	18,00	19,50	20,00	19,00	15,62	16	16
12		17,00	17,00	16,00	17,00	15,70	16,10	17,00	18,00	19,00	19,00	17,00	18,00	20,00	20,00	20,00	18,00	20,00	20,00	19,00	17,18		17
13		14,00	16,50	15,00	16,00	14,85	13,60	19,00	18,00	19,00	19,00	16,00	16,00	19,30	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	16,17	16	16
14		15,50	16,50	16,00	15,00	15,00	14,00	19,00	18,00	18,00	18,00	18,00	17,00	20,00	20,00	20,00	20,00	19,00	20,00	18,00	16,52	15	17
15		12,00	17,00	17,50	14,00	15,00	15,00	15,00	18,00	15,00	15,00	17,00	17,00	20,00	19,00	20,00	19,00	20,00	20,00	19,00	16,30	19	16
16		12,00	14,00	14,00	14,00	13,85	13,50	15,00	18,00	17,00	18,00	15,00	16,00	19,80	20,00	20,00	19,00	20,00	20,00	20,00	14,94	14	15
19		13,00	16,00	15,00	12,30	13,85	12,70	16,00	16,00	15,00	16,00	14,00	14,00	19,00	18,00	17,00	18,00	19,00	18,00	18,00	14,53	14/15	15
20		13,00	16,00	14,00	13,40	13,00	13,30	17,00	18,00	15,00	16,00	15,00	14,00	18,70	20,00	20,00	18,00	20,00	20,00	18,00	14,76	14/15	15
22		14,00	15,00	14,00	14,00	15,50	15,00	16,00	18,00	17,00	17,00	15,00	15,00	20,00	20,00	20,00	19,00	20,00	20,00	18,00	15,51	15	16
23		14,00	16,00	15,00	16,00	15,85	14,00	17,00	18,00	18,00	18,00	16,00	16,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	16,11	16	16



Turma 11º_Cursos Científicos-Humanísticos; Artes visuais

Questionário

Este questionário pretende recolher informações de modo a ajustar a nossa intervenção pedagógica. Não existem respostas certas ou erradas. Está assegurado o sigilo, por isso pede-se que seja sincero.

(Preencha os espaços e assinale com X nos quadradinhos)

1 – DADOS BIOGRAFICOS

Nome: _____

Nacionalidade: _____ Concelho: _____ Freguesia: _____

Telemóvel: _____ E-mail: _____

1.1 Situação Profissional do encarregado de educação. Grau de parentesco: _____

Efetivo ☐ Contratado ☐ Desempregado ☐ Reformado ☐ Patrão ☐ Outro ☐

Qual? _____

1.2 Vive na sua residência habitual durante o período letivo?

Sim ☐ Não ☐ Se respondeu não, indique em que Concelho: _____ Freguesia: _____

1.3 É trabalhador-estudante? Sim ☐ Não ☐

2 – DESLOCAÇÕES

2.1 Como se desloca para a escola?

Carro ☐ Autocarro ☐ A pé ☐ Outro ☐ Qual: _____

2.2 Quanto tempo demora? _____ minutos

3 - PERCURSO ESCOLAR

3.1 Ficou retido(a) algum ano? Não ☐ Sim ☐ Se sim, quantas vezes? _____ Em que ano(s)? _____

3.2 É repetente do ano escolar que atualmente frequenta? Não ☐ Sim (1ª vez) ☐ Sim (2 ou mais vezes) ☐

3.3 No ano passado, já fazia parte desta turma? Sim ☐ Não ☐

Frequentava a escola de Francisco Franco o ano passado? Sim ☐ Não ☐

Se não, indique o nome da escola que frequentava: _____ concelho de: _____

4 – HABITOS DE ESTUDO

4.1 Com quem costuma estudar?

Pais ☐ Colegas ☐ Outros ☐ Indique quem? _____

4.2 Se tem explicações, indique em que matérias: _____

4.3 Quando costuma estudar?

Dizriadamente ☐ Fim-de-semana ☐ 1 semana antes do teste ☐ Na véspera dos testes ☐ Raramente ☐ Nunca ☐

