

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

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Octávio Quintal de Jesus

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO



UNIVERSIDADE da MADEIRA

A Nossa Universidade
www.uma.pt

setembro | 2016

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

RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO

Octávio Quintal de Jesus

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

ORIENTADOR

José Ricardo Velosa Barreto Ferreira Alves

Agradecimentos

O Estágio Pedagógico foi um percurso enriquecedor por tudo aquilo que envolveu e porque este caminho não foi realizado sozinho, graças àqueles que me acompanharam nesta viagem aqui fica uma palavra de agradecimento muito sentida:

Ao Prof. Doutor Ricardo Alves, pela sua orientação, disponibilidade, autonomia, sugestões, mas acima de tudo por me fazer sempre tudo pelo lado positivo.

Ao professor Adérito Nóbrega, pela organização, cooperação e amabilidade, pois enquanto orientador cooperante alertou-nos sempre para os benefícios e malefícios das nossas ações sem nunca nos limitar. Obrigado por deixar que o erro tivesse sido uma oportunidade de aprendizagem.

Ao meu colega e amigo Diogo Sousa pela montanha russa de emoções e pelo ano difícil mas repleto de aprendizagens e diversão.

Aos meus alunos pela amizade pela dedicação e, acima de tudo, pelo respeito que sempre tiveram para comigo e todos os presentes. Foi um prazer trabalhar com vocês e só vos desejo o melhor do que a vida possui.

A todos os elementos da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, desde o Conselho Executivo, professores e funcionários, por nos terem aberto as portas e fazerem de nós membros e família da Comunidade Educativa.

A todos os professores do departamento de Educação Física e Desporto que de certa forma também me acompanharam e orientaram ao longo de todo o meu percurso académico, obrigado pela dedicação, disponibilidade e ajuda.

A todos os meus amigos(as), colegas de Licenciatura e Mestrado que contribuíram, de forma direta ou indireta, para o meu sucesso nesta longa caminhada, o meu obrigado do fundo do coração.

A toda a minha família em especial ao meu pai, mãe, irmão e irmã, um enorme agradecimento por acreditarem sempre em mim e naquilo que faço e por todos os ensinamentos de vida. Obrigado pelo apoio sempre presente, amizade, carinho e amor incondicional. Sem vocês nada disto seria possível. Nunca vos conseguirei agradecer o suficiente.

Finalmente quero agradecer a alguém que é a razão da minha felicidade! Obrigado Marta por seres a pessoa que és e pelo apoio incondicional nos bons momentos e nos maus momentos! Percorremos este caminho juntos e espero percorrer outros sempre do teu lado! Por tudo, a minha enorme gratidão!

Resumo

O documento que se segue surge no âmbito do Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário realizado na Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva no ano letivo 2015/2016. O propósito principal deste documento assenta na exposição de todas as atividades desempenhadas ao longo do ano letivo, mas acima de tudo na reflexão e análise de todas as vivências e problemáticas procurando expressar os processos desencadeados, as estratégias adotadas e competências adquiridas nesta fase que se espera ser de transformação tanto profissional como pessoal. O novo contexto ao qual fomos apresentados, representava incerteza e imprevisibilidade, e a necessidade de desenvolver a nossa capacidade de adaptação e intervenção eficiente e eficaz através do domínio de metodologias e estratégias que fossem ajustadas à nossa realidade foi a nossa maior preocupação. Num processo que não se remeteu única e exclusivamente à função docente na prática letiva, mas também noutras ações tais como a assistência às aulas, as ações de extensão curricular, a atividade de intervenção na comunidade escolar, assim como as ações de natureza científico pedagógica individual e coletiva, procurámos geri-lo de forma a estabelecer um fio condutor no sentido de interpretarmos este processo como um todo e não de forma isolada. Acreditando nas potencialidades do Desporto e da Educação Física é importante salientar que este processo não foi um fim em si mesmo, mas sim um meio de transformação tanto para os alunos como para o professor procurando potenciar ao máximo o melhor de cada um. É preciso manter bem presente que este processo de ensino aprendizagem deve ser mútuo não se esgotando simplesmente na transmissão de conhecimento por parte do professor, mas deve sim procurar o diálogo reflexivo, diálogo este que se espera ser presença assídua no espaço de aula.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, (Trans)formação Docente, Diálogo Reflexivo.

Abstract

The document that follows comes under the Pedagogical Education Master in Physical Education Training in Primary and Secondary Education held at the School Dr. Ângelo Augusto da Silva in the academic year 2015/2016. The main purpose of this document is based on the exposure of all the activities carried out throughout the school year, but above all the reflection and analysis of all the experiences and issues seeking to express the triggered processes, the adopted strategies and skills acquired at this stage expecting transformations both professional and personal. The new context in which we were present represented uncertainty and unpredictability, and the need to develop our capacity to adapt and efficient and effective intervention by mastering methodologies and strategies that were adjusted to our reality was our biggest concern. In a process that is not referred solely to the teaching role in teaching practice, but also other actions such as assistance to classes, curricular extension actions, intervention activity in the school community, as well as the actions of individual pedagogical scientific nature and collective, we seek to manage it in order to establish a thread in order to interpret this process as a whole and not in isolation. Believing in the potential of Sport and Physical Education is important to note that this process was not an end in itself, but a means of transformation for both the students and the teacher looking to enhance most of the best of each. We must keep firmly in mind that this process of teaching and learning should be mutual not simply running out the transmission of knowledge from the teacher, but must seek the reflexive dialogue, such dialogue that is expected to be a constant presence in the classroom space.

Keywords: Teacher Training, Physical Education, Teaching Transformation, Reflective Dialogue.

Resumé

Le document qui suit est sous la maîtrise pédagogique éducation en physique Education Formation en enseignement primaire et secondaire a eu lieu à l'École Dr. Ângelo Augusto da Silva durant l'année scolaire 2015/2016. Le but principal de ce document est basée sur l'exposition de toutes les activités menées tout au long de l'année scolaire, mais surtout la réflexion et l'analyse de toutes les expériences et les questions qui cherchent à exprimer les processus déclenchés, les stratégies et les compétences adoptées acquises à ce stade prévu être le traitement à la fois professionnel et personnel. Le nouveau contexte dans lequel nous étions présents représentant l'incertitude et l'imprévisibilité et la nécessité de développer notre capacité d'adaptation et d'intervention efficace et efficace par la maîtrise des méthodologies et des stratégies qui ont été ajustés à notre réalité était notre plus grande préoccupation. Dans un processus qui ne fait référence uniquement au rôle de l'enseignement dans la pratique de l'enseignement, mais aussi d'autres actions telles que l'assistance aux classes, les actions de vulgarisation scolaires, l'activité d'intervention dans le milieu scolaire, ainsi que les actions de nature scientifique pédagogique individuelle et collective, nous cherchons à le gérer afin d'établir un fil afin d'interpréter ce processus dans son ensemble et non pas isolément. Croire dans le potentiel du sport et de l'éducation physique est important de noter que ce processus n'a pas été une fin en soi, mais un moyen de transformation pour les élèves et l'enseignant qui cherchent à améliorer la plupart du meilleur de chacun. Nous devons garder fermement à l'esprit que ce processus d'enseignement et d'apprentissage doit être réciproque non seulement manquer la transmission des connaissances de l'enseignant, mais faut chercher le dialogue réflexif, ce dialogue qui devrait être une présence constante dans l'espace en classe.

Mots-clés: Formation des Enseignants, L'éducation Physique, Transformation de L'enseignement, Dialogue Réflexive.

Resumen

El documento que sigue viene en el Maestro de Educación Pedagógica Capacitación en Educación Física en la enseñanza primaria y secundaria realizada en la Escuela Dr. Ângelo Augusto da Silva en el curso académico 2015/2016. El propósito principal de este documento se basa en la exposición de todas las actividades llevadas a cabo durante el año escolar, pero sobre todo la reflexión y el análisis de todas las experiencias y los problemas que tratan de expresar los procesos desencadenados, las estrategias adoptadas y habilidades adquiridas en esta etapa que se espera una transformación tanto profesional como personal. El nuevo contexto en el que estuvimos presentes representaba incertidumbre e imprevisibilidad, y la necesidad de desarrollar la capacidad de adaptación y la intervención eficiente y eficaz mediante el dominio de las metodologías y estrategias que fueron ajustadas a nuestra realidad fue nuestra mayor preocupación. En un proceso que no se refiere únicamente a la función docente en la práctica docente, sino también otras acciones como la asistencia a las clases, las acciones de extensión del plan de estudios, la actividad de intervención en la comunidad escolar, así como las acciones de carácter científico pedagógico individual y colectiva, que tratamos de manejarlo con el fin de establecer una conexión con el fin de interpretar este proceso en su conjunto y no de manera aislada. Creer en el potencial del deporte y la educación física es importante teniendo en cuenta que este proceso no es un fin en sí mismo, sino un medio de transformación, tanto para los estudiantes y el profesor que busca potenciar al máximo lo mejor de cada uno. Hay que tener muy en cuenta que este proceso de enseñanza y aprendizaje debe ser mutuo no simplemente corriendo por la transmisión de los conocimientos del maestro, pero hay que buscar el diálogo reflexivo, esperando que este pueda ser presencia constante en el espacio de clase.

Palabras clave: Formación del Profesorado, Educación Física, Transformación del Profesorado, Diálogo Reflexivo.

ÍNDICE GERAL

LISTA DE ABREVIATURAS	XI
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XII
ÍNDICE DE ANEXOS	XIII
1. INTRODUÇÃO	1
2. ENQUADRAMENTO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO	3
2.1. O Estágio Pedagógico – Um Caminho de amadurecimento	3
2.2. Expetativas do estágio pedagógico	5
2.3. Objetivos do estágio pedagógico	7
2.4. Um “novo lar” - Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva	7
2.4.1. Objetivos da caracterização da EBSAAS	8
2.5. Grupo Disciplinar de EF	11
2.6. Professores Orientadores	11
2.7. Núcleo de Estágio	12
2.8. Alunos - O terror, paraíso ou misto	12
2.9. Principais ilações	13
3. PRÁTICA LETIVA	15
3.1. Enquadramento	15
3.2. Gestão do Processo Pedagógico: metodologias e estratégias do processo de E-A	16
3.2.1. Avaliação Diagnóstico	17
3.2.2. Planeamento Anual: um processo complexo e adaptativo	20
3.2.2.1. Fatores de influência na conceção do PA	21
3.2.2.2. Definição das matérias	23
3.2.2.3. Organização das matérias	24
3.2.2.4. Justificação das opções tomadas	25
3.2.3. Unidade Didática – O elo entre a teoria e a prática	33
3.3. Operacionalização do processo de E-A	35
3.3.1. Plano de aula - Instrumento operacional	35
3.3.2. Intervenção Pedagógica – O processo de atuação e reflexão	38
3.3.3. Perceção dos alunos – Definição de objetivos e intervenção do professor	45
3.4. Assistência às aulas – A complexidade da observação	51
3.4.1. Objetivos Gerais e Específicos	52
3.4.2. Métodos e procedimentos	53
3.4.3. Principais ilações	54
3.5. Experiências pedagógicas de relevo	56
3.5.1. Avaliação – o processo “subjetivo”	56
3.5.1.1. O Grupo Disciplinar de EF	59
3.5.2. Atividades Rítmicas e Expressivas – “o pesadelo/alegria do professor e dos alunos”	61
3.5.3. Diferentes contextos, diferentes formas de ser e de estar	63

3.5.4.	Estudo EFERAM-CIT UMa - Enquadramento	65
3.5.4.1.	Métodos e procedimentos	66
3.5.4.2.	Principais ilações	67
3.6.	Outras atividades	68
3.6.1.	Corta Mato	68
3.6.2.	Torneio de Andebol	69
3.6.3.	Prevenção Rodoviária	69
3.6.4.	Desporto Escolar	69
3.6.5.	Atividades com outras escolas	70
4.	ATIVIDADE DE INTERVENÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR	71
4.1.	Enquadramento	71
4.1.1.	Objetivos	71
4.2.	Métodos e procedimentos	72
4.3.	Realização	73
4.4.	Principais ilações da AICE – V Festival de Desporto da Levada	73
4.4.1.	Fase de Planeamento (pré-atividade)	73
4.4.2.	Fase de Conceção (atividade)	75
4.4.3.	Recomendações	77
5.	ATIVIDADES DE INTEGRAÇÃO NO MEIO	79
5.1.	Ação de Extensão Curricular - Enquadramento	79
5.1.1.	Objetivos Gerais e Específicos	80
5.2.	Métodos e procedimentos	80
5.3.	Realização	82
5.4.	Principais Ilações da AEC	82
5.4.1.	Fase de Planeamento (pré-atividade)	83
5.4.2.	Fase de Conceção (atividade)	84
5.4.3.	Recomendações	86
6.	AÇÕES DE NATUREZA CIENTÍFICO PEDAGÓGICA	89
6.1.	Ação Científico Pedagógica Individual - Enquadramento	89
6.1.1.	Objetivos e metas da ACPI	90
6.2.	Métodos e procedimentos	91
6.3.	Realização	92
6.4.	Principais ilações da ACPI – Abordagem do Golfe na Escola	92
6.4.1.	Fase de Planeamento (pré-ação)	93
6.4.2.	Fase de Conceção (ação)	93
6.4.3.	Recomendações	96
6.5.	Ação Científico Pedagógica Coletiva - Enquadramento	96
6.5.1.	Objetivos - ação e do módulo da abordagem da Capoeira na Escola	97
6.6.	Métodos e procedimentos	98
6.7.	Principais ilações da ACPC - Contributos práticos para a abordagem da Educação Física	100
6.8.	Principais ilações do Módulo 1 – Abordagem da Capoeira na Escola	102

6.8.1.	Fase de Planeamento (pré-ação)	102
6.8.2.	Fase de Conceção (ação)	102
6.8.3.	Recomendações	103
7.	CONSIDERAÇÕES FINAIS	105
8.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	109
	ANEXOS	117

LISTA DE ABREVIATURAS

ACPC – Ação Científico Pedagógica Coletiva

ACPI – Ação Científico Pedagógica Individual

AD – Avaliação Diagnóstico

AEC – Ação de Extensão Curricular

AEN – Atividades de Exploração da Natureza

AF – Atividade Física

AFD – Atividades Físicas Desportivas

AICE - Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar

ANCP – Ações de Natureza Científico Pedagógica

ARE – Atividades Rítmicas e Expressivas

CE – Comunidade Educativa

CNF - Clube Naval do Funchal

DAM – Desportos de Adaptação ao Meio

DC – Desportos de Combate

E-A – Processo de Ensino Aprendizagem

EBSAAS - Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva

EF - Educação Física

EE – Encarregados de Educação

EP – Estágio Pedagógico

GEF – Grupo de Educação Física

JDC - Jogos Desportivos Coletivos

NE – Núcleo de Estágio

Pa – Plano de aula

PA – Planeamento Anual

PE - Projeto Educativo

PL – Prática Letiva

PNEF – Programa Nacional de Educação Física

RAM – Região Autónoma da Madeira

RI – Regulamento Interno

SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*

UD – Unidade Didática

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 - PERCEÇÃO DOS ALUNOS EM RELAÇÃO AS COMPETÊNCIAS DESENVOLVIDAS.....	49
GRÁFICO 2 - PERCEÇÃO DOS ALUNOS SOBRE A ATUAÇÃO DO PROFESSOR.....	50

ÍNDICE DE TABELAS

TABELA 1 - MATÉRIAS SELECIONADAS PARA O PLANO DE TURMA DO 11º2.....	23
TABELA 2 - RELAÇÃO DOS ALUNOS COM A EF.....	46
TABELA 3 - IMPORTÂNCIA DA DISCIPLINA DE EF.....	46
TABELA 4 - MOTIVAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DAS AULAS DE EF.....	46
TABELA 5 - EVOLUÇÃO EM EF.....	47
TABELA 6 - RELAÇÃO COM A TURMA.....	47
TABELA 7 - AF FORA DO CONTEXTO ESCOLAR.....	48
TABELA 8 - MACRO E MICROCATEGORIAS DE OBSERVAÇÃO (ADAPTADO DE PIÉRON, 1996; LOPES, 2012)...	54
TABELA 9 - PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO SEGUNDO O GEF.....	60
TABELA 10 - PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO PARA ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO PERMANENTE.....	60
TABELA 11 - SÍNTESE DO CRONOGRAMA E DA METODOLOGIA DA ACPI.....	92

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A - QUESTIONÁRIO DE CARACTERIZAÇÃO - 11º2.....	119
ANEXO B - EXEMPLO DE FICHA DE AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICO	121
ANEXO C - PLANO ANUAL DE TURMA	122
ANEXO D - BATERIA DE TESTES UTILIZADOS NA AD DA APTIDÃO FÍSICA	133
ANEXO E - PRINCÍPIOS DOS JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (ADAPTADO DE COSTA, GARGANTA, GRECO E MESQUITA, 2009)	134
ANEXO F - NÍVEIS DE JOGO/ETAPAS DE APRENDIZAGEM (MESQUITA, 1995).....	136
ANEXO G - EXEMPLO DE UD 3º PERÍODO.....	137
ANEXO H – PLANO DE AULA	152
ANEXO I - FICHA DE OBSERVAÇÃO AO COLEGA ESTAGIÁRIO.....	154
ANEXO J - FICHA DE AVALIAÇÃO FORMATIVA	156
ANEXO K - CARTAZ DE DIVULGAÇÃO DA AICE	157
ANEXO L - CARTAZ DE DIVULGAÇÃO DA ACPI.....	158
ANEXO M – POSTER ACPI.....	158
ANEXO N - CARTAZ ACPC.....	160
ANEXO O - PROGRAMA DETALHADO DA ACPC.....	162
ANEXO P - ANÁLISE DOS DADOS REFERENTES AO QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO DA ACPC.....	164
ANEXO Q - PLANO DE AULA AEC	166

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho consiste no relatório de estágio preconizado no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física (EF) nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Madeira realizado no ano letivo 2015/2016 na Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva.

Este estágio foi supervisionado pelo Prof. Doutor Ricardo Alves, orientador científico, e pelo Mestre Adérito Nóbrega, orientador cooperante responsável pela supervisão/orientação da prática pedagógica. Salientamos também o nosso Núcleo de Estágio (NE) constituído pelo nosso colega e amigo Diogo Sousa.

Através do presente relatório pretendemos descrever e explicar o trabalho realizado ao longo deste ano letivo nas mais variadíssimas atividades desempenhadas, mas acima de tudo, o objetivo principal passa por refletir sobre as opções tomadas de forma crítica tentando apresentar aspetos/recomendações sobre todas as atividades desenvolvidas, que esperamos ter o prazer de aplicar em futuras oportunidades.

Em análise ao plano de estudos da UMA em vigor esta nova etapa constitui-se como um requisito no que toca à formação e habilitação profissional para a docência no sentido de dotar os professores com um conjunto de competências de cerne científico e pedagógico (intervenção pedagógica) assim como um espírito crítico e reflexivo sobre a própria prática capaz de responder às problemáticas e exigências da prática docente.

Tal como prevê o artigo 30º da Lei de Bases do Sistema Educativo, é neste processo que se pretende que o professor estagiário usufrua de uma formação inicial onde procura pôr em prática metodologias e técnicas científico pedagógicas com o intuito de desenvolver o eu profissional, mas acima de tudo pessoal e social num contexto que lhe é completamente novo. Dito isto, Piéron (1996) afirma que é nesta etapa de formação onde se observa o *transfer* entre a teoria e a prática, onde o professor utiliza a aula como um laboratório no sentido de experimentar e testar metodologias. Felizmente este processo envolve muito mais do que colocar em prática todas estas metodologias, envolve consciência sobre o contexto complexo onde estamos inseridos de forma a colocar de parte expectativas por vezes desajustadas à realidade, mas acima de tudo consciência reflexiva sobre as nossas ações (Rodrigues & Ferreira, 1997; Marçon, Graça & Nascimento, 2013).

Relembramos com estas palavras, toda a exigência salientada durante este percurso de formação (desde a Licenciatura até ao Estágio Pedagógico - EP) na tentativa de aplicar na escola conhecimentos adquiridos, revelando acima de tudo tratar-se de um percurso de constante reflexão e adaptação. Ficou bem patente a consciência e a responsabilidade pelo papel fundamental que o professor desempenha “na formação de novos Homens”.

Não nos podemos esquecer de todos os muitos desafios que nos foram lançados, muitas outras atividades foram realizadas e com tudo isto veio a insegurança, o medo de falhar na tomada de decisão, o *stress* pela acumulação de tarefas, pela avaliação a que éramos submetidos, a exposição aos outros entre outros fatores. O aproximar-se dos limites foi posto sempre em questão a cada dia que passava, numa aula menos conseguida, num problema encontrado, numa solução que se tornava problema...