5 – SAÚDE E BEM-ESTAR

5.1 Indique se possui algum tipo de limitação(ões):

Visuais ☐ Auditivas ☐ Motoras ☐ Outra(s) ☐ Qual(s)? _____

5.2 Indique se tem alguma(s) doença(s) permanente(s)?

Asma ☐ Epilepsia ☐ Problemas cardiovasculares ☐ Diabetes ☐ Outra(s) ☐ Qual(s)? _____

5.3 Indique se necessita de cuidados especiais de saúde?

Medicação diária ☐ Medicação casual ☐ Alergias ☐ Se tem alergia(s), indique qual(s)? _____

5.4 Já informou a escola desses cuidados? Sim ☐ Não ☐ Se não, indique porquê? _____

5.5 Quantas horas costuma dormir por noite?

a) Durante a semana: _____ horas

b) Ao fim-de-semana: _____ horas

5.6 Toma banho após a aula de Educação Física? Sim ☐ Não ☐

Se respondeu não, indique porquê: _____

5.7 Toma o pequeno almoço antes de iniciar as aulas? Sim ☐ Não ☐

Se respondeu sim, indique o que costuma comer: _____

Se respondeu não, indique porque não toma: _____

6 - TEMPOS LIVRES

6.1 Pratica alguma(s) atividade(s) extracurricular(es)? Sim ☐ Não ☐

Se sim, indique qual(s)? _____ Quantas horas por semana? _____

6.2 Indique três atividades que realiza com maior frequência nos tempos livres?

Ver televisão ☐ Praticar atividade física ☐ Ler ☐ Ouvir música ☐ Passear ☐ Navegar

na internet ☐ Ajudar os pais ☐ Sair com amigos ☐ Outras ☐ Qual(s)? _____

7 - EXPERIÊNCIA DESPORTIVA

7.1 Atualmente, pratica alguma(s) modalidade(s) desportiva(s) federada? Sim ☐ Não ☐

Se sim, qual(s)?

Modalidade: _____ Há quantos anos? _____

Modalidade: _____ Há quantos anos? _____

7.2 No passado, se já praticou, indique que modalidade(s) e durante quantos anos:

Modalidade: _____ Há quantos anos? _____

Qual foi o motivo da desistência? _____

Modalidade: _____ Há quantos anos? _____

Qual foi o motivo da desistência? _____

7.3 Já praticou alguma(s) modalidade(s) no Desporto Escolar? Sim ☐ Não ☐

Se sim, qual(s)? _____

7.4 Este ano vai praticar alguma(s) modalidade(s) no Desporto escolar? Sim ☐ Não ☐

Se sim, qual(s)? _____

7.5 Gostaria de experienciar uma(s) modalidade(s) que nunca praticaste? Sim ☐ Não ☐

Se sim, qual(s)? _____

8 - DISCIPLINAS ESCOLARES

8.1 Por que razão escolheu o curso de Artes Visuais? _____

8.2 Classifique de 1 a 7 as disciplinas por ordem de preferência (sendo 1 a preferida e 7 a de que gosta menos).

Português ☐ Inglês ☐ Filosofia ☐ Educação Física ☐ História C.A. ☐ Geometria Descritiva A ☐ Desenho A ☐

8.3 No ano anterior, que classificação obteve na disciplina de Educação Física: _____ valores.

8.4 Assinale com uma cruz a importância que atribui a esta disciplina:

Muito importante ☐ Importante ☐ Pouco importante ☐ Nada importante ☐

8.5 Indique o local onde prefere realizar a aula de Educação Física?

Pavilhão ☐ Ginásio ☐ Campo exterior ☐

8.6 Classifique de 1 a 6 as seguintes matérias. (sendo 1 a preferida e 6 a de que gosta menos).

Voleibol ☐ Rugby ☐ Atletismo ☐ Ginástica de aparelhos ☐ Ténis de Mesa ☐ Dança ☐

8.7 Como classifique o seu desempenho na disciplina de Educação Física?

Insuficiente ☐ Satisfatório ☐ Bom ☐ Muito bom ☐

9 - RELACIONAMENTO NA TURMA

(Nas questões que se seguem indique 3 colegas)