Este EP com certeza exigiu esforço e empenho da nossa parte e podemos referir que se o medo e a insegurança não nos acompanhassem durante todo este processo, que não é um fim, mas sim um meio de transformação, não seríamos certamente aquilo que somos hoje. Sentimo-nos claramente pessoas diferentes do que eramos no início cada mais reflexivas sobre a nossa prática, professores mais fortes, mais competentes, sem medo do imprevisível e que certamente não procurarão a acomodação.

Se acreditamos que a EF é um meio privilegiado para que os nossos alunos se transformem enquanto pessoas, mas acima de tudo como cidadãos de uma sociedade que se diz reflexiva, é necessário alcançar a excelência na nossa prática docente para que tais transformações se verifiquem. Alcançar esta sublimidade envolve ter consciência do contexto em que estamos inseridos, especialmente dos alunos que possuem potencialidades e limitações e que são o cerne deste processo de ensino aprendizagem recíproco onde aprendem educando e educador.

2. ENQUADRAMENTO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

Nos dias que correm a situação do professor é cada vez mais precária e já lá vai o tempo em que após o terminar da formação académica conseguíamos emprego. Contudo esta nobre profissão que é responsável por formar milhões de jovens pelo mundo fora não pode ser afetada por tal precariedade.

Freire (1997) afirma que ser professor é uma profissão muito séria, pois participamos na formação de indivíduos, contribuindo para o seu sucesso ou fracasso. Como tal, na escolha desta profissão temos que estar convictos e reconhecer que esta é uma profissão digna. Temos que lutar com unhas e dentes pelos nossos direitos sem nunca esquecer também das nossas responsabilidades para com os alunos, mas acima de tudo Homens de mudança benigna que pretendemos dotar de valores éticos e morais que permitam a sua inserção em sociedade.

Esta profissão não pode ser escolhida como uma última opção de vida. Deve ser escolhida por amor e com coragem acima de tudo, porque ser professor não é fácil como muitos pensam. Se queremos fazer da educação a nossa profissão é preciso amá-la, pois segundo o mesmo autor “não há educação sem amor (...) Quem não é capaz de amar os seres inacabados não pode educar” (Freire, 1979, p. 15).

Dito isto parece-nos claro que se atendermos à regulamentação da Lei de Base do Sistema Educativo na aliena a) Artigo 7º, Cap. II, da Lei nº 49/2005 de 30 de agosto (p.3):

“Assegurar uma formação geral comum a todos os portugueses que lhes garanta a descoberta e o desenvolvimento dos seus interesses e aptidões, capacidade de raciocínio, memória e espírito crítico, criatividade, sentido moral e sensibilidade estética, promovendo a realização individual em harmonia com os valores da solidariedade social.”

Assim sendo devemos procurar desenvolver no Homem todas as suas dimensões, não fosse este considerado um ser bio-psico-social e nós enquanto futuros professores não podemos fugir à nossa missão, temos a responsabilidade de formar alunos maduros mas, acima de tudo, cidadãos (Sérgio, 2003; Almada, Fernando, Lopes, Vicente & Vitória, 2008).

2.1. O Estágio Pedagógico – Um Caminho de amadurecimento

O EP é um tempo de formação prática onde através de uma supervisão por dois formadores (orientador científico e cooperante) se procura que o “aspirante” a professor se aproxime cada vez mais da realidade da sua profissão e adquira competências práticas e reflexivas sobre as suas ações pedagógicas e didáticas desenvolvidas no contexto onde se insere (Casteleiro, 2001; Freire, 2001).

Este processo pode ser considerado umas das fases mais importantes da formação do professor estagiário, pois representa o culminar de todo um processo que permite aplicar conhecimentos adquiridos ao longo de dois ciclos de estudos (Licenciatura e Mestrado em Ensino).

Muitos desafios são impostos ao professor que procura, não só através dos conhecimentos adquiridos e da investigação que realiza, dar uma resposta adequada a uma viagem que se prevê instável e imprevisível, num novo contexto caracterizado pela interação e articulação entre a Comunidade Educativa (CE). É este aproximar-se dos limites que faz com que o professor se procure adaptar a cada desafio que lhe é imposto saindo da sua área de conforto, procurando um planeamento e uma realização da ação mas, acima de tudo reflexão sobre a sua prática.

De forma a gerir tal imprevisibilidade é necessário que sejamos pró-ativos, que realizemos um bom diagnóstico da realidade que nos rodeia de forma a podermos tomar as melhores decisões analisando o EP como um todo tentando fomentar maior coesão neste processo de estágio.

Neste sentido procuramos estabelecer uma relação entre a prática pedagógica e todas as outras atividades tendo sempre por base a Taxonomia de Almada *et al.* (2008) procurando desenvolver, através das matérias que pertencem a diversos grupos taxonómicos, diferentes competências e habilidades nos alunos, como por exemplo montagem de estratégias, tomada de decisão, adaptação a contextos diferentes, autonomia, espírito crítico entre outros. Acreditando no Desporto como um meio de transformação parece-nos que esta Taxonomia é a mais adequada quando procuramos potenciar os alunos que temos, procurando ao mesmo tempo combater determinadas dificuldades através de um ensino individualizado e solicitar comportamentos que lhes provoquem adaptações e transformações.

A prática letiva (PL) decorreu ao longo do ano através da gestão e planeamento do processo de ensino-aprendizagem assim como a observação das aulas ao nosso colega de estágio. Todavia outras importantes tarefas foram desempenhadas como a caracterização da turma, que permitiu recolher com conjunto de dados que levou à compreensão dos interesses, motivações e necessidades dos alunos garantindo uma ajuda preciosa na nossa intervenção pedagógica.

Salientamos também a Ação de Intervenção na Comunidade Escolar (AICE), com o V Festival de Desporto da Levada, levando a cabo um dos objetivos da EF em salientar a importância da Educação Física e Atividade Física aliando a este o gosto pela prática desportiva através de várias atividades desportivas salientadas ao longo do Festival. Reforçamos a importância desta atividade tendo em conta a interação dos diversos agentes da CE assim como de todas as entidades exteriores que se prontificaram a participar na nossa ação.

A Ação de Extensão Curricular (AEC) foi desenvolvida no sentido de ir ao encontro das preferências dos alunos sobre os Desportos de Adaptação ao Meio (DAM) solicitando assim comportamentos que dificilmente são solicitados em contexto escolar. Salientamos as atividades

náuticas (Vela, Vela adaptada, Canoagem e *Stand Up Paddle*) e as mais-valias de proporcionar estas experiências aos alunos num meio ao qual não estão habituados, assim como o fortificar de relações entre professor-aluno numa atividade onde o convívio e diversão fizeram claramente parte.

Quanto às Ações Científico Pedagógicas, a individual (ACPI) surgiu tendo em conta que a temática deste ano iria incidir sobre as didáticas e tendo em conta a preferência por atividades de exploração da natureza por parte dos alunos da turma em questão decidiu-se explorar uma matéria diferente como é o caso do Golfe. Tentamos assim revelar as potencialidades que esta matéria pode proporcionar aos alunos só pelo simples facto de ser uma nova experiência, assim como por se tratar de outro meio (mais um) de desenvolver competências essenciais na formação do aluno. Salienta-se também as estratégias de implementação desta atividade que pode ser implementada tanto dentro de um polidesportivo como fora aproveitando ao máximo os espaços exteriores e envolventes da escola.

Em relação à coletiva (ACPC) optámos por dar seguimento à ACPI do colega de estágio numa tentativa de perceber as opiniões de alunos e professores como também demonstrar a estes as potencialidades dos Desportos de Combate através da abordagem da Capoeira num estabelecimento de ensino onde estas matérias foram apontadas como lacunas na formação de Professores. Evidencia-se o empenho e motivação dos estagiários e a aproximação aos limites numa temática que procurou demonstrar a todos que não é necessário ter qualquer formação específica na área para utilizarmos estes Desportos como um meio de transformação.

2.2. Expetativas do estágio pedagógico

O processo de formação do professor estagiário é algo pessoal e pode ter diferentes desfechos de acordo com a sua personalidade, características pessoais, variáveis contextuais (Godinho, 2010), mas destacamos outro fator que também poderá influenciar este desfecho e que merece destaque neste enquadramento. Salientamos também as expetativas criadas no início do estágio de uma forma mais pessoal. Tendo em conta todo o meu percurso escolar desde os meus 6 anos até ingressar no Curso de Educação Física e Desporto a minha opinião nunca se alterou! Para mim uma escola sem EF não era escola e esta continua a ser a minha máxima. Desde sempre que o Desporto esteve presente, quer de forma formal quer informal, e gosto pela competição, a insaciabilidade por querer melhorar cada vez mais e os valores transmitidos pelo Desporto foram entre muitas outras razões o que me fez enveredar por esta área.

Ao longo do meu percurso académico (Licenciatura) tive a oportunidade e privilégio de adotar um novo desafio como treinador de formação que continua até hoje. O facto de lidar com um grupo de jovens tão diferentes uns dos outros, verificar as dificuldades e potencialidades de todos eles, verificar as constantes e surpreendentes evoluções quer a nível técnico e tático, quer a nível sócio

afetivo, a relação estabelecida entre treinador e jogadores, as aprendizagens mútuas, a alegria e união de grupo fez-me logo perceber que o meu destino estava traçado e que o Mestrado em Ensino era o meu caminho.

Posso dizer que tinha ótimas expectativas considerando que sabia que os desafios iam ser grandes, que ia ser exigida uma enorme capacidade de adaptação, que a minha capacidade de superação iria estar sempre em jogo, mas que poderia ser eu mesmo experimentando/errando e tentando novas formas de atuação/metodologias/estratégias que se adaptassem ao contexto em que iria estar inserido procurando recorrer sempre ao mesmo espírito crítico e reflexivo. Este estágio certamente iria estabelecer uma ponte nas competências desenvolvidas que iriam melhorar a minha supervisão quer como professor quer como treinador.

O *stress*, a insegurança e o medo estiveram presentes durante todo o estágio, mas foram estes sentimentos que me fizeram aproximar dos limites e alcançar o patamar a que me propus, isto é, ser docente de EF.

Especificando o início do estágio, o primeiro contacto com os alunos veio trazer-me a maior das minhas incertezas: “Serei eu capaz de motivar e potenciar os alunos que tenho à minha frente?” Esta incerteza certamente não foi totalmente respondida tendo em conta a minha primeira experiência e todas as variáveis que me foram impossíveis de controlar. Contudo a certeza de nunca desistir (por mais que este sentimento estivesse muitas vezes presente) fará com que tente e tente uma vez mais até conseguir alcançar os meus objetivos juntamente com os meus alunos quer num futuro próximo quer longínquo.

Em relação ao NE que iria integrar esperava encontrar dois professores orientadores exigentes, mas motivadores e incansáveis na busca pela minha realização enquanto futuro professor. No que toca a todos os outros professores da escola esperava simplesmente ser bem aceite e não ser discriminado. Bem, no que toca a isto, todas as minhas expectativas foram bem superadas, pois a excelente relação estabelecida foi bem evidente. Em relação à parceria com o meu colega de estágio as expectativas só podiam ser as melhores visto todo o trabalho desempenhado até então, acreditando na dedicação e entrega desde o início ao fim.

Para concluir umas das principais expectativas que tinha e que queria ver realizada no fim deste estágio resumia-se a aproveitar todo o processo no sentido de me transformar enquanto docente, isto é, ser mais reflexivo, mas também enquanto pessoa tentando sempre ser eu mesmo na relação estabelecida com tudo e todos através da minha boa disposição e empenho.

2.3. Objetivos do estágio pedagógico

Esta nova etapa como já fora referido envolve um processo de formação que pretende que o professor adquira um conjunto de competências de cerne científico e pedagógico, assim como um espírito crítico e reflexivo sobre a própria prática.

Como tal, procuramos com o presente relatório através da análise de todas as atividades realizadas ao longo do estágio refletir sobre as experiências vividas ao longo de todo o processo desde o planeamento à realização, procurando salientar algumas das competências desenvolvidas, aspetos positivos e negativos assim como sugerir algumas recomendações.

Destacamos também de forma mais específica alguns dos objetivos que pretendemos desenvolver ao longo desta nova etapa:

- Adotar um compromisso com a aprendizagem dos educandos;
- Potenciar a aprendizagem dos alunos nos diversos domínios: psicomotor, cognitivo, e sócio afetivo;
- Avaliar as aprendizagens dos alunos nas suas dimensões diagnósticas, formativa e sumativa, através de processos/técnicas/instrumentos adequados para o efeito;
- Desenvolver competências profissionais ao nível do planeamento do processo de ensino de forma fundamentada;
- Promover o desenvolvimento profissional quer individual quer coletivo no meio escolar;
- Evoluir, aumentando os índices qualitativos no processo de ensino aprendizagem, maximizando a eficácia pedagógica destacando-se entre outros os seguintes aspetos: gestão, instrução, clima/disciplina, *feedback*, avaliação.

2.4. Um “novo lar” - Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

O contexto escolar é variável de escola para escola e é necessário que o professor se consiga adaptar a este novo contexto de forma a poder atuar com toda a eficiência e eficácia possível. É por isso que é essencial que o professor compreenda o meio onde está inserido pelo que é desejável e necessário realizar uma caracterização do mesmo.

Assim sendo a caracterização do estabelecimento de ensino é o primeiro de muitos passos a percorrer pelo professor que procura vencer um novo desafio que lhe é imposto, uma realidade que desconhece no sentido de conseguir auxiliar-se de ferramentas que lhe permitam tomar “a decisão mais acertada”. Não se trata só de se aproximar de novos limites, e encontrar estratégias que permitam resolver determinados problemas, trata-se também de conhecer previamente a realidade que o professor estagiário irá enfrentar como se de uma pré-atividade para uma expedição se tratasse.

Cada estabelecimento de ensino envolve uma estrutura física e organizacional associada a uma enorme complexidade de ligações existentes no seio escolar, o que pode levar a que o professor se sinta pressionado ou indeciso na hora de atuar. Existe claramente uma dinâmica no seio escolar que não pode ser quebrada. O que se espera da parte de toda a comunidade escolar, estando aqui “o novo” professor inserido é que a dinâmica da mesma seja respeitada indo ao encontro da missão e das ideias da organização escolar havendo uma convergência de ideias para que o “sucesso” seja alcançado.

Sendo assim, mais do que enunciar um conjunto de características, procuramos destacar as principais especificidades desta escola das demais e fizemo-lo por duas razões já mencionadas: a primeira por se tratar da primeira tarefa sugerida pelo nosso orientador cooperante tendo em conta que pelo menos um dos estagiários nunca tinha frequentado o estabelecimento de ensino ao longo da sua escolaridade explorando assim o novo contexto; a segunda razão prende-se com a nossa capacidade em compreender e dominar as variáveis contextuais inerentes (estrutura física, funcional social e cultural) do estabelecimento de ensino de forma a ajustarmos a nossa atuação.

2.4.1. Objetivos da caracterização da EBSAAS

- Verificar as especificidades apresentadas pela EBSAAS;
- Averiguar quais os recursos (materiais, humanos, espaciais) que dispõe a EBSAAS, quais as potencialidades e de que forma podem ser rentabilizados;
- Apurar as diferentes dinâmicas de funcionamento, estratégias e princípios da EBSAAS (Regulamento interno e Projeto Educativo).

Para construir este capítulo foram utilizadas diferentes fontes de informação entre elas o próprio *website* da EBSAAS, o Regulamento Interno (RI) da escola e o Projeto Educativo (PE). O primeiro permitiu analisar a síntese histórica da escola assim como perceber como está organizado o conselho da CE. Os dois restantes documentos revelaram uma enorme importância para a nossa atuação enquanto docentes e membros da CE, pois permitem perceber que princípios, missão e estratégias possui o estabelecimento de ensino e que homem pretende formar. Possibilitou também compreender algumas das variáveis contextuais e especificidades da escola assim como as suas dinâmicas.

Em paralelo a esta pesquisa, fomos convidados a visitar as instalações pelo orientador cooperante, Prof. Adérito Nóbrega. Esta visita informal permitiu a nossa apresentação a alguns atores da EBSAAS o que permitiu quebrar algumas barreiras e ficar a conhecer o meio envolvente ainda que de forma superficial.

Outras formas de recolher informação pertinente de maneira a alcançar os objetivos pretendidos prendeu-se com a reunião do início do ano letivo levada a cabo pelos membros da direção da escola.

Nesta reunião foram apresentadas algumas dinâmicas de funcionamento para o novo ano que se avizinhava havendo um breve debate sobre algumas questões pertinentes. Procurou-se assim estabelecer alguns pontos positivos e negativos que devem ser alvo de reflexão não só dos professores como de toda a CE. Conhecer a oferta formativa, o número e perfil geral dos alunos, entre outros aspetos já referidos, permitiu claramente uma intervenção mais eficiente do docente. Outra forma também fundamental na aquisição de informação sobre a dinâmica de funcionamento foram as reuniões do Grupo de Educação Física (GEF). Nestas reuniões eram debatidos e refletidos alguns problemas que nos ajudaram à familiarização com o contexto escolar onde estávamos inseridos. É importante debatermos e percebermos quais os problemas que existem, quais as potenciais soluções levantadas ficando a conhecer cada vez mais a organização interna da escola.

Embora não tivéssemos voz ativa nestas reuniões, as nossas opiniões também eram ouvidas e toda esta troca de ideias pode ser claramente analisada potenciando em nós um espírito crítico e reflexivo sobre as questões funcionais e organizativas da instituição. Para que tal aconteça é necessário que o futuro docente se interesse e conheça toda a dinâmica envolvida para que seja possível formular a sua opinião de forma fundamentada.

Passando a salientar a missão da escola, isto é “fazer da Escola a casa de todos e para todos, um espaço onde é possível aprender a saber ser, ensinar, educar e trabalhar em segurança, com amor e principalmente ser feliz” (Projeto Educativo, 2011-2015, p.34), percebe-se claramente que este estabelecimento de ensino pretende a integração, a igualdade de oportunidades, o bem-estar e sucesso, quer pessoal quer profissional não só na perspetiva académica e vertente laboral, mas também na inserção de futuros homens e mulheres numa sociedade que visa a reflexão e obtenção de valores. Esta escola parece-nos não estar só interessada em transmitir conhecimentos, mas sim ensinar como fazer uso desse mesmo saber “na compreensão da realidade, sendo que esse conhecimento ajuda a formar cidadãos mais participativos e intervenientes, detentores de saberes e de capacidades de agir e de conviver em sociedade” (Araújo, 2004, p.89-90). A escola não pode limitar-se a ser um “veículo” de transmissão de conhecimento, mas sim uma instituição que procura através do seu papel socializador preparar os alunos (cidadãos) para que estes sejam conscientes e livres, para que possam reconstruir uma sociedade mais justa e democrática (Peres, 1999).

Tendo em conta toda a perspetiva histórica do estabelecimento de ensino percebemos que a capacidade de adaptação foi uma constante bem vincada. As ofertas formativas foram-se alterando consoante as necessidades, os objetivos traçados foram sendo reformulados consoante o contexto educativo em que a escola se ia inserido, mas isto sem nunca se dissociar da transmissão de valores humanos, sociais e culturais. Contudo, nos dias que correm a EBSAAS vocaciona-se para o ensino dos cursos de educação e formação tecnológica, empenhando-se na atualização das suas ofertas formativas (cursos de carácter geral, tecnológicos, profissionais e cursos de educação e formação)

adequadas à realidade social e economia da Região preparando os jovens para um futuro mercado de trabalho cada vez mais competitivo.

No presente a escola abrange um grande número de currículos, que vão desde o 2º Ciclo até ao 13º ano (dentro das ofertas formativas já referenciadas) sendo que a atual direção apresentou números inversos, isto é, mais turmas do que salas. Dito isto, só fica patente que embora o paradigma atual revele um decréscimo da população estudantil, estas informações vêm contrariar os números atuais e demonstram que este estabelecimento de ensino mantém a confiança de um grande número de alunos e dos seus respetivos encarregados de educação (EE) no alcance dos objetivos a que se propõem tendo em conta as necessidades do público-alvo.

A EBSAAS possui também uma grande variedade de clubes/projetos destacando alguns dos mesmos como por exemplo o Clube Escola Levada, Eco-Escolas, Desporto Escolar, Rádio Escola Levada, Clube de Teatro, *Atelier* de Artes Visuais, entre outros demonstrando uma vez mais a grande qualidade e prestígio apresentado pela entidade.

O estabelecimento de ensino está dotado de um grande número e variedade de estruturas físicas, incluindo instalações cobertas e exteriores destinadas ao processo de ensino aprendizagem (salas de aulas, de grupos de disciplinas, oficinas, biblioteca, salas de informática, instalações desportistas entre outras), assim como outras destinadas ao convívio e interação dos vários agentes da comunidade educativa (pátios, bares e cantina).

Em termos de instalações desportivas a EBSAAS a escola está apetrechada com quatro campos exteriores, um pavilhão gimnodesportivo (com capacidade para acolher três turmas em simultâneo) um ginásio, uma sala de apoio ao Departamento de EF, uma piscina e um tanque (inutilizados, mas que podem servir de espaço alternativo se necessário e devidamente autorizado) e duas arrecadações de material, equipadas com recursos materiais diversos. Embora não apresentem a quantidade e qualidade desejada (dados recolhidos através de questionários implementados a alunos e professores) permitem aos professores (através dos recursos espaciais e materiais existentes) dar resposta às necessidades e interesses dos seus alunos na grande maioria.

O sistema de rotação das instalações também definido no início do ano letivo permite ao professor planear as suas aulas consoante a disponibilidade das mesmas. Contudo, é de salientar que a maioria dos espaços apresenta características polivalentes excetuando algumas situações na abordagem de certas matérias (Voleibol, Futebol, Ginástica e Badminton) concedendo a sua adaptação de forma a realizar atividades diversas. Assim levanta-se a questão desta adaptação de materiais e espaços que numa análise de custo benefício poderá não ser rentável para a motivação e predisposição dos alunos na realização das atividades propostas.

Como professor estagiário de EF é essencial conhecer o contexto físico em que iremos lecionar, pois a partir desta análise conseguiremos traçar estratégias que permitam rentabilizar o processo pedagógico e o seu planeamento.

2.5. Grupo Disciplinar de EF

Faziam parte do grupo disciplinar de Educação Física 17 professores, 15 dos quais lecionavam o 3º ciclo e secundário, 1 lecionava 2º ciclo, englobando também dois professores estagiários (Octávio Jesus e Diogo Sousa).

Salienta-se o prof. Adérito Nóbrega, representante do Departamento de Expressões Coordenativas, Delegado do GEF desde 15 de Setembro de 2011 e Orientador Cooperante do Núcleo de Estágio.

Destacamos que este grupo foi essencial para compreendermos a essência organizacional escolar salientando a excelente receptividade que tivemos por todos os professores do grupo disciplinar, tendo em conta a entreatura apresentada pelo mesmo. Como exemplo disso revelamos as reuniões, tendo em conta temáticas tais como a componente letiva, instalações, atividades da escola e do grupo disciplinar, regulamentos, entre outras iniciativas das quais fomos convidados e fizemos parte, salientando a ausência de qualquer barreira entre os professores e o estagiário. Tudo isto contribuiu para a nossa inclusão e adaptação ao contexto escolar envolvente.

2.6. Professores Orientadores

Todo o trabalho desempenhado teve o acompanhamento e orientação dos dois professores orientadores. A sua presença permitiu que as nossas tomadas de decisão referentes a alguns processos fossem tomadas de forma mais segura. Embora os dois orientadores possuam diferentes formas de “estar ou de pensar” tivemos presente um orientador pedagógico muito competente e organizado, que sempre nos alertou para os possíveis riscos e mais-valias das nossas decisões e um orientador científico que embora não tão presente fez com que cada momento em conjunto fosse conciso e preciso no sentido de combater determinadas indecisões.

Temos de referir que numa fase inicial quisemos realizar o estágio um pouco à nossa imagem, tendo em conta as nossas crenças e personalidade, mas há algo que não podemos descurar, a experiência no terreno. Muitas vezes induzimos a nossa prestação em erro por acreditarmos demasiado nas nossas crenças e descurando um pouco a opinião dos orientadores, mas não nos podemos esquecer que ambos têm maior experiência nesta área do que nós. Os orientadores mais do que ninguém sabem qual é a realidade da escola e já passaram por diversas experiências que lhes permitem rapidamente adaptar-se consoante as situações que podem vir a enfrentar. O diálogo/confronto de ideias entre nós, professores inexperientes, e alguém com muita experiência só

pode ser positivo no sentido em que são refletidos variados aspetos nomeadamente as diversas alternativas que existem ou podem existir para alcançar determinados objetivos. Podemos dizer que aprendemos muitas estratégias pedagógicas e tal não seria possível sem a reflexão diária após as nossas aulas em consonância com nossos orientadores e colega de estágio.

Na nossa opinião os orientadores são isso mesmo, pessoas que orientam e guiam um processo que ser quer reflexivo e não pessoas que apenas olham para o seu umbigo e definem o que devemos fazer. É verdade que muitas das opções tomadas tiveram que ter em consideração a realidade da escola, mas nunca fomos limitados na nossa opinião ou crenças tendo em consideração algumas das metodologias definidas e utilizadas durante o nosso processo de estágio.

Temos que respeitar opiniões, acreditar nas nossas crenças mas, acima de tudo, experienciar diversas metodologias no sentido de melhorar a nossa intervenção pedagógica, sempre com a ideia bem assente de que não existem metodologias certas ou erradas, mas sim válidas consoante a realidade do meio envolvente (escola e alunos) e objetivos que são delineados.

2.7. Núcleo de Estágio

Estabelecer relações com outras pessoas é inevitável ao longo da nossa vida e o estágio não foi exceção. Foi uma oportunidade para trabalhar em conjunto com uma pessoa que já conhecíamos, mas também uma oportunidade para compreender ainda mais determinadas mais-valias, assim como algumas “limitações”.

A observação do colega, nas suas aulas permitiu salientar isso mesmo através de discussão e reflexão sobre as situações observadas sendo esta uma experiência extremamente importante na nossa formação, não só como professores responsáveis por uma turma mas também como observadores de indicadores e variáveis inerentes ao processo de lecionação.

É verdade que embora existam algumas semelhanças também se notam algumas diferenças na forma “de ser e de estar” ficando assim com a consciência de que o trabalho efetuado “nem sempre foi o melhor” tendo em conta a contrariedade de algumas opiniões. Contudo, e analisando as muitas atividades que foram realizadas, concluimos nitidamente que uma divisão de tarefas ajuizada permitiu-nos alcançar os objetivos a que nos propusemos.

2.8. Alunos - O terror, paraíso ou misto

Sem qualquer dúvida que a turma com quem tivemos o prazer de conviver se revelou estar entre o paraíso e o terror. Sem dúvida que conseguimos estabelecer um excelente relacionamento com todos, mas existiam alguns casos de falta de motivação e predisposição para a realização das aulas. Contudo, o bom relacionamento estabelecido possibilitou-nos trabalhar de maneira a aumentar essa

motivação e bem-estar nas aulas para que todos ou a sua grande maioria sentisse prazer na realização das mesmas.

Eram alunos na fase da adolescência, muitas decisões já por tomar, diferentes rumos a seguir, diferentes motivações, resumindo, muita heterogeneidade. Esta característica revelou-se um obstáculo para o professor na realização de um ensino mais individualizado algo que nem sempre ocorreu muito fruto da ainda inexperiente carreira. Contudo, muitas estratégias foram utilizadas no estabelecimento de grupos que permitissem uma intervenção mais firme e concisa, garantindo ainda mais um clima favorável ao desenvolvimento de determinadas competências tais como a autonomia, criatividade, autoestima e dinâmica de grupo (relações interpessoais e entreajuda) dentro da turma. Tais competências foram alcançadas graças às diferentes matérias selecionadas que foram sempre salientadas como um meio de transformação e não apenas como simples atividades de consumo.

2.9. Principais ilações

Esta caracterização foi um instrumento essencial para conhecermos o meio onde estávamos inseridos, de forma a potencializar os diferentes recursos disponíveis (humanos espaciais) tendo em conta o contexto em que estávamos inseridos e as características da própria escola (princípios regulamentação entre outros).

Tendo em vista os objetivos traçados anteriormente, podemos salientar os seguintes aspetos que nos ajudaram ao longo do processo de estágio:

- A EBSAAS é uma escola muito preocupada com o bem-estar e motivação dos alunos, procurando ir ao encontro das necessidades de todos;
- Verificou-se que ao nível dos núcleos e clubes assim como a oferta formativa foram desenvolvidas muitas atividades e trabalhos pelos alunos;
- Os recursos humanos, docentes e não docentes, ajudaram-nos na integração no meio escolar estabelecendo relações afáveis e cordiais;
- Embora com boas instalações e recursos materiais muito razoáveis foi necessário ter em consideração a pouca flexibilidade (modelo de lecionação por blocos adotado por outros professores) tentando algumas estratégias com outros professores como a cedência de espaço de aula embora nem sempre conseguido;
- O GEF e o Conselho Executivo relevaram-se sempre dispostos a colaborar connosco tendo em conta todas as atividades desenvolvidas no seio escolar;
- O Delegado de grupo e nosso orientador, assim como todo o restante GEF apresentaram uma boa dinâmica entre si garantindo um excelente clima, comunicação, e participação nas diferentes atividades revelando-se uma mais-valia para o nosso NE.

Para finalizar, a caracterização da escola foi fundamental pois permitiu-nos compreender o contexto onde estávamos inseridos. No entanto, embora tivéssemos criado uma boa dinâmica e relação com a maioria dos intervenientes da CE sabemos que nem sempre isso é sinal de sucesso. Dito isto, reforçamos a nossa atitude em querer sempre garantir a adaptação às diferentes situações apresentadas tentando assim alcançar os objetivos propostos em todas as atividades desempenhadas ao longo do estágio.

3. PRÁTICA LETIVA

3.1. Enquadramento

A PL é basicamente o foco central de todo o processo de estágio sendo um processo contínuo de planeamento, conceção e reflexão. É necessário então, aludindo à ideia de Almada *et al.*, (2008), realizar um ciclo de diagnóstico, prescrição e controlo que nos levará a adquirir competências que nos permitam adaptar a nossa atuação enquanto docentes.

No entender de Freire (1997) enquanto professores são necessárias certas competências e certos conhecimentos antes de entrarmos numa sala de aula mas, acima de tudo, é preciso ser crítico ao ponto de colocar em questão todas essas competências e conhecimentos. Esta criticidade não pode ter uma conotação negativa. Este ser crítico advém de uma perspetiva de humildade. Não nos basta portanto, ter apenas o “canudo”, é necessário refletir constantemente sobre os conceitos aprendidos, porque o conhecimento atual caminha para novas formas de pensamento e devemos procurar investir numa formação contínua (não só estudando, mas também realizando uma análise crítica da sua prática) (Simões, Fernando, Barros, Aguiar & Lopes, 2012).

Este conhecimento é de tal ordem que o professor já não é o detentor do conhecimento absoluto, mas sim um desafiador e um guia dos possíveis caminhos que o aluno poderá percorrer na busca pela aprendizagem (Cruz, 2008).

O que se pretende com a nossa intervenção é ter em conta a aprendizagem dos alunos e as suas necessidades procurando desenvolver os domínios, psicomotor, cognitivo e sócio afetivo mas, acima de tudo, utilizar as matérias de ensino com o intuito de mudar/transformar os alunos, dotando-os de determinadas competências. É importante muni-los de um espírito crítico, autonomia, responsabilidade, cooperação, empenho, autoestima, motivação entre outras competências que reconhecemos serem essenciais na constituição destes jovens, que fazem parte de uma sociedade que está em contante mudança e que apela a muitas destas competências.

Acreditando no Desporto como um meio de transformação e não como um fim em si mesmo (Almada, 1995) o tipo de Homem que pretendemos formar dependerá e muito da nossa personalidade, das nossas ideias e crenças mas, acima de tudo, do tipo de ensino preconizado, das metodologias e estratégias adotadas (Hargreaves, 1994; Almada *et al.*, 2008).

Em relação ao processo pedagógico, este pode envolver decorar um conjunto de expressões onde se procura a automatização do gesto, desenvolvendo no aluno competências meramente reprodutoras. Por outro lado, uma abordagem mais intencional poderá levar à compreensão da funcionalidade do fenómeno, salientando os comportamentos que procuramos solicitar, indo ao encontro do tipo de Homem que queremos formar (Lopes, Fernando & Vicente, 2008). A segunda hipótese parece-nos definitivamente a mais adequada no sentido de dotar os alunos de competências

já referidas anteriormente e que se revelam importantíssimas na sociedade atual e futura. Todavia este processo foi difícil e nem sempre esteve focado na produção de conhecimento e reflexão do mesmo por parte dos alunos. O importante é ser humilde e admitir que por vezes a via da reprodução foi a “mais adequada” para a resolução de determinados problemas. Tal não pode ser visto como um aspeto negativo, é sim preciso ter consciência de que as nossas opções serão sempre válidas quando determinadas pela análise do contexto, dos objetivos definidos e acima de tudo pela nossa intencionalidade.

Posto isto é de referir que a aula de EF deve ser vista como um espaço de experiências (um laboratório) no sentido de testarmos diferentes metodologias e estratégias sem nunca descuidar um processo de análise minucioso ao contexto em que estamos inseridos. Desta forma rentabilizaremos a aula, reduzir-se-ão as limitações, permitindo-se explorar as potencialidades que cada aluno tem para nos oferecer.

Esperamos que no fim deste estágio o professor tenha adquirido competências essenciais que lhe permita implementar e dominar determinadas metodologias e estratégias capazes de dar resposta ao contexto complexo e imprevisível que será o meio escolar e a turma pela qual ficará responsável. Como tal, espera-se que o professor estagiário durante o EP seja capaz de adotar metodologias que procurem diminuir a imprevisibilidade e incerteza (que nunca serão eliminadas) metodologias que foquem a análise e avaliação do meio em que estão inseridos (compreender e saber atuar sobre o fenómeno); após a leitura do mundo (turma), ler a palavra, isto é, prescrever definindo os meios disponíveis, e montar estratégias que sejam as mais ajustadas à leitura inicial; por fim controlar a evolução das estratégias definidas realizando sempre uma reflexão sobre os resultados obtidos com a aplicação das mesmas (Freire, 1997; Almada *et al.*, 2008).

Sendo assim pretende-se que, acima de tudo, este processo seja reflexivo onde o professor deixará de ser um “mero profissional técnico” e com o desenrolar dos acontecimentos adaptar-se-á, alterando a sua atuação tendo em conta os diferentes contextos encontrados tornando-se progressista. Se o objetivo passa por nos aproximarmos do dito “professor de excelência” não será num ano seguramente que alcançaremos tal patamar. Se queremos ser considerados professores progressistas é necessário reduzir ao máximo a distância entre o que o professor diz e o que pratica, por isso é que “pensar a prática ensina a pensar melhor da mesma forma como ensina a praticar melhor” (Freire, 1997, p.75).

3.2. Gestão do Processo Pedagógico: metodologias e estratégias do processo de E-A

O processo de ensino aprendizagem (E-A) está associado a um conjunto de ações sistematizadas e estruturadas no sentido de desenvolver capacidades, competências e potencialidades quer do aluno, quer do professor (Almada *et al.*, 2008).

A gestão deste processo é complexa tendo em conta as adaptações realizadas fruto do conhecimento da turma de forma geral, das características, potencialidades e motivações tentando, ao máximo, individualizar este processo; a necessidade de seguirmos um conjunto de orientações que nos permitam auxiliar nesta gestão; definir metodologias e estratégias viáveis e adequadas à nossa realidade sem descurar as evoluções e imprevistos que influenciam todo o processo e que devem ser alvo de retificação.

Dito isto, todas as opções tomadas no EP tiveram em conta as preferências e motivações dos alunos, assim como o nível evidenciado pelos mesmos, decorrente da avaliação diagnóstica/inicial realizada, as finalidades e os objetivos do Plano Nacional de Educação Física (PNEF) (comuns e específicos de todas as matérias de ensino), objetivos e lógica de funcionamento do GEF da EBSAAS, mas também alguns fatores intrínsecos ao meio envolvente do estabelecimento de ensino.

Não nos podemos esquecer que o planeamento, que teve por base todos estes fatores, exige uma enorme flexibilidade e coerência tendo por base os objetivos propostos. Ora nada mais coerente será dizer que ao salientar uma avaliação inicial bem estruturada, onde desde cedo os alunos fazem parte do processo através da seleção das matérias em consonância com o professor, será um possível ponto de partida (entre muitos outros) para que estes não só passem por uma série de experiências, como também desenvolvam habilidades e competências já referenciadas e que devem ser alvo de controlo por parte do educador.

3.2.1. Avaliação Diagnóstico

A avaliação diagnóstico (AD) é um instrumento que precede e nos permite suportar, as etapas de prescrição e avaliação (controlo). Por isso esta etapa deve seguir um determinado rigor e intencionalidade, pois só assim teremos maior probabilidade de prescrever de forma apropriada (Aguiar, Fernando, Barros, Simões & Lopes, 2012).

Esta avaliação inicial é fundamental para podermos realizar um planeamento anual mais fidedigno, pois esta é considerada o elo entre o planeamento e a intervenção prática tendo em conta os três domínios: cognitivo, psicomotor e sócio afetivo (Godinho, 2010).

Sendo assim, e de acordo com o Jacinto, Carvalho, Comédias e Mira (2001), esta avaliação deve permitir ao professor:

- Conhecer os alunos em atividade de Educação Física;
- Apresentar o programa/ matérias desse ano;
- Criar um bom clima de aula, ensinar/ aprender ou consolidar rotinas de organização e normas de funcionamento da aula;
- Avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto das matérias de Educação Física;

- Identificar os alunos “críticos” e as matérias prioritárias (a ter em conta na calendarização das atividades);
- Recolher dados para orientar a formação de grupos, podendo estes assumir as características de grupos de nível, caso a heterogeneidade da turma o justifique;
- Identificar os aspetos críticos no tratamento de cada matéria (formas de organização, questões de segurança, formação dos grupos);
- Perceber a forma como os alunos reagem às instruções e *feedback*.

Pretendemos assim traçar um quadro geral das características da turma e dos alunos, para intervir de forma mais consciente e individualizada possível tendo em conta os objetivos propostos para a disciplina.

Conhecer os alunos é essencial para que a ação docente decorra sem qualquer problema. Temos que colocar o aluno no centro do processo de ensino aprendizagem e esta caracterização serve para isso mesmo, pois permite, através da análise dos dados recolhidos, “escolher” uma metodologia/estratégia válida que se poderá ser funcional perante um determinado público-alvo. É então essencial podermos realizar um diagnóstico refletido para que todo o processo tenha um seguimento lógico (diagnóstico – prescrição – controlo = transformação do aluno) (Almada *et al.*, 2008).

Sendo assim organizámos a avaliação diagnóstica em cinco níveis:

- Num primeiro nível procurámos perceber quais as expectativas sobre a disciplina, vivências e preferências assim como as matérias preferidas e as que menos se identificavam tentando criar uma forma embrionária de relacionamento entre o professor e os alunos;
- Numa segunda fase perceber algumas das características pessoais e sociais da turma e de cada aluno com base num questionário (ver anexo A) e diálogo que nos permitiu caracterizar a turma (tarefa contemplada no Plano de Estágio) em questão tendo especial atenção às seguintes variáveis:
 - **Dados pessoais e relativos à família:** nome, data de nascimento, agregado familiar, situação laboral, EE (nome grau de parentesco, morada, contactos...)
 - **Dados relativos à vida escolar:** disciplinas preferidas, disciplinas com mais dificuldades, ambiente escolar, relação com a turma, expectativas futuras...;
 - **Registo de saúde:** doenças, alergias e limitações;
 - **Atividade Física, Desporto Escolar e EF:** experiência desportiva/atividade física (federado, desporto escolar ou AF); perspetivas quanto à EF (grau de satisfação/importância, matérias que gostavam que fossem abordadas, preferência em relação a determinadas matérias);

- **Tempos Livres:** atividades extracurriculares.

Destacamos alguns dados que achamos serem pertinentes:

- Maioria dos pais empregada revelando grande heterogeneidade ao nível das profissões o que pode significar diferentes estatutos socioeconómicos;
 - Prática Desportiva pouco usual tanto a nível federado (apenas três praticavam JDC). Em relação à AF também pouco regular (caminhada, corrida e BTT);
 - Matérias preferidas: JDC em geral com exceção do Futebol/ Matérias preteridas: Ginástica e Dança;
 - Relação com a disciplina apresentou opiniões bastante díspares sendo que onze dos alunos atribuíram um bom grau de satisfação à EF estando os restantes distribuídos pelos outros níveis razoável (4), pouco agradável (2) e péssimo (1).
 - Impedimentos à prática desportiva por atestado médico permanente: um caso de epilepsia convulsiva e outro de síndrome vertiginosa.
- Numa terceira fase verificámos de forma informal a dinâmica da turma nas aulas de EF no que toca ao empenhamento motor, cumprimento de regras, aceitação das tarefas a realizar como também o domínio sócio afetivo dos alunos tendo por base os critérios estabelecidos pelo GEF;
 - Numa quarta fase focámos as diferentes matérias assim como a aptidão física dos alunos, criando e adaptando algumas fichas de observação, selecionando algumas variáveis e critérios característicos de cada matéria (baseados nas indicações do PNEF (2001) assim como na bibliografia específica de apoio referente às Unidades Curriculares de Didática da EF e Desporto). As tarefas propostas visaram determinados comportamentos de acordo com a matéria selecionada e o grupo taxonómico em que estava inserida. Assim compreendemos o nível de habilidade/competência da turma e dos alunos conhecendo de forma mais pormenorizada o desempenho de cada aluno. A tabela colocada diz respeito a apenas um exemplo de uma ficha de AD (ver anexo B);
 - Numa última fase estabelecemos contacto com os alunos nos diversos espaços frequentados assim como nas diversas aulas de EF de forma a conhecer cada vez mais não só o tipo de relações estabelecidas entre os alunos como também, as ideias, preferências, personalidade entre outros aspetos.