9.1 Que colegas escolheria para realizar um trabalho de grupo?

Nomes		
1-	2-	3-

9.2 Que colegas não escolheria para realizar um trabalho de grupo?

Nomes		
1-	2-	3-

9.3 Que colegas escolheria para integrar a sua equipa em Educação Física?

Nomes		
1-	2-	3-

9.4 Que colegas não escolheria para integrar a sua equipa em Educação Física?

Nomes		
1-	2-	3-



The poster features a large, stylized graphic of three athletes in silhouette: a runner on the left, a tennis player in the center, and a rock climber on the right. The background is a mix of black and white with wavy lines at the bottom. The text is arranged in a clean, modern layout with various fonts and colors.

Logo: A large blue letter 'A' with a feather graphic, and the text "Toca a Mexer!" in red below it.

1º EVENTO INTER-ESCOLAS DE ÁGUA DE PENA

Organização:

Núcleos de estágio de
Educação Física
10º4 (EBSGZ)
11º 14 (ESFF)
11º12 (ESFF)

13 DE ABRIL
09H00 às 14H00
PARQUE DESPORTIVO DE ÁGUA DE PENA

Atividades desportivas
Exposição de Arte
Concurso fotografia
Almoço convívio

Logos at the bottom:

- Escola Secundária Francisco Franco
- EBSGZ Escola Básica Secundária Gonçalves Zarco
- água de pena
- UNIVERSIDADE da MADEIRA
- Esperança Centro
- ATLAS
- FLA FLA HORTIVELHO
- Escola de Construção Casapública



Ações Científico-Pedagógicas Individuais

28 de janeiro 2016



“O SMASBALL”

As potencialidades do “Smashball” para a abordagem do voleibol nas aulas de Educação Física.

Preletor: Professor Estagiário David Silva



“ATLETISMO JOGADO”

O Atletismo jogado na escola: uma abordagem lúdica e competitiva.

Preletor: Professor Estagiário Luís Silva

**Escola Secundária
de
Francisco Franco
Sala L34**

Destinatários:

- Professores de Educação Física do grupo de recrutamento 620 da Escola Secundária de Francisco Franco.
- Núcleos de estágio do Mestrado em Ensino de E.F da Universidade da Madeira (2015/2016).

Observação:

- Solicita-se o uso de equipamento desportivo para a componente prática.

Organização: Núcleo de Estágio de Educação Física da Francisco Franco
Contacto: Dasilvadaavid2005@hotmail.com // LuisCarlos.andrade@hotmail.com



**13h30
às
15h00**

Ação Científico-Pedagógica Coletiva



Validada pela SRE (16h) para os grupos de recrutamento 160, 260 e 620



2016

CONTRIBUTOS PRÁTICOS PARA A ABORDAGEM DA EDUCAÇÃO FÍSICA

PROGRAMA DAS SESSÕES

LOCAL

Sala do Senado
Quinta de São Roque

Campus da Penteada,
Universidade da Madeira

INSCRIÇÕES

Custo
7,5€ - 2 dias com certificado
5€ - 1 dia com certificado
Alunos da UMa
5€ - com certificado
Gratuito - sem certificado

Até 18 de fevereiro

20
FEVEREIRO
[9h00-18h00]

Módulo I: *Abordagem da Capoeira na escola*
Preletores convidados: Mestre Susana Barreto; Mestre André Pinto

Módulo II: *Orientação e Geocaching: Uma abordagem em contexto escolar*
Preletores convidados: Doutora Catarina Barros; Dr.ª Susana Gomes

05
MARÇO
[9h00-18h00]

Módulo III: *O Modelo de Educação Desportiva: Uma aplicação à Ginástica*
Preletor convidado: Doutor Jorge Soares

Módulo IV: *Atividades Rítmicas Expressivas em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções*
Preletores convidados: Mestre Catarina Freitas; Mestre Lisa Gonçalves

Módulo V: *O jogo e as suas possibilidades metodológicas no processo de ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física: Atletismo, Voleibol e Andebol*
Preletores convidados: Dr.ª Helena Gouveia; Dr. Ricardo Nunes; Mestre Artur Rodrigues; Doutor Duarte Sousa