Como podemos ver a AD não teve como principal propósito verificar a prestação dos alunos nas diferentes matérias, mas também perceber as características e personalidade de cada um, o envolvimento da turma entre outras questões.

Salientamos que recorremos a diversos instrumentos que nos permitiram aferir estes e outros dados (questionário, ficha da caderneta, diálogo com os alunos, autoavaliação, fichas de

observação, ficha de registo contínuo, entre outros), pelo que estas estratégias pareceram-nos as ideais, tendo em conta que a caracterização da turma não se esgotou neste simples momento, mas prosseguiu dia a dia no contacto direto e indireto com os alunos.

Não existem realmente instrumentos perfeitos, todos podem trazer informações úteis, mas não nos podemos esquecer que com maior ou menor precisão é necessário auscultar o público-alvo que temos em mão, pois sem este diagnóstico a nossa intervenção será realizada ao acaso.

É importante referir que a principal preocupação que influenciou todo este processo prendeu-se com a predisposição dos alunos para a prática desportiva. Na primeira aula, em conversa com os alunos e com o orientador cooperante, percebemos claramente que a maioria dos alunos não estava predisposta para realizar qualquer tipo de atividade. Como tal, os objetivos primordiais para os nossos alunos passaram por, através destas matérias selecionadas (escolhidas em parte pelos alunos), conseguir motivá-los para a prática, torná-los mais predispostos para tal, garantir um aumento da autoestima e perceção da sua competência e promover situações que lhes permitissem desenvolver a capacidade de tomada de decisão, responsabilidade, autonomia e criatividade.

Acima de tudo importa-nos, enquanto professores, potenciar o processo de ensino aprendizagem tentando assim proporcionar aos alunos as mais variadíssimas experiências, respeitar as diferentes características de cada aluno e garantir, sempre que possível, um máximo empenhamento motor em todas as tarefas delineadas. Só assim é que estaremos perante um professor que procura um ensino personalizado e consciente.

3.2.2. Planeamento Anual: um processo complexo e adaptativo

Como já fora referido, o planeamento anual (PA) é uma etapa fundamental na organização de todo o processo de ensino desenvolvido ao longo do ano letivo, pelo que foi criado um plano anual da turma (ver anexo C). Esta programação, que procurou definir objetivos e competências a desenvolver, dependeu de vários fatores como nos alertam Jacinto *et al.*, (2001). Exemplos disso são o calendário escolar, os objetivos e estratégias adotadas pelo GEF do estabelecimento de ensino, os resultados obtidos da AD, as motivações e características dos alunos, o número de aulas previstas, as condições climatéricas, as características espaciais e materiais entre outros já referidos no início deste capítulo.

A verdade é que tivemos de ter em conta muitos fatores e todos eles condicionaram o nosso planeamento, o que foi perceptível na forma em como as matérias foram abordadas (blocos, etapas, misto), que matérias abordar, tipo de aulas (monotemáticas, politemáticas) entre outros aspetos. No entanto, de uma coisa não nos podemos esquecer: este planeamento, “não deverá ser estanque e inalterável, deverá antes ser perspetivado 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” Andrade (2013, p.16). Se definirmos um ponto final sem realizar uma interpretação atenta do estado inicial e do processo/caminho que pode requerer diferentes adaptações estaremos a comprometer o resultado que esperamos alcançar.

Se não queremos ser considerados os professores “que apenas ensinam os alunos a dar pontapés na bola” a nossa ação deve ser consciente e valorizada com intencionalidade. O planeamento não pode ser uma tarefa mecânica descontextualizada, não pode ser um simples produto expresso nos planos de aula, mas sim um processo coerente (Bossle, 2002). Por isso, após o capítulo anterior (Avaliação Diagnóstica) devemos traçar um plano guiado por linhas orientadoras tendo em conta as matérias, as metodologias, os conteúdos, as estratégias, isto sem nunca excluir o aluno do processo. Fazendo uma analogia o planeamento anual poderá ser o que nós quisermos, mas se não houver intencionalidade ou um rumo traçado este conceito será apenas como uma gota no oceano que juntamente com as outras segue o rumo da ondulação.

Como podemos verificar, o ato de planear deverá ser um processo adaptativo e é, com certeza, complexo, visto que está sempre associado a um contexto muito específico que, por vezes, é incerto e instável. Este contexto, associado a outras tantas variáveis, deve despoletar a reflexão por parte do professor, pois só assim é que se espera que o mesmo seja capaz de dominar meios e instrumentos que permitam reduzir ao máximo tal incerteza garantindo tomadas de decisão mais precisas e eficientes. Este processo é ainda mais complexo quando olhamos para nós enquanto professores estagiários com determinado conhecimento, mas mesmo assim num mundo utópico onde qualquer metodologia adotada parece-nos indicada ou eficiente. Contudo, quando passamos à realidade é que nos apercebemos que gerir este processo não é tão fácil quanto estas palavras nos revelam. O medo e a incerteza estão sempre presentes e ao início parecemos querer ficar na “sombra com medo de nos queimar”.

Nesta lógica, mesmo após a definição de conjunto de linhas orientadoras, não deixam de ser isso mesmo, meras orientações que também deverão ser flexíveis considerando as diferentes características dos alunos e ritmos de aprendizagem. Pelo que foi dito o que se espera numa perspetiva mais micro é que estas adaptações sejam visíveis, realizadas aula após aula no decorrer do processo de E-A esperando que ao longo e no final desta etapa de formação seja possível ao professor identificar variáveis passíveis de reflexão e que permitam sempre adequar a sua atuação (Bossle, 2002).

3.2.2.1. Fatores de influência na conceção do PA

Passando aos fatores que influenciaram a orientação do PA, destaque também para o tipo de formação (geral e específica) que o professor detém. Ao longo destes anos de percurso académico foram adquiridas competências durante a licenciatura e mestrado (essencialmente nas didáticas),

verificando-se que existem matérias em que o professor se sentia mais à vontade e outras com algumas limitações. Deste ponto de vista é que podemos considerar este processo de dupla aprendizagem, pois se queremos provocar transformações nos alunos temos de refletir primeiramente sobre as nossas lacunas (neste caso específico salientando algumas matérias como os Desportos de Combate e a Dança) analisando informação e delineando estratégias com o propósito de garantir menor incerteza no contacto com os alunos.

Nunca deteremos o conhecimento absoluto, mas uma coisa teremos sempre: a capacidade de criticar e refletir sobre esse mesmo conhecimento pois, ao educarmos, teremos sempre um estímulo do aluno que nos fará refletir sobre a nossa forma de atuar/educar. E é por isso que estamos constantemente a educar e a aprender e esta interação (professor-aluno) revela um diálogo bidirecional permanente deste processo.

Para além do referido, este processo é caracterizado pela orientação de que somos alvo. Para além das influências contextuais e dos alunos existe uma enorme intervenção e influência de dois orientadores, salientando as diferentes personalidades, crenças e conhecimentos de cada um em relação à organização das aulas, à afetividade, estabelecimento de regras, entre outras componentes. A experiência de ambos orientadores foi colocada à nossa mercê ao longo de todo o processo salientando a partilha de ideias que nos permitiram testar e “validar” determinadas metodologias e estratégias. Dito isto podemos referir que, embora os alunos sejam a principal fonte de reflexão da nossa parte, é de salientar a importância de outros agentes educativos na tomada de decisão e nesta mesma reflexão (Santos e Ponte, 2001).

Voltando aos alunos, e sendo o PNEF um documento orientador da prática docente, alguns aspetos foram tidos em conta. É de referir que a turma em questão, atendendo ao seu ano de escolaridade, selecionou em conjunto com o professor, as matérias a serem abordadas ao longo do ano letivo. Esta opção foi ao encontro das orientações previstas no PNEF onde admitimos na construção do currículo do 11º e ou 12º ano, que os alunos/turma pudessem escolher as matérias que revelam maior preferência, motivação, ou nas quais preferem ou pretendem aperfeiçoar-se, sem descuidar todas as outras possibilidades de desenvolver ou redescobrir “outras atividades dimensões ou áreas da EF” (Jacinto *et al.*, 2001, p.27).

Assim sendo, a seleção dos conteúdos derivou exclusivamente da análise das potencialidades e capacidades dos educandos após a AD, mas a definição de objetivos teve que ser continuamente reformulada ao longo do ano letivo, fruto da avaliação formativa realizada e que revelou diferentes ritmos de aprendizagem e desenvolvimento por parte dos alunos tendo em conta a grande heterogeneidade apresentada.

Estes objetivos podem ser alcançados de uma forma mais produtiva ou reprodutiva consoante a nossa intencionalidade, mas coube-nos a nós perceber nesta complexidade, do que é o ato de

planear, encontrar o meio-termo, pelo que consoante as necessidades sentidas pelo professor, durante o processo de E-A, aplicou-se um princípio que nos diz que deve haver um consenso “onde a abordagem deve ser tão global quanto possível e analítica quanto necessário” (Jacinto *et al.*, 2001, p.28).

Em relação às instalações não nos podemos esquecer que, como já fora referido, outros agentes educativos partilharam espaços e materiais connosco. Daí termos realizado uma análise, não só das potencialidades das instalações como também do custo benefício da adaptação de materiais se não pudessemos lecionar determinadas matérias. O mais importante nesta reflexão prende-se com a “obrigação” de proporcionarmos aos nossos alunos experiências ricas em aprendizagens independentemente das matérias, espaços disponíveis e materiais.

3.2.2.2. Definição das matérias

A definição das matérias foi realizada de acordo com os diferentes intervenientes (PNEF, GEF, NE e preferências e motivações dos alunos) sendo que na primeira aula, através do questionamento, procurámos perceber quais as experiências dos alunos em anos anteriores e as suas expectativas para o presente ano, expondo a diversidade de matérias que poderiam ser abordadas ao longo do presente ano letivo.

As exigências dos diferentes intervenientes nomeadamente, PNEF e o GEF são diferentes. Contudo, tais definições não foram condicionantes para a escolha das matérias a abordar. Como tal, o planeamento teve por base algumas condições estabelecidas (questionamento aos alunos, condicionantes espaciais e materiais) tentando conciliar matérias de ensino e proporcionar diferentes experiências aos alunos tendo em conta o objetivo primordial, garantir a motivação e predisposição dos alunos para a prática de EF.

A tabela seguinte apresenta um resumo das matérias selecionadas de acordo com os diferentes intervenientes prevalecendo a escolha do NE e alunos.

Tabela 1 - Matérias selecionadas para o plano de turma do 11º2

PNEF	GEF da EBSAAS	NE e alunos
- 2 Jogos Desportivos Coletivos (JDC); - 1 Ginástica ou Atletismo; - 1 Dança; - 1 Outras (Desportos de Raquete, Combate, Natação, Atividades de Exploração da Natureza (AEN) entre outras).	- No mínimo três Atividades Físicas Desportivas (AFD): - 2 JDC; - 1 Ginástica / Atletismo / Desportos de Raquete / Desportos de Combate (DC) / Patinagem / Natação, ou ARE, ou Jogos Tradicionais e Populares, ou AEN.	- 4 JDC - (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol); - Badminton; - DC; - AEN; - Ginástica de solo e de aparelhos; - ARE; - Kinball.

3.2.2.3. Organização das matérias

Após a sistematização das matérias e distribuição dos espaços assegurada foi mais fácil ter uma ideia geral das aulas que iriam ser lecionadas numa ordem macro (ano ou período) até micro (aula).

A organização das matérias dependeu, e muito, da distribuição dos espaços realizada no início do ano letivo. Contudo é preciso salientar que algumas alterações foram tidas em conta nesta distribuição de espaços o que permitiu modificar um pouco o nosso PA, especialmente a três semanas de terminar o 2º período e durante todo o 3º período.

No 1º período tivemos disponível o campo exterior e o lado norte do pavilhão abordando assim Voleibol, Andebol, Badmínton e situações de DC em aulas não consecutivas em períodos de 10-20.

No 2º período mantivemos um espaço no interior e exterior dando continuidade à abordagem do Voleibol, Basquetebol e novamente situações de DC como matérias escolhidas. Salientamos a abordagem dos JDC, de uma forma mais global, no sentido de trabalharmos aspetos comuns recorrendo a aulas gradualmente mais politemáticas.

No 3º período, embora um pouco limitados ao nível do número de aulas, tivemos uma maior disponibilidade dos espaços e recursos materiais garantindo não só metade do espaço referente ao pavilhão como também aproveitámos as melhores condições atmosféricas e, conseqüentemente o espaço exterior para situações ao ar livre como por exemplo a Orientação, Canoagem, Vela e *Stand Up Paddle*. Destaque para as matérias de Dança, DC, Ginástica, *Kinball* e Futebol aliando a esta última todas as diferentes matérias já abordadas anteriormente referentes aos JDC.

Ao longo de todo o ano tivemos também especial atenção ao condicionamento físico, através de uma avaliação com recurso a uma bateria de testes mista (*Eurofit e Fitnessgram* - ver anexo D) no sentido de melhorarmos alguns aspetos referentes às diferentes capacidades motoras no que toca aos valores de referência inscritos na zona saudável alertando, ao mesmo tempo, para a importância da AF e da EF na ação de prevenção contra comportamentos considerados sedentários e que põem em risco a saúde e bem-estar dos alunos. É também de referir a especial atenção dada a esta componente, essencialmente no desenvolvimento da força e resistência muscular assim como a flexibilidade, com o objetivo de trabalhar alguns aspetos inerentes à prática da matéria de Ginástica.

Como é possível de verificar é impossível atribuir uma carga letiva igual a todas as matérias, pois existem diferentes dificuldades e níveis de aprendizagem apresentados, daí os objetivos propostos diferirem e as cargas letivas serem diferentes. Por tudo isto que se disse é que não olhamos para as matérias de forma simplista. Não se trata de dizer que o aluno vai ter mais aulas de Voleibol e não vai ter tantas de Ginástica. Não se trata de dizer que o aluno vai evoluir mais numa determinada matéria em detrimento de outras. É sim preciso olhar para as matérias como um meio privilegiado para desenvolver determinadas competências e potencialidades em detrimento dos

conteúdos que estão a ser abordados, pois o objetivo não passa apenas “por conseguir colocar a bola do outro lado, é necessário colocá-la com intencionalidade” (Almada *et al.*, 2008).

3.2.2.4. Justificação das opções tomadas

A gestão do processo de ensino aprendizagem foi um processo que revelou a dificuldade que é tomar opções perante um cenário completamente novo e complexo que exigiu de nós um enorme empenho e capacidade de adaptação. É olhando para a gestão deste processo com um espírito reflexivo que nos apercebemos que não existem opções certas ou erradas mas sim válidas, que quando são tomadas de forma intencional, permitem a otimização dos objetivos que desejamos alcançar, isto claro através de uma análise custo benefício equilibrada (Almada *et al.*, 2008; Garcia da Silva & Navarro, 2012). A reflexão do processo de gestão do ensino aprendizagem é apenas o culminar de uma etapa de formação que procura desenvolver no professor determinadas capacidades e potencialidades. Posto isto, serão analisadas algumas questões relativamente a este capítulo.

O PNEF é uma mais-valia evidente que ajuda o docente, com um conjunto de orientações que procuram construir um caminho a percorrer. Existem diversos modelos de lecionação como nos referem Jacinto *et al.* (2001). Lecionação por blocos, etapas ou misto. Reconhecemos que o GEF, tendo em conta os diferentes ciclos de ensino, recorreu a um modelo de ensino por blocos. Apesar do grupo optar por este modelo, nós optámos por trabalhar com o modelo misto, essencialmente por etapas, ajustado ao “*roulement*” das instalações e/ou espaços monovalentes ou pouco polivalentes (Rosado, s/d). Estas etapas são delineadas devido à imposição de rotações sendo que por vezes foram abordados blocos de uma só modalidade ou matéria (Idem). Contudo os conteúdos foram distribuídos pelas mesmas, permitindo a distribuição de aprendizagem e períodos de revisão assim como consolidação. Este modelo permitiu também lecionar aulas tanto monotemáticas como também politemáticas simulando o meio desportivo em fases de aplicação, tentando dar o melhor de dois modelos mais preconizados (Idem).

Como podemos verificar a organização deste planeamento foi desenvolvida de forma a privilegiar diferentes etapas de aprendizagem. Por isso, em alguns períodos, podemos referir que esta aprendizagem foi mais concentrada, dando ênfase a determinadas matérias, mas também podemos referir períodos de revisão e aperfeiçoamento de forma a garantir que os objetivos propostos fossem alcançados (Jacinto *et al.*, 2001).

Alguns autores como Rosado (2003) defendem que o modelo de ensino por blocos não revela uma hierarquização dos objetivos anuais e definidos para uma matéria de ensino terminando logo após o término dessa mesma matéria. Podemos referir que embora tenhamos optado por um modelo de lecionação misto essencialmente por etapas, onde algumas matérias foram sendo trabalhadas e

ajustadas ao longo do ano, outras foram abordadas de forma “isolada” tendo em conta a distribuição das instalações e materiais como por exemplo a Ginástica, que requereu um espaço específico que só ficou disponível no 3º período, a Dança, tendo em conta a predisposição dos alunos para tal e o facto de revelarem algumas inibições e as AEN, considerando as condições climatéricas mais favoráveis para a sua prática, como o caso da Orientação e Atividades Náuticas.

Não podemos criticar os diferentes modelos dizendo que este é melhor ou pior, mas sim salientar a validade do processo, as vantagens e desvantagens de cada um e optar por aquele que melhor se enquadra ao nosso contexto. Se não pudermos lecionar determinadas matérias podemos sempre recorrer a outras que solicitem comportamentos semelhantes. As trocas pontuais de instalações também poderão ser tornadas realidade de forma a ultrapassar algumas limitações entre outros aspetos.

Contudo, mesmo com a opção tomada, nada nos impediu de planear as aulas que gradualmente foram-se tornando politemáticas, graças à assimilação de alguns processos referentes à intervenção pedagógica. Esta evolução revelou-se uma mais-valia para o alcance dos objetivos propostos, garantindo maior motivação tanto para os alunos, como para o professor, conseguindo assim distanciar-se das aulas ditas “tradicionalistas” muito referidas pelos alunos em anos anteriores. Outro aspeto que salientamos é a avaliação inicial. Embora esta tenha sido assegurada, a cada aula ou conjunto de aulas, determinados objetivos foram sendo ajustados, sendo claramente possível diferenciar o ensino tendo em vista as características e dificuldades apresentadas pelos alunos, mesmo quando as aulas eram monotemáticas.

Tendo em vista o parágrafo anterior queremos destacar a definição de objetivos reais e mensuráveis tendo em conta a definição das matérias, o que se revelou uma tarefa difícil, pois com a nossa inexperiência fomos induzidos em erro em algumas análises especialmente na AD. É preciso analisar mais minuciosamente as diferenças existentes, pois nem todos os alunos apresentaram o mesmo nível de competência, e como tal, foi preciso respeitar estas individualidades na formação de grupos, quer heterogéneos quer homogéneos, na escolha das matérias e conteúdos a serem abordados entre outros assuntos, no sentido de atingirmos os objetivos propostos. Dito isto, destacamos um ciclo que nos acompanhou desde o início até ao fim (diagnóstico, prescrição e controlo) e que nos permitiu reformular e ajustar determinados objetivos que não estavam sendo alcançados.

Este documento orientador preocupa-se também com a formação eclética do aluno sendo essa uma preocupação também salientada por nós no recurso a diversas experiências que foram vividas pelos nossos alunos no contexto da EF, e não só, proporcionando aos alunos momentos de prazer aliados à prática desportiva.

Após a primeira aula compreendemos a dinâmica que os alunos pretendiam, visto preferirem matérias muito relacionadas com os JDC e as AEN em detrimento de outras consideradas individuais como a Ginástica, Atletismo assim como as ARE. É verdade que consideramos as motivações e preferências dos alunos na definição das matérias, mas é necessário ir ao encontro das “preferências de cada aluno sem o submeter incondicionalmente às preferências ditadas pela maioria dos alunos da turma” (Jacinto *et al.*, 2001), daí termos chegado a um meio-termo neste planeamento procurando desenvolver com esta variedade de experiências diversas competências que julgamos serem importantíssimas na formação deste alunos enquanto membros da sociedade.

Em relação aos JDC, estes são um meio educativo excelente pois induzem ao desenvolvimento de competências em vários planos entre os quais o tático-cognitivo, o técnico e o sócio afetivo. Potenciam o desenvolvimento pessoal e social, permitem a competição e interação com outras pessoas, levam a que as crianças aprendam a correr riscos, a ter responsabilidade pessoal e auto controlo, a lidar com o sucesso e com o fracasso (Mesquita, 2004, citado por Mogadouro, 2012). Também promovem valores como a cooperação, convivência, competição, inclusão e inúmeras situações de imprevisibilidade (Mogadouro, 2012).

O que se pretendeu, nomeadamente com estas matérias, foi realizar um *transfer*/progressão dos conteúdos, pois apesar de modalidades diferentes tendo em conta o objetivo, alvo, bola entre outras características, através dos princípios de jogo (ver anexo E) aplicados ao longo do ano é possível encontrar variáveis comuns aos JDC e assim agrupá-los de forma a possibilitar a sua inclusão no processo de ensino-aprendizagem coerente (Garganta, 1995). Posto isto, baseamo-nos nos critérios/fases dos diferentes níveis de jogo nos JDC (Garganta, 2008, citado por J. Prudente, E. Gouveia, D. Sousa & J. Caldeira, comunicação pessoal, 2014) identificando diferentes níveis relativamente a quatro indicadores: ocupação do espaço; progressão no terreno; domínio da bola; cooperação.

Na realidade os alunos demonstraram mais proficiência nos JDC que envolviam a manipulação do objeto de jogo com as mãos, no caso o Andebol e Basquetebol, tentando, após a consolidação de alguns processos inerentes aos princípios de jogo assim como dinâmica de equipa, realizar um *transfer* destas competências para a matéria de Futebol, matéria esta em que os alunos revelaram claramente as maiores dificuldades a nível dos aspetos tático-técnicos procurando modificar comportamentos ao nível da jogabilidade e intencionalidade de jogo.

O Voleibol mostrou-se uma matéria muito “querida” pelos alunos embora fossem reveladas grandes dificuldades ao nível da jogabilidade e intencionalidade do jogo (que por vezes nem existia). Graças à distribuição das instalações e recursos materiais, permitiu-nos trabalhar por etapas que envolveram mais o domínio técnico com objetivos simples de apenas fazer passar a bola para o campo contrário, definindo posteriormente objetivos que envolviam mais a comunicação,

organização espacial, distribuição de tarefas e dinâmica de equipa indo ao encontro do defendido por Mesquita (1995) recorrendo a diferentes etapas de aprendizagem (ver anexo F).

Analisando os Desportos de Raquete, nomeadamente o Badminton, permitiu-nos claramente trabalhar uma componente muito importante que facilmente é transferível para outras matérias (Voleibol, DC entre outros), a capacidade de leitura das situações e tomada de decisão consoante as ações do adversário. Por isso é que se enquadra nos desportos de confrontação direta onde a atenção deve centrar-se no opositor e nos indicadores que estes nos dá (Almada *et al.*, 2008; Fernandes, 2008) assim como a dinâmica de equipa quando recorrendo às duplas.

Em relação as matérias já referenciadas anteriormente, como é o caso da Ginástica, verificou-se inicialmente que o interesse por parte dos alunos era reduzido ou mesmo nulo. Como tal, e aproveitando todas as mais-valias desta matéria como o facto de centrar a atenção do aluno no movimento isolando-se de potenciais distrações assim como potenciar o conhecimento de si próprio aproximando-se dos seus limites, faz com que esta matéria seja rica em variadas experiências. Estas características contribuem para a formação corporal, mental e multilateral dos alunos revelando assim grandes mais-valias para a sua abordagem (Almada *et al.*, 2008; Coelho, 2011).

De uma forma geral, o que se pretendeu foi realizar um *transfer* entre a condição física aplicada aos alunos no decorrer das aulas com a matéria de Ginástica, tendo em conta a disponibilidade do lado sul para que a mesma pudesse decorrer.

Os alunos apresentaram insegurança, medo e grandes dificuldades nas situações de Ginástica de solo e de aparelhos com exceção daqueles mais proficientes devidamente assinalados. Como tal, alterámos os nossos objetivos em relação a esta matéria não passando então por conseguir aumentar os índices de performance, mas sim garantir que os alunos pudessem aprender a ajudar os colegas, assim como alertar para alguns indicadores que lhes permitissem ter uma melhor perceção do elemento gímico. Tudo isto poderia levar a uma melhor compreensão das variáveis que lhes permitissem alcançar uma melhor performance, assim como a uma ajuda mais eficiente e segura.

Tendo em consideração tudo o que foi realizado em relação a esta matéria é verdade que muito dificilmente conseguimos motivar os alunos (não tanto quanto queríamos) a gostar de Ginástica visto que, inicialmente não foi uma matéria solicitada, assim como o Atletismo. Contudo, achamos por bem proporcionar esta experiência, com base em alguns comentários dos alunos referindo más experiências anteriores. De forma a lhes incutir alguma responsabilidade e autonomia foram disponibilizadas situações de aprendizagem em diferentes estações assim como cartazes com os diferentes aspetos a ter em atenção de cada elemento gímico para que todos pudessem ter acesso à informação dentro da própria estação. Os próprios alunos ficaram também responsáveis por organizar o espaço para a prática. Sabemos que o número de aulas foi reduzido, mas não olhámos para esta matéria apenas como um fim em si mesmo (parte técnica) esperando ter alcançado

objetivos diferenciados consoante a motivação de cada um, os quais passaram, seguramente, por melhorar a performance, compreender variáveis, ajudar corretamente ou até mesmo vencer alguns medos conhecendo-se um pouco melhor.

A integração dos DC no plano anual da turma foi, sem dúvida, um fator motivador (especialmente em situações de competição) analisando as suas características mais marcantes como o conhecimento do “eu” em situações de confronto onde a morte mesmo que simbólica está sempre associada (Almada *et al.*, 2008).

Olhando para o que afirma Figueiredo (1997), os DC, para além das características referidas anteriormente, procuram a não promoção da agressividade, trazem aspetos positivos na vida diária dos seus praticantes, visto que são uma ferramenta essencial para o desenvolvimento do respeito pelo outro, controlo da violência física e seu enquadramento emocional, a estimulação da autoestima, da meditação e do raciocínio lógico e, por último a atenção e concentração. No seguimento desta ideia Avelar-Rosa e Figueiredo (2015) adicionam ainda a disciplina, a resiliência e a responsabilidade.

Estas características foram essenciais para esta abordagem, uma vez que a maioria dos alunos nunca tinha vivenciado situações de DC. Assim sendo, introduzimos esta matéria numa perspetiva de luta apelando a situações (luta de solo, de pé, Capoeira) em que os comportamentos solicitados envolveram a constante leitura de indicadores dados pelos diferentes adversários, montagem de estratégias e manipulação das forças envolvidas. Como tal, autocontrolar as próprias emoções e tentar obter a máxima informação possível sobre o outro conferiram aos alunos (uns mais que outros) autonomia na necessidade de tomar decisões e ter de se adaptar constantemente às situações em que estavam envolvidos, compreendendo assim a perspetiva mais funcional do fenómeno. Apesar desta matéria de ensino se encontrar numa taxonomia distinta em relação ao Badminton, é de salientar, uma vez mais, os aspetos comuns que podem ter, tais como a oposição direta sem influência de outros garantindo ainda mais a formação integral do educando.

Em relação às ARE verificámos inicialmente que a relação da maioria dos alunos com esta matéria parecia nunca ter existido. Muitos afirmaram categoricamente que não gostavam ou não queriam abordar devido à exposição social. Embora as ARE tenham sido a par da Ginástica, outra matéria em que os alunos não revelaram qualquer motivação ou preferência, considerámos adequado lecionar esta matéria, na perspetiva de estimularmos os nossos alunos em aspetos essenciais tais como: aumento da autoestima, aproximação dos seus limites, desenvolvimento da criatividade, autonomia, perceção de ritmo, musicalidade, contacto com outros colegas, entre outros aspetos.

O que se pretendeu foi que os alunos através da apresentação de alguns conteúdos nomeadamente passos, voltas, saltos, movimentos locomotores e não locomotores, trabalhassem de

forma autónoma e em situações de ativação geral realizassem uma situação de espelho para a turma tentando assim a desinibição por parte de alguns alunos. Outros desafios como a concretização de coreografias em grupos permitiram também potenciar a criatividade dos educandos na resolução desses mesmos desafios.

Analisando a envolvimento dos alunos nos desafios propostos durante as aulas que envolveram as ARE e através das invariantes da Dança (espaço, ritmo, tempo e relação) apresentadas por Batalha (2004) verificamos que os alunos, embora tivessem algumas dificuldades em se exporem, em utilizar o espaço disponível e em sincronizar o movimento com a música receberam informações e explicações de bom agrado, interagiram com os colegas permitindo diferentes tipos de contacto (salvo raras exceções), empenharam-se e apresentaram boas ideias, colocando-as em prática, e revelaram alguma criatividade na exposição dessas mesmas ideias relacionando esta matéria com outras, nomeadamente os DC (na coordenação de movimentos, na capacidade de leitura das ações do colega e contacto físico) e Ginástica Acrobática (na realização de pegadas e figuras artísticas) favorecendo as relações interpessoais.

É evidente que os alunos revelaram-se reticentes em relação a esta matéria afirmando claramente que não a queriam. Contudo, tendo em conta a importância e todos os benefícios que esta pode trazer, não só para os alunos, como também para um professor que não domina totalmente a matéria, achámos por bem proporcionar esta experiência aos nossos alunos. Acreditamos que a abordagem da Dança deu resposta a algumas lacunas evidenciadas pelos educandos, nomeadamente ao nível da relação movimento/música, expressividade, assim como ao nível da autoestima. Julgamos que a relação que os alunos têm uns com os outros foi salientada desenvolvendo laços mais fortes entre os diferentes elementos da turma.

Tendo em perspectiva as AEN e as competências que podem desenvolver os alunos tais como a capacidade de adaptação a um meio diferente, tomada de decisão, leitura de indicadores do meio, montagem de estratégias e autonomia (Almada *et al.*, 2008), verificámos inicialmente que a relação dos alunos com este tipo de matérias poderia ser benéfica no sentido de os motivar para uma melhor relação com a disciplina. Dito isto, decidimos em grupo, a abordagem destas atividades no 3º período, tendo em conta as condições climáticas mais favoráveis e por ser um período destinado a um maior número de experiências (algumas em que habitualmente os alunos não têm oportunidade de praticar). Em análise às possíveis atividades desenvolvidas destacamos a Orientação, Vela, *Stand Up Paddle*, Canoagem, *GeoCaching* e Golfe, que, tendo em conta o panorama da nossa ilha, são atividades de fácil acesso.

O facto de os alunos puderem experimentar estas atividades influenciou visivelmente a motivação e o prazer que a disciplina lhes poderia proporcionar adquirindo não só competências e conhecimentos, mas também ganhando gosto pela prática regular de AF (percebendo que a EF não

são só as ditas atividades “tradicionais”). Tal pôde ser verificado no caso de cinco alunos que após experimentarem estas atividades procuraram, junto do Clube Naval do Funchal (CNF), mais informações para puderem continuar a praticar Vela e *Stand Up Paddle*.

Terminada a análise das diferentes matérias abordadas podemos referir, ao longo do planeamento anual, uma maior influência de determinadas matérias em detrimento de outras. Recorreu-se aos JDC, no sentido de desenvolver a dinâmica de grupo, assim como salientar a importância de todos. Destacar o resultado da equipa fazendo com que os alunos ditos menos proficientes não tivessem uma percepção de competência baixa sobre as suas ações e não desmotivassem tanto, como na abordagem dos desportos individuais nos quais eles dependem única e exclusivamente da sua prestação para alcançar uma determinada performance pareceu-nos importante. Estas mesmas matérias permitiram também desenvolver, e reforçar ainda mais, a relação dos alunos dentro da própria turma, sendo cada vez mais essencial para um bom clima de aula e entreajuda que pode resultar no alcance de objetivos pessoais.

Contudo é necessário destacar outras experiências mais individuais, como é o caso da Ginástica, no sentido dos alunos suprimirem os seus medos, se descobrirem a eles próprios, refletindo sobre as suas capacidades e ao mesmo tempo se sentirem úteis na realização das ajudas que muitas vezes não são trabalhadas.

Destacamos também as novas experiências como os DC, as ARE, Orientação, Vela, *Stand Up Paddle* e Vela Adaptada, no sentido de serem mais uma possibilidade de analisar uma matéria como meio de transformação no meio de tantas outras. Estas matérias revelaram-se importantes não só na aquisição de competências motoras (coordenação, equilíbrio, força...), mas também na aquisição de competências tais como a responsabilidade, a criatividade, a autonomia, a reflexão, a solidariedade, a autoestima entre outras, podendo, ao mesmo tempo, ganhar uma maior motivação e alegria pelo desafio, pela dificuldade ou, simplesmente por ser algo novo.

A Dança revelou-se a maior surpresa ao longo deste EP, pois inicialmente foi uma matéria claramente posta de lado pelos alunos, mas que veio a revelar-se potenciadora de uma enorme criatividade e autonomia por parte dos mesmos. Podemos dizer que temos pena em não termos tido maiores experiências com esta matéria, pois podíamos claramente no segundo período potenciar os nossos alunos. Todavia não nos sentimos capazes para tal e o medo em não conseguirmos uma resposta positiva por parte dos alunos foi um entrave. Dito isto deve ser realizada uma reflexão mais aprofundada e acreditar mais nos nossos alunos, bem como no que as matérias podem potenciar nos mesmos.

É preciso destacar a utilização de matérias preferenciais (JDC) para “quebrarmos o gelo” de forma a chegarmos a outras onde os alunos têm mais dificuldades ou até mesmo vergonha (Futebol, Dança).

Podemos então concluir que as atividades desenvolvidas ao longo do ano permitiram aos alunos vivenciarem diferentes situações adquirindo diversas competências nos diversos tipos de matérias de acordo com a classificação de Almada *et al.* (2008) nomeadamente:

- Desportos Coletivos;
- Desportos Individuais;
- Desportos de Combate;
- Desportos de Adaptação ao Meio;
- Desportos de Confrontação Direta;
- As ARE (incluídas também, embora não nesta taxonomia).

Como já fora referido anteriormente foi em consonância e de acordo com as motivações e preferências dos alunos que as matérias a lecionar foram selecionadas, na tentativa de colocarmos ao máximo o aluno no centro do processo educativo. Todavia não podemos esquecer que o professor procurou gerir e organizar todo o processo com o objetivo do aluno experienciar o máximo de vivências possíveis e ter a possibilidade de aprender e evoluir indo assim ao encontro/aproximação das suas necessidades e limites (Sarmiento, 2004; Almada *et al.*, 2008).

É necessário salientar que o facto de os alunos vivenciarem diversas experiências permitiu demonstrar a estes que existe um variado leque de opções que podem praticar fora do contexto da EF, pois o objetivo primordial passou por fomentar o gosto pela prática de AF, visto que muitas vezes após a saída da escola a prática desportiva é abandonada. Uma das hipóteses que comprova esta evasão à prática desportiva na idade adulta, reside nas experiências vivenciadas pelos alunos, que não encontram prazer nem motivação nas aulas de EF (Darido, 2004). O facto de os professores privilegiarem os alunos considerados mais aptos, faz com que os menos proficientes tenham tendência a abandonar a prática desportiva (Idem). Outros motivos para esta “fuga” ou desinteresse são os conteúdos abordados, as metodologias utilizadas pelo professor e o facto de praticarem sempre os mesmos desportos (que privilegiam uns em detrimento de outros), muitas vezes sem um planeamento adequado (Almeida & Cauduro 2007).

Para que tal não aconteça, é importante que o professor tenha um papel determinante na motivação dos alunos na busca por hábitos saudáveis. A EF normalmente é a disciplina preferida dos alunos, sendo das únicas que possibilita uma integração social, salienta os aspetos da vitória e derrota, o respeito pelos outros e a aproximação dos próprios limites, sejam eles a nível da sua performance, medo, vergonha entre outros (Hanauer, 2007).

Proporcionar momentos de prazer, estimular as condições favoráveis à criação de laços de amizade, através da dinâmica de grupo, variar as atividades ao longo do planeamento, garantir desafios reais e estimulantes tendo em conta a personalidade dos alunos (tímido, extrovertido...), os limites, dificuldades e potencialidades dos mesmos, valorizar o esforço e empenho em detrimento

do resultado e estabelecer uma relação afetiva entre professor-aluno, devem ser algumas considerações a ter em reflexão, visto que, a aula de EF é normalmente, um espaço diferente de todas as outras disciplinas, simplesmente por possibilitar uma integração social e afetiva (Darido, 2004; Hanauer, 2007).

Para finalizar, todas estas escolhas, ideias e estratégias descritas ao longo destes capítulos levantaram algumas dificuldades, especialmente ao nível da avaliação, da intervenção do docente no controlo da aula, fornecimento de *feedbacks*, gestão do tempo entre outros aspetos. Contudo percebemos que todo este processo foi um caminho que se fez caminhando, pelo que algumas destas opções foram reavaliadas ao longo do ano letivo. Esta reavaliação ocorreu em aspetos mais macro do planeamento nomeadamente ao nível da calendarização das matérias, Unidades Didáticas (UD), mas não isolando o processo de outras componentes mais micro (aula a aula). Também aconteceu na identificação de problemas e possíveis soluções fruto da reflexão e discussão entre os diferentes intervenientes desta prática pedagógica. Só estes sucessivos processos de reflexão nos permitirão perceber se os objetivos definidos estão a ser alcançados ou precisam de ser reformulados tornando-se assim um importante indicador na busca pela prática docente consciente e coerente. Só desta forma conseguiremos que “o barco” que pretendemos navegar, independentemente do rumo traçado, não colidirá com *icebergs* ou outros obstáculos que sejam colocados ao longo deste processo.

3.2.3. Unidade Didática – O elo entre a teoria e a prática

O planeamento anual foi concebido em grande parte à volta da AD, mas também outros fatores já referidos anteriormente tais como o calendário escolar, os objetivos e as estratégias adotadas pelo GEF do estabelecimento de ensino, as motivações e características dos alunos, o número de aulas previstas, entre outros influenciaram este mesmo planeamento. Todavia, esta ferramenta de planificação (planeamento anual) é muitas vezes elaborada de forma geral e necessita de maior rigor.

Precisamos ser mais específicos e funcionais na conceção do nosso planeamento, daí surgirem outros documentos orientadores a um nível intermédio tais como as UD's. Este utensílio procura então organizar um processo através da projeção de determinados objetivos que se pretendem atingir num período, fase ou conjunto de aulas.

Dito isto podemos então definir uma UD como um instrumento que procura organizar as aulas com determinados objetivos, através de uma sequência lógica e progressiva com o propósito principal de promover a aprendizagem (Jacinto *et al.*, 2001). Este instrumento deve ter em conta não só a evolução ou desenvolvimento de uma matéria como também a personalidade dos próprios alunos (Gomes, 2004). As UD's geralmente são desenvolvidas segundo um tema e devem incluir

todos os domínios de aprendizagem das várias áreas curriculares, para que o professor organize o processo de ensino-aprendizagem dos alunos, numa duração de tempo variável e que inclui todos os elementos do currículo em questão (Carmona, 2012).

A UD aparece como um instrumento orientador para o professor de EF, num processo complexo como é o de ensino aprendizagem, que é passível de alterações e adaptações no decorrer do ano letivo ou aulas. Por isso, não nos podemos esquecer que uma UD não deve ter uma fórmula estandardizada. Esta organização depende muito do professor em questão, do contexto em que está inserido e dos objetivos que são pretendidos (Andrade, 2013).

Este instrumento, como já foi referido, será então o elo entre a teoria e a prática porque, sejamos realistas, este instrumento só é visível no conjunto de atividades ou aulas que são lecionadas, aulas estas onde pretendemos potenciar ao máximo os nossos alunos. Sendo assim cabe-nos a nós, professores, definir objetivos reais e mensuráveis muito fruto das etapas já realizadas (Avaliação inicial/diagnóstica) e do decorrer da prática letiva. Tudo o que for definido terá de ser adequado ao contexto no qual estamos inseridos, pois só assim alcançaremos resultados visíveis, e quando falamos em visível falamos em aprendizagem (Carmona, 2012).

Embora o cerne principal da nossa ação docente seja a aprendizagem dos nossos alunos também somos humanos e erramos! Erramos na avaliação inicial, erramos na formulação de tarefas e só no fim (sendo que por vezes não acontece) percebemos que os resultados esperados não são os desejados. Dito isto, é necessário que o professor reformule e ajuste o percurso talhado para o aluno, utilizando um ciclo de diagnóstico-prescrição-controlo que lhe permitirá gradualmente sistematizar os objetivos a alcançar.

No âmbito do estágio desenvolvemos três UD's, pois consideramos o seu aspeto prático e coerente tendo em conta os três diferentes períodos. Nestas três UD's estavam inseridas as diferentes matérias abordadas ao longo dos períodos tendo sempre em conta os objetivos gerais, específicos e comuns. Dentro de cada matéria eram especificados os diferentes objetivos e estratégias tendo em vista os diferentes conteúdos a serem abordados, mas sem nunca deixar de ter em atenção os aspetos comuns entre as diversas matérias de ensino que foram depois visíveis na leção.