Link de Inscrição: <http://tinyurl.com/ef-uma-2016>

 acaocoletiva2016@gmail.com

 Ação Científico-Pedagógica Coletiva 2016

 Octávio Jesus: 968440028

PROGRAMA: Ação Científico-Pedagógica Coletiva 2016

“Contributos práticos para a abordagem da Educação Física”

20 de Fevereiro de 2016 (Sábado) – 1ª Sessão

9:00h	Cerimónia de Abertura
Módulo I – “Abordagem da Capoeira na escola”	
Moderador: Doutor Hélder Lopes	
10:00h	<i>“Abordagem da Capoeira na escola”</i> (Dr. Diogo Sousa e Dr. Octávio Jesus)
10:40h	<i>“Exemplo de aplicação prática da Capoeira-Núcleos Escolares”</i> (Mestre Susana Barreto)
11:05h	<i>“Princípios metodológicos da abordagem da Capoeira”</i> (Mestre André Pinto)
11:30h	Debate
11:50h	Intervalo
12:20h	Demonstração de Capoeira (Fundação Ginga Capoeira)
12:35h	Componente Prática ¹ : Capoeira
13:00h	Encerramento da sessão da manhã

20 de Fevereiro de 2016 (Sábado) – 2ª Sessão

Módulo II – “Orientação e Geocaching: uma abordagem em contexto escolar”	
Moderador: Doutor Hélio Antunes	
14:00h	<i>“Orientação: uma abordagem em contexto escolar”</i> (Dr.ª Carina Basílio)
14:20h	<i>“Orientação: Uma perspetiva funcional”</i> (Doutora Catarina Barros)
14:50h	<i>“Geocaching: uma abordagem em contexto escolar”</i> (Dr.ª Marta Ascensão)
15:10h	<i>“Geocaching na Escola: o Projeto da Escola Básica do 2º e 3º ciclos dos Louros”</i> (Dr.ª Susana Gomes)
15:40h	Debate
16:00h	Intervalo
16:30h	Componente Prática ¹ : Orientação e Geocaching
18:00h	Encerramento da sessão da tarde

¹ Solicita-se o uso de equipamento desportivo para a componente prática.

05 de Março de 2016 (Sábado) – 3ª Sessão

Módulo III – “O Modelo de Educação Desportiva: Uma aplicação à Ginástica”	
Moderador: Doutor Ricardo Alves	
9:00h	<i>“O Modelo de Educação Desportiva: Características, Vantagens e Desvantagens”</i> (Doutor Jorge Soares)
9:30h	<i>“Implementação do Modelo de Educação Desportiva numa Unidade Didática de Ginástica: contributo para a motivação e perceção de competência de alunos do 3º ciclo”</i> (Dr. Marcelo Delgado)
9:50h	Debate
Módulo IV – “Atividades Rítmicas Expressivas (ARE) em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções”	
Moderador: Doutor Ricardo Alves	
10:00h	<i>“ARE em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções”</i> (Dr.ª Sandra Brito)
10:20h	<i>“ARE, o mito e as alternativas – uma experiência”</i> (Mestre Catarina Freitas)
10:50h	Intervalo
11:20h	Componente Prática ¹ (Mestre Lisa Gonçalves)
12:00h	Encerramento da sessão da manhã

05 de Março de 2016 (Sábado) – 4ª Sessão

Módulo V – “O jogo e as suas possibilidades metodológicas no processo de ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física: Atletismo, Voleibol e Andebol”	
Moderador: Doutor António Cardoso	
13:00h	<i>“Potencialidades pedagógicas do jogo como meio privilegiado de ensino no Andebol: uma proposta metodológica”</i> (Dr.ª Carlota Correia)
13:20h	<i>“Análise comparativa entre a auto-perceção dos alunos do nível de domínio de jogo de andebol e a avaliação dos professores da disciplina”</i> (Doutor Duarte Sousa)
13:40h	<i>“Abordagem lúdica e competitiva do Atletismo”</i> (Dr. Luís Silva)
14:00h	<i>“Abordagem do Atletismo na escola dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento Gouveia: um exemplo no Desporto Escolar”</i> (Dr.ª Helena Gouveia)
14:20h	<i>“Abordagem do voleibol na Escola”</i> (Dr. Ricardo Nunes)
14:40h	<i>“As potencialidades do ‘Smashball’ para a abordagem do Voleibol nas aulas de Educação Física”</i> (Dr. David da Silva)
15:00h	Debate
15:30h	Intervalo
16:00h	Componente Prática ¹ : Atletismo
16:30h	Componente Prática ¹ : Smashball
17:00h	Intervalo
17:15h	Componente Prática ¹ : Andebol (Mestre Artur Rodrigues)
18:00h	Encerramento da Ação