Posto isto, podemos então verificar a estrutura utilizada na conceção das nossas UD's (ver anexo G) salientando os seguintes capítulos:

- Enquadramento – neste ponto realizámos o enquadramento espacial, temporal e recursos humanos de cada UD, assim como quais as matérias a abordar e quais os objetivos de caráter transversal dessas matérias;
- Definição de objetivos gerais da UD – neste capítulo definimos quais os objetivos, de uma forma mais geral, que pretendíamos que os alunos desenvolvessem;

- Definição de objetivos específicos por matéria – definimos aqui os objetivos de cada matéria a abordar, associados a conhecimentos e competências que os alunos deviam adquirir. De salientar que esta alínea e a anterior foram o cerne de toda a nossa UD, tendo em conta a nossa intervenção (diagnostico-prescrição-controllo);
- Estratégias de ensino gerais, por matéria e alunos dispensados – aqui delineámos as estratégias a serem implementadas junto dos alunos de forma a atingir os objetivos propostos;
- Avaliação das matérias – estabelecemos de que forma deveríamos realizar a avaliação dos alunos;
- Cronograma de estruturação dos conteúdos da UD – realizámos todo o resumo do planeamento e respetiva justificação;
- Exercícios sugeridos – elaborámos um pequeno banco de exercícios que surtiram efeitos positivos nos alunos de acordo com os objetivos pretendidos;
- Balanço da UD – referimos a importância da UD na nossa aprendizagem através de uma reflexão da nossa prestação assim como dos objetivos e estratégias utilizadas para o alcance dos mesmos tentando assim refletir na conceção da próxima UD.

Se na construção deste instrumento quisermos conferir intencionalidade (que deve estar sempre presente) o professor deve saber seguir o caminho mais apropriado estabelecendo uma metodologia que, por vezes, precisa ser um meio-termo (tanto global como analítico) para alcançar as transformações pretendidas. Fruto da experiência ao longo da prática letiva percebemos nitidamente que os objetivos pretendidos nem sempre eram alcançados e é da responsabilidade do professor realizar uma avaliação/balanço sobre o processo estabelecido. É necessário rever e refletir aula após aula sobre as potencialidades e dificuldades deste mesmo processo, conseguindo através de uma intervenção pró-ativa (se necessário) reformular a sua prática pedagógica.

3.3. Operacionalização do processo de E-A

3.3.1. Plano de aula - Instrumento operacional

O Plano de aula (Pa) representa um planeamento mais micro, em relação à UD, possuindo um carácter muito pessoal que tem em apreciação as necessidades do seu utilizador que lhe irá dar uso aula após aula. É verdade que este documento deve ser orientador da nossa prática de ensino, pelo que deverá ser, acima de tudo, funcional sem nunca esquecer outras características tais como, ser objetivo, único, pessoal e flexível na medida em que exige, por parte do professor, uma capacidade de adaptação no caso de imprevistos ou necessidades que os alunos evidenciem.

Este instrumento deve ser construído também de forma a ser lido e compreendido pelos orientadores que procuram avaliar a nossa intervenção ou, noutras circunstâncias por outro docente que nos pudesse substituir. Todavia, esta ferramenta coloca-nos uma questão essencial: “porquê fazer um plano desta forma e não de outra?”. Esta interrogação só vêm dar ênfase àquilo que já foi referido no sentido de procurarmos um processo de ensino intencional, organizado e eficaz.

É por isso que referimos que “a aula é elo entre a teoria e a prática, isto é, a ligação entre aquilo que o professor pensa e idealiza e a sua ação (Bento, 1987), pois só através de um Pa bem pensado é que conseguiremos ser bem-sucedidos na procura da aprendizagem dos alunos.

Ao longo deste ano letivo despendemos várias horas para a elaboração de planos de aula tentando, numa lógica de evolução gradual, procurar que as aulas fossem bem estruturadas garantindo o máximo de empenhamento motor e alcance dos objetivos pretendidos.

Posto isto, o Pa foi uma peça essencial na operacionalização da prática letiva tendo evoluído ao longo de todo este processo com base em determinadas reflexões, com o propósito de melhorar a gestão da aula e a intervenção pedagógica essencialmente ao nível das tarefas prescritas.

Podemos referir que inicialmente o Pa continha demasiada informação descritiva, era extenso e não era funcional do ponto de vista organizativo, pois se precisássemos de consultá-lo iríamos perder algum tempo a analisá-lo. Sendo assim este sofreu algumas alterações desde o 1º período de forma a tornar a sua compreensão mais facilitada, não só para o próprio professor como também por parte de outros que o pudessem consultar.

Inicialmente possuía, no seu cabeçalho, os objetivos gerais e os conteúdos a abordar, hora, turma, recursos materiais e instalações. Numa parte mais funcional tínhamos a descrição da tarefa, objetivos específicos, estratégias e organização, critérios de êxito, esquema gráfico, tempo estimado e acumulado. Este passou por uma reformulação no sentido de juntamente com os conteúdos serem descritos quais os objetivos específicos de cada exercício. Nas estratégias e organização dos exercícios, passou a conter uma breve descrição do exercício e algumas estratégias para que este decorresse dentro do previsto, facilitando a tarefa a quem lê e analisa o plano. Alguns indicadores que nos permitissem verificar se os objetivos estavam a ser alcançados também foram salientados a negrito. O esquema gráfico manteve-se de forma a verificar a disposição espacial e material assim como o tempo estimado e acumulado.

Posteriormente sentimos a necessidade de colocar uma tabela com o nome dos alunos de forma a contabilizarmos as respetivas presenças, assim como registarmos as observações da prestação e comportamento dos mesmos ao nível dos três domínios de avaliação (sócio afetivo, cognitivo e psicomotor). Todas estas alterações podem ser vistas no modelo final do Pa (anexo H). Esta tomada de decisão ofereceu uma progressão ao processo de E-A que não deverá ficar apenas pelo planeamento, mas sim pela operacionalização. Esta reflexão progressiva sobre todos os indicadores

mencionados revelou ser uma mais-valia, para que o planeamento aula após aula fosse realizado de forma mais consciente.

Inicialmente ficávamos muito centrados nas linhas orientadoras do plano, sentindo alguma insegurança, muito fruto da inexperiência como professores. Contudo, com o passar do tempo, fomos ganhando alguma confiança e passámos a verificar o plano apenas pontualmente para situações específicas como a constituição das equipas e alguma dúvida pertinente em relação a algum exercício.

Se o objetivo é possuir um plano funcional capaz de auxiliar a intervenção do professor de nada nos vale construir um plano de aula se não o planeamos e refletirmos sobre ele. Este processo foi algo trabalhoso na medida em que procurámos imaginar cada aula visualizando-a, especialmente numa fase inicial. Esta ação permitiu refletir sobre todos os aspetos possíveis e imaginários que podiam surgir no terreno.

Visto que este reflete a nossa personalidade, as nossas crenças e ideias, deve conter apenas as informações importantes que nos sirvam de auxílio. Definir objetivos para as situações de aprendizagem também foi essencial na perspetiva em que fossem observáveis e mensuráveis facilitando assim a busca por indicadores que confirmassem o alcance dos mesmos.

Outro aspeto a refletir passa pela imprevisibilidade das nossas aulas. Muitas vezes alguns fatores condicionaram-nos e, como tal, uma estratégia utilizada foi a realização de um plano B ou pelo menos pensar em tarefas alternativas na eventualidade da aula não estar a funcionar como queríamos.

As reflexões realizadas depois das aulas foram fundamentais pois conseguimos eliminar alguns erros da nossa intervenção assim como todas as notas referentes às prestações dos alunos se revelaram uma mais-valia, não só no planeamento da aula seguinte como também na avaliação do aluno, e conseqüentemente, na reformulação de objetivos.

A questão fundamental a ser refletida passa pelo nosso futuro enquanto professores. Será viável construir um plano de aula com todas as secções salientadas se possuímos por exemplo 5 ou 6 turmas? É uma questão a ser respondida após alguma reflexão tendo em conta a nossa experiência, pois ao concebermos 60 planos de aula verificamos que rapidamente este instrumento passou a ser mais mental do que físico e por isso, um instrumento mais reduzido salientando os tópicos mais importantes a considerar tornou-se mais viável na nossa intervenção. Aquilo que nos importa referir é que este plano deverá refletir, única e exclusivamente, as necessidades do professor enquanto orientador do processo de E-A, mas sem nunca esquecer que o aluno deverá ser o foco principal.

3.3.2. Intervenção Pedagógica – O processo de atuação e reflexão

A PL é uma das componentes inseridas no nosso processo de estágio com maior preponderância. Algumas questões surgiram antes do primeiro contacto com a turma nomeadamente, “será que gostam de Educação Física?”, “qual a relação que estabeleceram com a disciplina ao longo de todos estes anos?” “quais as matérias que mais gostam?”, “a turma será bem comportada e aplicada?”. Todas estas questões surgem, pois inicialmente o processo de estágio é um percurso com muitas incertezas que só serão clarificadas se realizarmos um diagnóstico adequado do público-alvo que temos à nossa disposição.

Todas estas questões foram rapidamente respondidas na primeira aula de apresentação. Olhando simplesmente para a forma de estar e alguns comentários dos alunos percebeu-se que a turma pela qual ficámos responsáveis era calma sem grandes comportamentos de desvio, muito heterogénea em quase todas as disciplinas e havia também uma grande heterogeneidade ao nível da relação com a disciplina de EF. Havia opiniões de todos os géneros. Uns gostavam bastante, para outros era a disciplina favorita, outros revelaram indiferença e ainda outros simplesmente não gostavam.

Verificou-se nitidamente que iria ser muito desafiante conseguir motivar os indiferentes e os que não gostavam e, ao mesmo tempo, manter o nível de motivação daqueles que já gostavam. O desafio estava lançado pelo que tinham de ser definidos objetivos mensuráveis e reais para esta turma, que não era melhor nem pior que as outras mas simplesmente diferente, cabendo ao professor a responsabilidade e capacidade de adaptação perante tais características.

O objetivo principal passou então por conseguir, através de situações simples, lúdicas e competitivas, captar a atenção dos alunos e motivá-los para a prática desportiva e para os seus benefícios. O clima positivo era o foco central das aulas. Tivemos sempre consciência de que a relação estabelecida entre professor e aluno constitui o objetivo principal do processo de E-A, tanto para o bem como para o mal, sabendo que tem de haver um equilíbrio na afetividade desta relação (Siqueira, 2004). Contudo, criar um clima favorável onde se procura a interação e aprendizagem tem que envolver também a criação e gestão de rotinas e de regras (Doyle 1986, citado por Rosado & Ferreira, 2011).

Definir regras de conduta deve ser a primeira das preocupações do professor no sentido de enfatizar aquilo que se pretende logo nas primeiras aulas com o objetivo de “controlar” rapidamente a turma (Rosado, 1998).

Esta não foi uma tarefa fácil tendo em conta a nova dinâmica a que estávamos a sujeitar os alunos impondo-lhes regras, sendo assertivo, e por vezes autoritário, embora sem esquecer que estamos a falar de adolescentes cheios de energia e muito “falastrões”. Alguns episódios de comportamentos de desvio foram evidenciados, inicialmente relacionados com o abuso revelado na

manipulação do material assim como brincadeiras que punham em causa a integridade física dos colegas. Todavia com o desenrolar do ano letivo estas situações foram decrescendo.

Uma regra que foi muito batalhada ao longo do ano prendeu-se com a exposição do professor à turma havendo por vezes interrupções por parte de alguns alunos. Uma estratégia adotada passou por após a explicação verificar se os alunos tinham compreendido ou não a tarefa voltando, se necessário a explicá-la. Contudo verificámos rapidamente que esta estratégia fazia com que perdêssemos demasiado tempo, pelo que optámos pelo silêncio, que fez com que alguns alunos da turma se autorregulassem e procurassem chamar à atenção daqueles que estavam a perturbar a aula.

Passando para uma parte mais prática, após a conceção de alguns instrumentos é fundamental focarmos a nossa atenção na operacionalização. É importante contemplar as estratégias adotadas pelo professor tendo em vista os problemas inerentes à lecionação, onde ao mesmo não deve ser incumbida unicamente a tarefa de ensinar, mas também guiar os seus alunos na procura de resposta para os seus problemas. Algumas dificuldades foram levantadas numa AD tais como, a colocação do professor e apresentação do conteúdo, organização da aula (material, organização do exercícios, tempos de transição), qualidade e pertinência dos *feedbacks*. É verdade que a perceção do professor nem sempre foi a mais correta pensando este que muitas destas variáveis estavam dominadas. A perceção do nosso orientador cooperante foi fundamental exigindo de nós uma maior reflexão e preparação das aulas.

É preciso realizar uma autoavaliação da nossa prática, por isso é indispensável definir algumas estratégias que permitam melhorar o nosso processo enquanto professores. A “lecionação da disciplina de EF requer por parte do professor a realização de três grandes tarefas: preparação, realização bem como análise e avaliação do produto e do processo de ensino” (Quina, 2009, p.19). Posto isto, é fundamental que o professor defina os objetivos de acordo com as capacidades dos alunos, assim como os métodos, os modelos de ensino, os exercícios e a organização geral da aula assim como todas as estratégias envolvidas.

Analisando o que foi dito anteriormente destacamos alguns aspetos que consideramos importantes para um ensino eficaz: tempo de empenhamento motor elevado; organização e gestão da aula de forma a contribuir para o primeiro aspeto; controlo e supervisão dos alunos; criação de um clima positivo favorável à aprendizagem dos alunos; informação de retorno sobre a prestação do aluno (Siedentop, 1983, citado por Piéron, 1998; Quina, 2009).

Relativamente aos aspetos supramencionados, importa-nos essencialmente ter em ponderação as funções de organização e de gestão da aula (tempo de aula, gestão do espaço, material, formação e movimentação dos grupos de trabalho durante a aula entre outros) (Quina, 2009) com a intenção de favorecer um maior tempo de empenhamento motor aliado à segurança dos alunos (Piéron,

1988), sem nunca esquecer que todos os outros aspetos como o controlo da aula, o clima positivo e a informação de retorno estão diretamente relacionados com o tempo de empenhamento motor.

Com o decorrer do ano letivo fomos melhorando algumas estratégias que se revelaram importantes na qualidade da nossa intervenção pedagógica como tal, salientamos as seguintes:

- Revelar uma intervenção oportuna perante os acontecimentos no espaço de aula, tentando ao máximo repudiar determinados comportamentos que colocassem o funcionamento da aula em questão. A nível do controlo da aula procurámos uma colocação em pontos estratégicos, tentando sempre que possível circular pelo espaço mantendo os alunos no campo visual (“*plachek*”) evitando ao máximo ficar de costas para estes, especialmente os mais irrequietos;
- Definir vozes de comando que solicitavam o início, término e nova informação a ser disponibilizada, entre outros aspetos;
- Definir capitães por grupos/equipas (diferentes a cada aula) responsabilizando cada um deles pela formação inicial dos grupos, deixando o professor de ter essa preocupação, garantindo um início de aula mais imediato. Esta estratégia veio também solicitar que estes capitães fossem responsáveis por controlar os colegas e reportar alguns comportamentos de desvio ou incumprimento de tarefas;
- Os alunos que tivessem ações menos próprias eram avisados primeiramente que se o comportamento persistisse iriam ter consequências tais como parar o exercício e se necessário expulsão da própria aula. Felizmente apenas a primeira hipótese se verificou não havendo qualquer expulsão do local de aula;
- O tempo de instrução foi-se tornando cada vez mais breve, contendo as informações mais importantes como a execução do exercício, regras e objetivos da tarefa. Esta instrução, sempre que possível esteve aliada à demonstração quer pelo professor quer pelo recurso aos alunos como estratégia de ensino. Conseguimos assim progressivamente diminuir distrações devido a discursos prolongados, aumentando assim o tempo de empenhamento motor;
- A forma como nos expúnhamos aos nossos alunos teve que mudar. Primeiramente falávamos de pé com os alunos à nossa frente. Todavia consoante a situação tivemos que ajustar a nossa posição, a distância, a disposição dos alunos (xadrez, linha...) e sempre que houvesse muita agitação a estratégia passava por sentá-los;
- Tendo em conta a informação de retorno podemos considerá-la como uma das variáveis mais importantes da aprendizagem, pois é através desta que surgem modificações no comportamento dos alunos (Quina, 2009). Este aspeto, embora seja dos mais importantes na nossa intervenção pedagógica, revelou-se uma tarefa árdua tendo em

conta a sua qualidade. Inicialmente muitos dos *feedbacks* prescritos revelavam ausência de conteúdo e generalidade (“muito bem”, “isso mesmo”, “não faça assim”). Contudo gradualmente salientamos a utilização de *feedbacks* prescritivos (objetivos e concisos), chamando o aluno à parte e corrigindo-o. Quando o erro persistia parávamos a tarefa e corrigíamos, fosse um aluno ou um grupo. Aproveitando os tempos de pausa incidíamos, acima de tudo, no *feedback* interrogativo (de forma a apelar à compreensão e reflexão por parte dos alunos na busca pela resolução do problema);

- No que toca ao clima positivo salientámos sempre os bons feitos dos alunos assim como o esforço e empenho para que se sentissem motivados e conseguissem perceber uma melhor competência da sua prática desportiva;
- A criação de tarefas com variantes, de modo a quebrar a monotonia da aula aproveitando também para provocar outros estímulos e transformações nos alunos, proporcionar diferentes atividades aos alunos entre outros;
- O final da aula foi sempre tido como um espaço de reflexão sobre os aspetos positivos e negativos procurando sempre definir aspetos a melhorar na aula conseqüente.

Em relação às situações práticas ajustamo-las de forma a conseguir garantir o máximo de empenhamento motor mas, acima de tudo, pretendíamos que fossem adequadas à turma. Dito isto, sempre que possível procuramos a diferenciação pedagógica com o objetivo de fazer evoluir os alunos respeitando os diferentes ritmos de aprendizagem, potencialidades e dificuldades. Exemplificamos as seguintes estratégias:

- Organização dos espaços aproveitando a disposição dos alunos, dos materiais e das linhas para a progressão das tarefas;
- Utilização de material de forma decrescente;
- Conceção de exercícios lúdicos, reduzidos e condicionados desde formas simplificadas para mais complexas;
- Formação de grupos tanto homogêneos como heterogêneos (género/nível de proficiência) procurando após diferentes situações de aprendizagem manter os mesmos grupos ou formar grupos maiores tendo em conta a proximidade dos espaços de jogo/tarefa;

Este último aspeto foi trabalhado de diferentes formas procurando, sempre que possível, a interação dos alunos mais proficientes com os menos proficientes, privilegiando o trabalho de equipa, cooperação e respeito mas, ao mesmo tempo, estabelecendo *handicaps* (condicionalismos aos mais proficientes) com o intuito de poderem ambos alcançar uma aprendizagem mútua. Relativamente ao trabalho com recurso a grupos homogêneos permitiu acompanhar mais facilmente os diferentes grupos (especialmente os menos proficientes) consoante os níveis apresentados

delineando tarefas ajustadas às diferentes realidades. Destaque também para reformulação constante de grupos tendo em conta as diferentes evoluções salientadas, mas também a desmotivação por parte dos alunos em fazerem sempre parte do mesmo grupo, não sendo esta última estratégia muito aconselhada (Jacinto *et al.*, 2001).

Em relação às matérias propriamente ditas evidenciamos também algumas estratégias específicas à abordagem dos **JDC (Voleibol, Basquetebol, Futebol e Andebol)**:

- Realização de jogos lúdicos, pré desportivos (por questões motivacionais), reduzidos (de forma a salientar a participação de todos os alunos) e condicionados (de forma a colmatar problemas detetados ou com a intenção de condicionar alunos mais proficientes);
- Introdução do “*Smashball*” para combater a pouca interação e mobilidade apresentada no contexto de jogo.

Nos Desportos de Combate:

- Realização de situações de luta de pé, solo e pequenas competições;
- Visualização de bancos de exercícios;
- Competições apelando a diferentes condicionalismos dependendo dos grupos formados (homogéneos ou heterogéneos);
- Solicitação de reflexões sobre as situações desempenhadas.

Na Ginástica:

- Trabalho por estações com diferentes situações de aprendizagem;
- Realização de *croqui* para que os alunos concretizassem a montagem das estações;
- Conceção de folhas de apoio relativamente aos elementos gímnicos;
- Trabalho duplo por parte de cada aluno na realização e ajuda referente aos diferentes elementos gímnicos.

Na Dança:

- Envolvência do professor para que os alunos quebrassem algumas barreiras e vergonhas demonstrando alguns trabalhos realizados pelo mesmo;
- Realização de situações de ativação geral com recurso a diferentes músicas procurando estabelecer a noção de ritmo;
- Formação em xadrez de forma a que todos pudessem participar sem isolamentos;
- Escolha de músicas, definição de temas e criação de coreografias demonstrando a autonomia e criatividade dos alunos;
- Demonstração das coreografias aos colegas salientando a boa relação existente no seio da turma.

Atividades Náuticas e Orientação:

- Recurso a materiais alternativos (*fitballs*, plataforma de equilíbrio, *kayak* didático entre outros) de forma a simular contexto real;
- Criação de balizas funcionais e tradicionais com o intuito de desenvolver a orientação espacial;
- Utilização de contextos diferentes para solicitar a adaptação ao meio por parte dos alunos.

Badmínton:

- Realização de jogos lúdicos e condicionados 1x1 e 2x2;
- Troca de adversários consoante nível de proficiência aproveitando a formação dos grupos e a sua distribuição espacial.

Outro aspeto que despertou a necessidade de haver um controlo do envolvimento dos alunos nas aulas relacionou-se com o papel dos alunos dispensados nas aulas. É aparentemente mais fácil deixar o aluno de parte e não lhe atribuir uma tarefa durante a aula. Contudo não nos podemos esquecer que estes alunos também podem aprender mesmo com tarefas mais limitadas.

Podemos referir que em algumas aulas os alunos dispensados não foram potenciados ao máximo não definindo tarefas específicas para que estes se pudessem sentir úteis. Outra dificuldade passou por conseguir motivá-los a realizar algo tendo em conta a preguiça e a falta de motivação muitas vezes salientada. Podemos evidenciar algumas tarefas relacionadas com a arbitragem, fichas de observação, ficha com questões colocadas pelo professor, reflexões de alguns exercícios (pois a opinião dos alunos também pode ajudar na nossa intervenção pedagógica), montagem e desmontagem de material, acompanhamento dos grupos nas tarefas de aprendizagem, entre outros. Nem sempre foi fácil motivar e incluir estes alunos nas aulas, pois devido à sua condição física e atestado médico permanente a tentativa de incluí-los nas tarefas práticas desempenhadas pelos restantes alunos saiu gorada em dois sentidos: após algum período de aula os sintomas das limitações físicas eram visíveis e não podíamos colocar em risco a integridade física e bem-estar dos alunos. Por outro lado a última coisa que queríamos era arranjar alguma complicação física a estes alunos e, muito menos, algum processo implementado pelos EE contra o professor responsável. Podemos dizer que conseguir desempenhar atividades mais práticas com estes alunos foi algo que deixou a desejar, pois consideramos que poderia ter sido uma mais-valia para nós como professores ganhando assim um estágio mais rico. Todavia podemos referir que embora muitas vezes a atitude destes alunos não fosse a melhor perante as tarefas que lhes eram incutidas, conseguimos realizar muitas situações motivadoras para os mesmos, como foi o caso da Dança (acompanhando e ajudando na montagem das coreografias), pois na nossa opinião fez com que

estes se sentissem ainda mais parte integrante da turma e não apenas dois alunos “colocados a um canto”.

Um outro aspeto a ter em conta é a forma como o professor se expõe aos alunos, pois esta exposição pode ser um fator determinante para que consigamos, ou não, captar a sua atenção. Como tal recorremos a diferentes estilos de ensino, pois não existe um estilo de ensino correto ou incorreto, existe sim aquele que se adapta melhor aos alunos que temos à nossa frente (Quina, 2009) e ao contexto. O espectro de estilos de ensino define as diferentes opções de lecionação disponíveis assim como as estruturas de decisão, papéis do professor, dos alunos e objetivos que podem ser alcançados com a utilização de cada um dos estilos (Idem). Inicialmente, tendo em conta a primeira impressão que envolveu conhecer cada um dos alunos e perceber um pouco da personalidade deles, procurou-se adotar um estilo de ensino por comando pelas seguintes razões: os alunos por vezes realizavam alguns comportamentos de desvio, especialmente aqueles mais proficientes; os alunos necessitavam de uma explicação e demonstração dos exercícios, pois não revelavam qualquer autonomia e/ou predisposição para iniciar os exercícios propostos; questões de organização da aula levantadas tendo em conta os aspetos referidos anteriormente; criação de rotinas e regras de funcionamento. Com o avançar do tempo foi utilizado um estilo por tarefa seguindo a mesma lógica, mas com objetivos diferentes de acordo com a definição de grupos de proficiência.

Com o maior à vontade do professor no controlo da turma um estilo por avaliação recíproca pretendeu dotar aos alunos alguns critérios que lhes permitissem identificar erros de execução deles próprios como também dos colegas. Por fim, numa fase posterior do processo, um estilo de ensino mais do lado direito da barreira, descoberta guiada e resolução de problemas, tentando dar mais ênfase aos alunos no processo de ensino aprendizagem. Tentamos assim fazer com que estes resolvessem problemas impostos, refletindo sobre eles abrindo um espaço de diálogo no decorrer e após a aula (autonomia, espírito crítico e tomada de decisão).

É evidente que esta ordem não foi a implementada nas aulas. A opção por um ou por outro estilo de ensino dependeu sempre da predisposição dos alunos, dos objetivos propostos, e das matérias envolvidas, tendo em conta a complexidade, risco, material existente, número de alunos entre outros fatores. O que nos importa referir aqui é que não há nada certo nem errado simplesmente válido (isto é, mais adequado ou não) tendo em conta o nosso contexto.

Podemos dizer que, embora decorrente de alguns aspetos menos positivos, houve muita reflexão ao longo do ano de forma a melhorar a nossa intervenção perante a turma. Podemos referir algumas reflexões realizadas pelos alunos salientando o bom clima de aula, a experiência positiva pela diferença na abordagem da disciplina, a motivação pela prática de EF, a preocupação do professor pelas dificuldades de cada aluno, entre outros aspetos. Tais indicadores nos fizeram crer que estávamos perante um ensino de qualidade onde, embora tivesse sido difícil de alcançar a

individualização tão desejada, procurámos sempre potenciar ao máximo os nossos alunos. Alguns indicadores que demonstram isto mesmo passam pela adaptação dos conteúdos da aula tendo em conta os níveis de proficiência procurando estabelecer objetivos mensuráveis e reais que permitiam, tanto aos mais proficientes como aos menos proficientes, se aproximarem dos seus limites.

Para concluir, e como já foi referido anteriormente, todo este processo ao longo destes três períodos foi algo atribulado com retrocessos e conquistas. Houve momentos para tudo! Uma miscelânea de emoções foi sentida em cada momento! Frustração e raiva por uma aula menos conseguida, alegria, motivação e enorme satisfação após uma aula divertida e com grande envolvimento dos alunos, entre outras emoções. Desistir por vezes foi uma possibilidade, mas uma opção instantânea que aparecia e desaparecia com a próxima aula e com a preocupação e determinação em fazer melhor! Nem sempre tal aconteceu. Por vezes os mesmos erros foram sendo cometidos, mas com o avançar do tempo muitas competências foram adquiridas e consolidadas nomeadamente a nível da organização e gestão da aula, clima positivo, afetividade, fornecimento de *feedbacks* com maior qualidade e conteúdo, entre outras competências.

O que nos importa referir aqui é que todo este processo não foi uma evolução exponencial. Houve realmente retrocessos e avanços, mas podemos referir que após todo este percurso sentimo-nos mais competentes, mais responsáveis, mais “experientes”, com maior capacidade de adaptação e acima de tudo, professores mais reflexivos e críticos sobre a nossa prática.

3.3.3. Perceção dos alunos – Definição de objetivos e intervenção do professor

Durante o ano letivo propusemos vários objetivos (maior motivação e predisposição, autoestima, responsabilidade, dinâmica de grupo, autonomia, reflexão entre outros) a serem alcançados pelos alunos. Na nossa opinião, com maior ou menor dificuldade, estes objetivos foram alcançados com recurso às diferentes matérias, situações propostas e estratégias abordadas ao longo do ano letivo. Contudo ninguém mais apropriado para confirmar estas expectativas do que os nossos alunos. Sendo assim realizámos um questionário final sobre a perceção de motivação e competência na disciplina de EF que pretendeu verificar se alguns indicadores apresentados inicialmente pelos alunos (fraca motivação e predisposição para a prática, alguns casos de fraca relação com a turma, pouca autoestima, fraca relação com a disciplina e fraca realização de atividade física fora do contexto escolar entre outros indicadores) sofreram alterações positivas tendo em conta a auto-perceção dos mesmos.

Passaremos então à análise dos resultados alcançados.

Relativamente à 1ª pergunta: Neste momento qual a relação que estabeleces com a Educação Física tendo em conta a tua opinião no início do ano? Os alunos revelaram os seguintes resultados:

Tabela 2 - Relação dos alunos com a EF

Não gosto nada	Gosto menos	Mantem-se igual	Gosto mais	Gosto muito mais
0% - (n=0)	0% - (n=0)	36,8% - (n=7)	52,6% - (n=10)	10,5% - (n=2)

Analisando a tabela anterior verificamos que 63,1% da nossa turma revelou gostar mais e muito mais da disciplina depois do início do ano letivo. Algumas das razões apontadas foram “as aulas foram muito mais apelativas do que no ano anterior com novas matérias; aulas mais divertidas; maior relação estabelecida entre professor-aluno; porque trabalhamos determinadas dificuldades através de situações lúdicas e condicionadas em vez de abordarmos só jogo formal”. Dos 36,8% que dizem que a sua relação se mantém igual, 6 alunos revelaram “que gostam ou adoram a EF; sempre gostaram de EF”; porque lhes faz sentir sempre bem; e outro caso revelou que embora as aulas tenham sido mais apelativas e motivadoras após um determinado número de anos a ter algumas experiências menos positivas não se altera uma opinião de repente”.

Notamos claramente após estas respostas que conseguimos estabelecer uma relação mais positiva dos alunos com a disciplina tendo em análise anos anteriores e a opinião inicial.

Relativamente à 2ª pergunta: Neste momento qual o grau de importância que a Educação Física tem na tua vida? Os alunos revelaram os seguintes resultados:

Tabela 3 - Importância da disciplina de EF

Nada importante	Pouco importante	Importante	Muito importante	Extremamente importante
0% - (n=0)	10,5% - (n=2)	73,7% - (n=14)	10,5% - (n=2)	5,3% - (n=1)

Verificamos através da tabela anterior que os alunos evidenciaram a grande importância atribuída à disciplina, com a exceção de dois alunos que revelaram que as outras disciplinas são mais importantes e porque o facto de ser desportista federado, faz com que a EF não seja tão importante.

À 3ª pergunta: A tua motivação para realizar as aulas de Educação Física tendo em conta a tua opinião inicial da disciplina... Os alunos transmitiram as seguintes opiniões:

Tabela 4 - Motivação para realização das aulas de EF

Diminuiu muito	Diminuiu	Mantêm-se igual	Aumentou	Aumentou muito
0% - (n=0)	0% - (n=0)	31,6% - (n=6)	68,4% - (n=13)	0% - (n=0)

Analisando os dados verificamos que 68,4% afirmou ter aumentado os níveis de motivação porque se “divertem mais logo é mais fácil garantir motivação; porque as aulas são mais interessantes e apelativas; porque o professor se importou com os alunos tentando combater as dificuldades apresentadas; porque houve grande cooperação entre os intervenientes; porque experienciei modalidades nunca antes praticadas.” Aqueles que afirmaram manter-se igual referiram que “sempre tiveram motivação para realizar EF ou porque sempre gostaram de EF.”

Fica demonstrado com estes resultados que observando a avaliação inicial existe uma mudança no comportamento em relação à disciplina havendo maior motivação para a prática.

Em relação à 4ª pergunta: Sentes que a tua evolução em termos físicos, cognitivos e sócio afetivo em relação a todo o trabalho efetuado nas aulas foi... Os alunos revelaram os seguintes resultados:

Tabela 5 - Evolução em EF

Muito negativa	Negativa	Não se alterou	Positiva	Muito positiva
0% - (n=0)	0% - (n=0)	26,3% - (n=5)	68,4% - (n=13)	5,3% - (n=1)

Analisando os dados da tabela anterior verificamos que 73,7% afirmou ter melhorado de forma positiva ou muito positiva nos parâmetros referidos anteriormente tendo mencionado os seguintes aspetos: “Sinto-me mais capaz a nível da minha performance; aprendi coisas novas e tive novas experiências; porque permitiu-me trabalhar em equipa e relacionar-me melhor com toda a turma; porque me sinto melhor no dia-a-dia; porque melhorei o meu empenho e predisposição para realizar as aulas; porque consegui realizar algumas coisas que nunca pensei conseguir (rolamento à frente).” Aqueles que anunciaram que não se alterou evidenciaram “abordamos poucas vezes a matéria de Ginástica; devia ter-se empenhado mais”.

Verificamos que a autoestima, a entreaajuda e a perceção para a competência revelaram resultados muito positivos tendo em conta algumas respostas dos alunos.

À 5ª pergunta: Neste momento, sentes que as aulas de Educação Física contribuíram para estabelecer que tipo de relação com os restantes colegas... Os alunos reconheceram o seguinte:

Tabela 6 - Relação com a turma

Péssima	Má	Razoável	Boa	Muito boa
0% - (n=0)	0% - (n=0)	10,5% - (n=2)	42,1% - (n=8)	47,4% - (n=9)

Analisando os dados da tabela verificamos que cerca de 89,5% afirmou ter nesse momento uma boa ou muito boa relação com os colegas tendo apresentando os seguintes comentários: “As aulas

de EF permitem que nos tornemos mais unidos; aprendemos a cooperar uns com os outros; porque fui conhecendo melhor os meus colegas e apercebendo-me das suas características e personalidade; sinto-me claramente mais ligado à turma, porque embora já tivesse uma boa relação com a mesma permitiu-me em determinadas situações nos JDC e na Ginástica por exemplo, ajudar e cooperar ainda mais com os colegas.” Os 10,5% revelaram que “o facto de ter vindo de outra turma fez com que a minha relação com eles não fosse muito boa, mas melhorou significativamente especialmente nas aulas de EF; melhorou, mas ainda não consegui estabelecer uma boa relação com todos.” Verificamos aqui que a EF permitiu claramente que se cumprisse um objetivo que pode ser revelador de uma turma empenhada e com uma boa dinâmica nomeadamente na relação estabelecida por exemplo, na realização de trabalhos de grupos. Fica aqui bem patente a importância e o potencial da EF na promoção da socialização dos alunos.

À 6ª pergunta: As aulas de Educação Física motivaram-te a realizar Atividade Física fora da Escola... Os alunos revelaram os seguintes resultados:

Tabela 7 - AF fora do contexto escolar

Nem por isso	Sim mas pouco	Sim de forma razoável	Sim de forma regular	Sim de forma muito regular
21,1% - (n=4)	21,1% - (n=4)	21,1% - (n=4)	26,3% - (n=5)	10,5% - (n=2)

Conseguimos verificar que a maioria dos alunos evidenciou que as aulas de EF contribuíram para a prática de AF fora do contexto escolar. Estes dados revelam que as aulas, os conteúdos abordados e até mesmo a intervenção do professor, podem ter suscitado algumas evoluções positivas (prazer, evolução das próprias capacidades) o que faz com que os alunos queiram realizar AF por vontade própria (motivação intrínseca) ou simplesmente queiram ser mais ativos decorrente da influência de colegas, amigos ou familiares (motivação extrínseca) (Marzinek & Neto 2007).

Não nos podemos esquecer que também já existiam alunos considerados “mais desportistas”, mas que não praticavam qualquer desporto e podem ter ganho entusiasmo para tal. Existiu nitidamente uma melhoria tendo em análise a avaliação inicial (12 alunos não praticavam qualquer tipo de AF).

Estes dados podem ser reveladores de adoção de hábitos de vida saudáveis, com a prática regular de AF, visto que a prática desportiva não deve terminar com a conclusão do ciclo de estudos. Esperemos que esta opinião se mantenha e que este último ano de EF que se avizinha (12º ano) não coloque em causa tal pensamento.

Para finalizar este capítulo verificámos a perceção dos alunos sobre a sua atuação nas aulas de EF e vida extracurricular. No questionário fornecido pedimos aos mesmos para analisarem algumas

afirmações e responderem consoante o grau de concordância percebido. Estes resultados podem ser averiguados no gráfico 1.

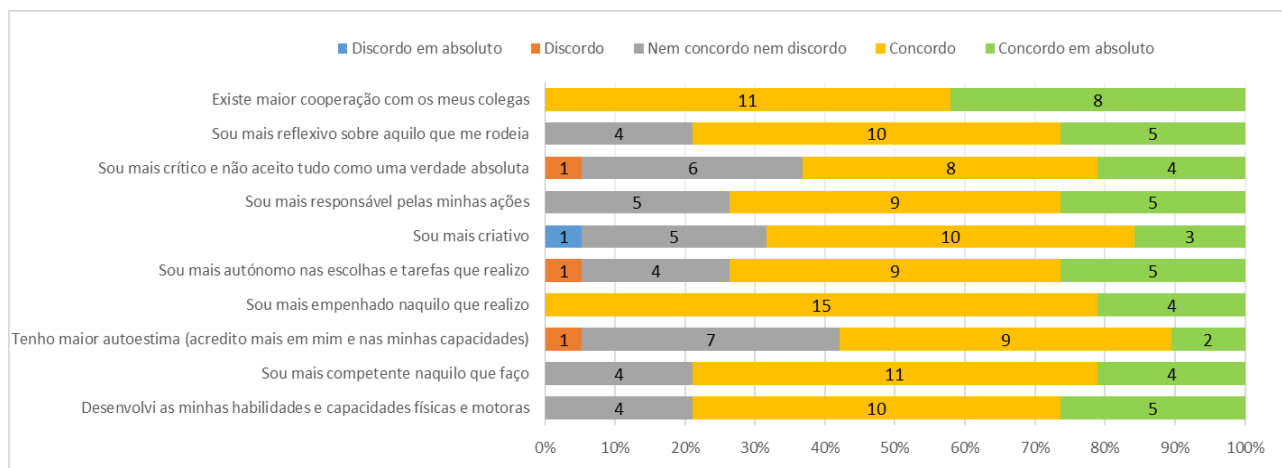


Gráfico 1 - Percepção dos alunos em relação as competências desenvolvidas

Agrupando as diferentes categorias (discordo em absoluto e discordo; nem concordo nem concordo; concordo e concordo em absoluto) verificamos resultados muito positivos quando falamos em competências que visámos desenvolver nos alunos durante o ano letivo. Destaque para a maior cooperação entre os colegas (100%), maior empenho (100%), maior reflexão (79%), responsabilidade e autonomia (73,7% cada uma), criatividade (68,4%) e espírito crítico (63,2%). Em relação às competências menos desenvolvidas destaque para a autoestima (57,9%). É preciso referir que estes resultados são extremamente positivos tendo em conta o panorama inicial, podendo afirmar que algumas destas competências foram desenvolvidas em alguns indivíduos. Todavia, não nos podemos esquecer que estes resultados podem ser enganadores no sentido de os alunos poderem discordar do desenvolvimento de alguma competência referida, simplesmente por pensarem já terem desenvolvido tal competência noutros contextos que não no âmbito da EF.

A verdade é que o professor deve analisar caso a caso, pois assim está perante um cenário de ensino mais individualizado. Por isso esta análise vale o que vale. Contudo tem alguma importância, pois esta percepção dos alunos é mais um indicador que nos permitirá perceber se os objetivos previamente traçados foram ou não alcançados.

Procurámos também refletir sobre a prestação do professor de forma geral ao longo do ano letivo, sendo que para isso também solicitamos a opinião dos principais interessados, ou seja, os alunos!

Posto isto definimos alguns critérios de avaliação para os alunos, com base em algumas características que o bom professor de EF deve albergar. Estas características são salientadas por Stadnik (2008) entre outros autores podendo verificar as seguintes:

- Conhecedor da matéria a lecionar;

- Utiliza exemplos procurando aplicar a teoria à prática;
- Promove a interdisciplinaridade;
- Promove um clima favorável ao questionamento por parte dos alunos (incentiva a pesquisa e a criatividade);
- Planifica e organiza a sua aula e explica o objetivo da mesma aos alunos;
- Desloca-se no espaço de ensino aproximando-se dos alunos, estimulando assim a participação dos mesmos;
- Demonstra uma relação afetiva com a sua matéria;
- Utiliza uma terminologia adequada e acessível;
- Alerta para a importância do estudo;
- Demonstra que estudar pode e deve ser uma atividade agradável;
- É acessível ao aluno.