¹ Solicita-se o uso de equipamento desportivo para a componente prática.

Apêndice N – Ficha de registo de Observação

Observador: Professor Estagiário Luís Carlos Silva			Observado: Professor Estagiário David da Silva	
Ano: 11º 14	Data: 07/04/2016	Hora: 11:45	Nº da observação:	Nº de alunos: 10+2
Matérias: Orientação e ginástica			Instalação: ginásio central	
Etapa de aprendizagem: Desenvolvimento de competências				

Comportamentos do professor			Observações
Gestão da aula	Aula inicia-se sem atrasos		Conversa sobre a avaliação do 2º período, autorizações para a participação na atividade de extensão curricular (20 minutos).
	Apresentação breve e concisa das tarefas		
	Tarefas de aprendizagem encadeiam-se sem atrasos		
	Gestão de interrupções menores		
Controlo da aula	Colocação do professor permite ver a turma ou parte dela		Alguns alunos estavam atrás do professor na explicação da manipulação de bússola, alunos sentados à sua frente e 2 atrás (10 minutos). Todos os alunos estavam focados na informação transmitida (ginástica). Na ginástica os alunos arrastaram o material, o professor devia intervir logo, mas não o fez (10 minutos). O professor colocou-se na estação mais perigosa.
	Controlo de comportamentos desviantes, intervindo de forma eficaz	✓	
	Bom clima de aula, com reforços positivos favorecendo as aprendizagens	✓	
Comportamentos solicitados	Intencionalidade da tarefa		Os alunos em duplas retiraram azimutes de alguns objetos espalhados no espaço. Na ginástica consideramos que o professor devia de apresentar em primeiro lugar os aparelhos, bem como algumas regras de segurança, no entanto, optou por os deixar montar e posteriormente questionou-os sobre a montagem do mesmo. Ao nível da segurança, ter em atenção os locais com colchões com alturas diferentes (ou 2 da mesma altura, ou apenas 1); colocar o plinto para subir para a barra fixa. Os alunos estão sensibilizados para as ajudas. Os alunos arrastaram os tapetes, mesmo após a informação do professor. Se calhar utilizar um circuito para os alunos explorarem mais as situações, embora o número de alunos seja reduzido (10).
	Alcance do objetivo do exercício		
	Constrangimentos verificados		

ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE
2016

Professores | Funcionários | Encarregados de Educação

Sala de Sessões **10 de Maio**
Apresentações - 12:00 às 13:00

12.00h // Abertura da Sessão de Informação
12:05h // Carla Freitas “Glicemia/Colesterol/Pressão Arterial”
12:20h // Reginaldo Nascimento “IMC/Bioimpedência/ECG”
12:35h // Doutora Ana Rodrigues
“Importância da atividade física para a saúde”
12:50h // Fecho da Sessão de Informação

Hall de entrada **18 e 19 Maio**
Rastreios (gratuitos) - **09:00 às 17:00**

9.00h // Início dos rastreios (limitados ao stock existente)
IMC Avaliação postural
Glicémia Colesterol
Pressão arterial Bioimpedância
Osteopatia E.C.G (2,5FF)
17.00h // Fim dos rastreios

Organização:
Núcleo de Estágio de Educação Física
da Escola Francisco Franco

Contacto:
dasilvadaid2005@hotmail.com
luisCarlosandrade@hotmail.com

Parceiros:

FISIOMADEIRA
Escola de Educação Física e Desporto

INSTITUTO DE INVESTIGAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

mimc

UNIVERSIDADE DE COIMBRA

CFC

UNIVERSIDADE DE COIMBRA