Analisemos então o seguinte gráfico:

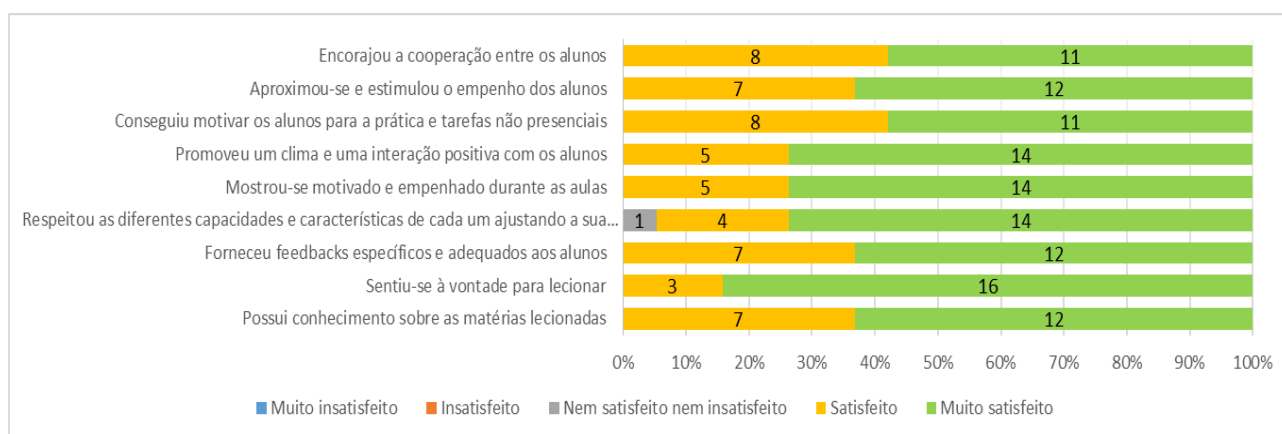


Gráfico 2 - Percepção dos alunos sobre a atuação do professor

Verificamos claramente que em relação às categorias definidas, o grau de satisfação dos alunos sobre a atuação do professor veio revelar-se extremamente satisfatório. Ao analisarmos o grau de satisfação (muito satisfeito) verificamos que mais de 60% da nossa turma ficou satisfeita com a nossa atuação (destaque para as categorias que dizem respeito ao sentir-se à vontade para lecionar, respeito pelas individualidades de cada aluno, promoção de um clima positivo e interação positiva com os alunos, motivação e empenho na lecionação das aulas) sendo que os restantes 40% ficaram satisfeitos. Para nós enquanto professores em processo de formação, estes resultados são extremamente lisonjeadores no sentido em que os alunos, mesmo perante um professor estagiário, consideram-no “quase como um professor de excelência”.

É verdade que estes resultados apenas revelam a percepção dos alunos e esta pode ter sido influenciada por outros fatores (emoções, o facto de ser o professor a dar a nota entre outros). Outras formas de avaliação tais como a avaliação externa realizada pelos professores orientadores,

científico e cooperante, assim como a autoavaliação devem ser tidas em conta neste processo de reflexão sobre a intervenção pedagógica do docente. Contudo estes dados não deixam de ser mais um indicador precioso que revela muito da nossa atuação enquanto docentes.

3.4. Assistência às aulas – A complexidade da observação

O processo de observação ocorre desde que o novo professor entra no contexto escolar tendo em conta toda a análise realizada desde o meio escolar e dinâmicas de funcionamento até à supervisão da nossa turma. Contudo um dos objetivos deste estágio passou também por observar as aulas do nosso colega estagiário. É preciso deixar bem claro que através desta observação estamos a verificar comportamentos tanto do professor (estratégias de ensino) como da turma e em momento algum a análise crítica realizada será no sentido de desvalorizar a prestação.

Concordamos sem qualquer dúvida que este processo pode revelar-se extremamente importante, pois permite-nos não só ajudar o colega através de um reflexão da sua prestação, como também nos pode auxiliar na nossa intervenção pedagógica através de algumas estratégias que nos poderão ser úteis para combater alguns pontos negativos da nossa prestação.

A observação é considerada a forma mais primitiva para chegar ao conhecimento, apesar do seu carácter subjetivo (Anguera, 1985). É por esta subjetividade que não nos podemos esquecer que quem tudo quer ver, nada vê, isto é, ver não é o mesmo que observar e antes de observar é preciso saber o que pretendemos observar. Disto isto, o que se procura é identificar e caracterizar a intervenção do professor (padrões de atuação) e verificar qual o impacto dessa mesma intervenção sobre o comportamento dos alunos (Piéron, 1996; Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012).

Para além do que foi dito anteriormente, observar, além de ser um processo deliberado e voluntário, é um ato inteligente, pois existe uma reflexão sobre a informação pertinente que é selecionada pelo observador (Blanco & Anguera, 2001, citados por Prudente, 2006).

Prudente, Garganta e Anguera (2004) sustentam que o processo de observação passa por alcançar uma perceção deliberada da realidade de forma a poder interpretá-la obtendo um significado que ao ser analisado de forma adequada permite-nos alcançar resultados válidos.

Sendo assim este ato deve permitir identificar prestações menos eficazes, garantindo ao professor *feedbacks* sobre a sua atuação, no sentido de melhorar através de uma reflexão crítica, o seu processo de ensino aprendizagem (Mendes *et al.*, 2012). Não se trata meramente de mencionar os aspetos negativos dos outros, não se trata de elogiar as boas estratégias utilizadas, trata-se essencialmente de um processo reflexivo sobre o observado e observador.

A velha máxima de que a observação só serve para analisar e avaliar o aluno está errada. Cada vez mais este é um instrumento essencial e contribui para a formação do docente (Reis, 2011). Podem existir diversos propósitos que sustentam o processo de observação. Por isso, podemos dizer

que este processo é uma ferramenta de diagnóstico que tem em conta a prática profissional e os aspetos que se pretende melhorar, tentando assim adequar a tomada de decisão do professor através de uma reflexão sobre as potencialidades e limitações da sua intervenção prática (metodologias e estratégias) procurando ao mesmo tempo desenvolver diferentes dimensões do conhecimento profissional do docente (Idem).

É de salientar que este processo não foi realizado de forma solitária. Contámos com a supervisão não só do nosso colega estagiário mas também do nosso orientador científico e cooperante tendo em conta toda a sua experiência na dinâmica de funcionamento de uma aula. Assim sendo podemos considerar este processo como algo colaborativo havendo debate, troca de ideias, reflexão e experiências no sentido de desenvolver transformações que achamos necessárias para o desenvolvimento tanto pessoal como profissional do docente no ato da leção (Idem).

Este processo nunca deve ser realizado de forma isolada pois a sua objetividade é perdida se não realizarmos uma ligação deste processo com a prática letiva. Sendo assim, mais do que procurar desenvolver um instrumento de observação ou uma metodologia foi necessário identificar os problemas mais visíveis e a partir daí definir objetivos tanto para o observador como para o observado.

3.4.1. Objetivos Gerais e Específicos

O processo de assistências às aulas procurou sempre, ao longo do ano letivo, colmatar as dificuldades apresentadas pelos professores estagiários. Com o avançar do tempo verificámos algumas evoluções em determinados parâmetros mas, tendo em conta que o que pretendíamos seria a melhoria das nossas intervenções, procuramos com base em determinadas reflexões, estabelecer objetivos de observação que fossem mais-valias para a melhoria do nosso processo educativo.

Objetivos Gerais

- Analisar a prestação do nosso colega estagiário diagnosticando aspetos a melhorar (o tempo de empenhamento motor é adequado, as estratégias utilizadas são viáveis entre outros aspetos);
- Desenvolver a capacidade de autorreflexão enquanto observador e observado;
- Promover hábitos profissionais enquanto professor reflexivo;
- Promover cooperação e diálogo entre estagiários e orientador cooperante;
- Desenvolver a capacidade de auto e heteroavaliação;
- Construir um instrumento de observação.

Objetivos Específicos

- Analisar, refletir e conceber estratégias que visem a melhoria de aspetos relacionados com a gestão, controlo e comportamentos solicitados com as diferentes tarefas

(empenhamento motor é ou não adequado, os alunos atingem os objetivos propostos, o professor mantém a ordem no local de aula entre outros aspetos).

3.4.2. Métodos e procedimentos

As aulas dos dois estagiários coincidiam nos mesmos dias (segunda e quinta-feira), mas em períodos do dia diferentes (manhã e tarde com exceção da quinta-feira). Inicialmente decidimos observar todas as aulas sendo que a partir do 2º e 3º período, de acordo com a disponibilidade, observaríamos maioritariamente as aulas da quinta-feira. Foram definidas vinte observações que poderiam ser distribuídas ao longo do ano letivo. Estas observações, definidas pelas linhas orientadoras do estágio, foram ultrapassadas havendo claramente uma mais-valia a nível do ato de observação, garantindo cada mais qualidade e fiabilidade nas mesmas.

Tendo em conta as observações iniciais levantámos um conjunto de problemas a serem analisados considerando três categorias: gestão da aula, controlo da aula e comportamentos solicitados/induzidos sendo que dentro de cada uma destas existiu uma subdivisão em microcategorias mais específicas.

Em cada microcategoria, levantámos aspetos positivos, negativos assim como verificámos que tipo de estratégias eram utilizadas para “combater” determinados problemas. Assim sendo realizamos um diagnóstico à prestação do colega, prescrevemos algumas alternativas em aspetos menos positivos e na aula seguinte, monitorizámos a performance do colega, de forma a verificar se o comportamento do observado se alterou ou não.

A nossa estratégia de observação começou através do método de observação “*eyeballing*” com a intenção de realizar uma observação geral dos problemas mais casuais do professor estagiário. Contudo sentimos a necessidade de focar aspetos que eram mais visíveis e frequentes de forma a possuímos indicadores mais precisos para conseguirmos uma melhor análise da prestação do professor. Como tal especificámos microcategorias realizando assim uma ficha de observação (ver anexo I). O método utilizado passou então por registar os incidentes verificados na aula, realizando também dentro de cada microcategoria uma escala de likert avaliativa de 1 a 5. Concebemos então uma ficha de observação baseada nas utilizadas por Bárbara (2015) e Andrade (2013) adaptando algumas das categorias utilizadas. Assim sendo consultámos os planos de observação de comportamento verificando algumas técnicas de intervenção pedagógica que seriam importantes de observar sobre a prestação do colega (Piéron, 1996) assim como alguns apontamentos referentes à unidade curricular de Pedagogia (H. Lopes, comunicação pessoal, 2012). Na seguinte tabela podemos observar as macro e microcategorias utilizadas pelo NE da EBSAAS aquando da observação de aulas.

Tabela 8 - Macro e microcategorias de observação (adaptado de Piéron, 1996; Lopes, 2012)

Gestão da aula	Controlo da aula	Comportamentos solicitados/induzidos
<ul style="list-style-type: none"> • Início de aula sem atrasos; 	<ul style="list-style-type: none"> • Colocação do professor, na instrução/ tarefa/ circulação de forma a verificar toda a turma; 	<ul style="list-style-type: none"> • Objetivos da tarefa foram alcançados;
<ul style="list-style-type: none"> • Tempo de Instrução (breve, conciso); 	<ul style="list-style-type: none"> • Controlo da turma: -Distância; -Comportamentos de desvio e intervenção; 	<ul style="list-style-type: none"> • Há intencionalidade da tarefa em alcançar determinados comportamentos;
<ul style="list-style-type: none"> • Tempo de transição (tarefas encadeadas e sem atrasos); 	<ul style="list-style-type: none"> • Bom clima: -Reforço positivo; -Feedbacks (tipo e frequência); 	<ul style="list-style-type: none"> • Alunos demonstram transformações (comportamentos induzidos);
<ul style="list-style-type: none"> • Formação de grupos (pré definida e encadeada entre exercícios); 	<ul style="list-style-type: none"> • Tempo de empenhamento motor adequado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adequação da tarefa (perante facilidades ou dificuldades apresentadas pelos alunos).
<ul style="list-style-type: none"> • Demonstração (se necessária) e interligada com a instrução. 	-----	-----

3.4.3. Principais ilações

Este processo de assistência às aulas do colega estagiário foi extremamente importante na nossa formação e intervenção pedagógica. Passámos pelos dois papéis, o de observador e observado, o que nos permitiu fornecer algumas sugestões ao nosso colega, mas também receber outras sugestões por parte do mesmo.

Inicialmente, como forma de observação das aulas do colega, utilizamos uma ficha de registo e de observação onde eram salientados alguns aspetos menos conseguidos por parte do professor observado. Todavia sentimos a necessidade de evoluir e tendo em conta a avaliação diagnóstica realizada ao nosso colega percebemos quais as principais dificuldades sentidas. Definimos então uma série de categorias (gestão e controlo da aula e comportamentos solicitados/induzidos) onde cada uma delas possuía uma série de microcategorias realizando depois uma sequência de registos anedóticos e de ocorrências de forma qualitativa.

Analisando as observações realizadas foram considerados alguns aspetos numa fase inicial:

- Episódios de instrução demorada e com muito conteúdo;
- Colocação inapropriada perante os alunos em algumas situações (dar as costas a determinados grupos);
- Circulação do professor por entre as tarefas desenvolvidas pelos alunos dificultando o controlo e supervisão da turma;
- Organização dos exercícios pouco encadeada tendo em conta a formação de grupos, distribuição do material e disposição das tarefas (tempos de transição demorados);

- *Feedbacks* com ausência de conteúdo. Havia muitos *feedbacks* de reforço como “muito bem” ou “boa” sendo que os alunos muitas vezes não sabiam o que realmente estavam fazendo pois não havia qualquer reflexão por parte dos mesmos;
- Pouca adaptabilidade tendo em conta a exigência da tarefa, não havendo muitas vezes alteração da mesma consoante o nível de proficiência dos alunos;
- A intencionalidade da tarefa não existia, muito devido aos episódios de desatenção e predisposição dos alunos para a realização da mesma.

Após cada aula e após cada observação as reuniões e reflexões realizadas pelo professor orientador cooperante e científico, assim como pelo colega estagiário foram permitindo melhorar determinados aspetos. Tais reflexões permitiram-nos definir estratégias que eram utilizadas em aulas consequentes, nomeadamente ao nível do controlo da turma, organização da aula e objetivos delineados para a mesma. Podemos referir e salientar a importância deste processo colaborativo na evolução da intervenção pedagógica, onde foram alcançadas melhorias extremamente positivas garantindo, cada vez mais, a adaptação do professor a um meio que lhe era “estranho”.

Esta observação do colega não teve só como objetivo que este melhorasse a sua prestação enquanto professor, mas permitiu também a nós, professores e observadores verificar tarefas e estratégias que podiam ser implementadas na nossa turma (com algumas adaptações) assim como identificar erros a serem evitados (posicionamento do professor, organização dos exercícios e dos materiais, instrução demorada entre outros).

A grande reflexão tirada da observação à prestação do colega é que por mais que algumas estratégias sejam válidas, cada professor é diferente a nível da sua personalidade e das suas crenças. Como tal, é necessário refletir muito bem sobre se essas estratégias serão válidas para nós, tendo em conta a nossa forma de ser e também a turma pela qual somos responsáveis. Observar a aula do colega não se prende apenas com os aspetos negativos e que precisam de ser melhorados, prende-se também com os aspetos positivos que precisam também ser salientados e as mais-valias que estes podem trazer para a nossa intervenção no processo de ensino aprendizagem dos alunos.

Observar e olhar são conceitos completamente diferentes. Observar implica definir objetivos, implica uma intencionalidade e uma reflexão sobre aquilo que é observado. Daí que este processo de assistência às aulas é extremamente positivo em que por vezes entre os dois professores estagiários eram definidos determinados parâmetros que pretendíamos verificar se estavam sendo alcançados como por exemplo: tempo de instrução, tempo de empenhamento motor, fornecimento de *feedbacks*, se os alunos revelavam ou não diferenças a nível dos comportamentos que lhes estavam sendo solicitados em relação às aulas anteriores, entre outros.

Em suma, a observação e análise das aulas permitiu-nos, sem qualquer dúvida, perceber quais os nossos pontos fracos no sentido de refletirmos e delinear-mos melhor as nossas aulas dia após dia.

Sem este processo arriscamo-nos a dizer que determinadas ações, que em nada abonavam ao nosso sucesso pedagógico, poderiam persistir ao longo do ano letivo. Podemos também dizer que sem este processo muitas das evoluções verificadas poderiam revelar-se ao acaso não havendo qualquer reflexão neste processo.

Sem qualquer dúvida este deverá ser um processo a implementar não só durante as aulas realizadas pelos estagiários, mas também a outros professores com o propósito de verificar e analisar diferentes atuações e estratégias implementadas como também, permitir que estes recebam *feedbacks* sobre a sua prestação.

Finalizamos dizendo que não podemos ter medo de errar porque o erro fará sempre parte da nossa aprendizagem por isso, devemos tentar experimentar ao máximo determinadas situações que acreditamos serem potenciadoras de um bom processo de ensino-aprendizagem. Acima de tudo devemos sempre refletir sobre todas as estratégias tomadas de forma a eliminar aquelas que não revelem benefícios à nossa intervenção pedagógica.

3.5. Experiências pedagógicas de relevo

3.5.1. Avaliação – o processo “subjetivo”

Quando se fala em avaliação existem logo diversas opiniões em relação a este conceito. A verdade é que nos dias que correm cada vez mais estamos sujeitos a este processo quer na escola, quer no trabalho, quer na vida, tendo em conta todas as opções que tomamos. Temos que aprender que só através de uma avaliação sucinta é que pode existir evolução porque sem *feedbacks* concisos e específicos sobre aquilo que realizamos não conseguimos refletir e evoluir de acordo com a sociedade meritocrática e menos clientelar na qual estamos inseridos (Fernandes, 2001).

Em Portugal o modelo de avaliação baseia-se na Lei de Bases do Sistema Educativo tendo como princípios a promoção da igualdade de oportunidades, do sucesso, da continuidade, positividade, correção, compreensão e a promoção da participação de todos os envolvidos na definição dos percursos escolares (Rosado, Dias & Silva, 2002). A avaliação não deve ser, contrariamente a estas palavras, um meio de seleção ou de exclusão de qualquer forma seja ela, física ou social (Idem). Por isso os alunos, neste caso, não devem ser colocados de lado por não saberem ser, estar, ou fazer. A avaliação deve permitir contribuir para uma reflexão e aprimoramento do processo de ensino aprendizagem como nos revela Jacinto *et al.* (2001).

Contudo, nos dias que correm, a nossa área encontra algumas dificuldades em definir critérios de avaliação credíveis que permitam avaliar o aluno como um todo. Daí a avaliação ser tão complexa, mas ao mesmo tempo um importante instrumento regulador da prática pedagógica no

alcance de determinadas aprendizagens e competências que pretendemos desenvolver (Abrantes, 2002).

Analisemos o que nos dizem Jacinto *et al.* (2001) recorrendo ao PNEF como documento orientador (2001, pp.34 – 36):

“Os processos e os resultados da avaliação devem contribuir para o aperfeiçoamento do processo de ensino-aprendizagem e, também para apoiar o aluno na procura e alcance do sucesso (...)”.

“Os objetivos de ciclo constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos” e ao mesmo tempo “considera-se que o reconhecimento do sucesso é representado pelo domínio/demonstração de um conjunto de competências que decorrem dos objetivos gerais”.

Para complicar ainda mais a situação destacamos outra ideia presente neste mesmo documento orientador que envolve os professores e o GEF afirmando que os critérios de avaliação definidos pelos mesmos permitirão definir o que é ter sucesso na EF.

Posto isto, ficam as questões “mas afinal o que é a avaliação?” “O queremos nós avaliar?” “O que é ter sucesso?” “Queremos avaliar uma performance, isto é, um resultado final, ou pretendemos avaliar um processo procurando verificar as transformações e a evolução do aluno?”.

Respondendo à primeira pergunta, “a avaliação deverá passar pela recolha sistemática de informação sobre o aluno, de forma holística, sobre os seus diversos domínios, fornecendo bases ao professor para que se possa formular um juízo de valor que facilite a tomada de decisões” (Andrade, 2013, p.35). Importante será acrescentar à opinião anterior a importância do despertar da consciência do aluno para a sua própria autoavaliação no sentido de perceber a sua evolução ao longo de todo o processo de ensino aprendizagem.

Acreditando no Desporto como um meio de transformação do Homem e utilizando as matérias selecionadas de forma a averiguar se essas transformações se verificam, será necessário o aluno possuir um determinado nível de habilidade motora para que o professor utilize essa mesma habilidade ou performance para avaliar o aluno?

Na nossa opinião tal conceção não nos parece ser a mais correta, mas não deixa de ser válida para quem acredita nela. Não nos dará mais motivação conseguir fazer com que o aluno compreenda com intencionalidade a prática da atividade em que está envolvido, demonstrando assim conseguir também desenvolver competências apresentadas nas finalidades do PNEF alcançando o mesmo sucesso?

Seja de que maneira for é preciso que o aluno e professor tenham perceção dos objetivos que pretendem atingir, mas para tal é necessário avaliar, porque não podemos dizer que desenvolvemos determinadas competências sem possuir dados (Lopes, 2014).

A aula de EF tem a particularidade apresentar diferentes tipos de alunos tal como nos apresenta o autor anterior (p.109): “alunos que percebem a situação mas não conseguem fazer; não percebem nem conseguem fazer; percebem e fazem (há os que sabem explicar e os que não são capazes de o fazer).” Sendo assim fica a questão como avaliar?

Um aluno que já é ginasta certamente evoluirá pouco conosco a nível técnico, visto já aperfeiçoar tais capacidades no treino mas, poderá desenvolver outras competências bem mais importantes como a responsabilidade em supervisionar e ajudar os colegas por exemplo. De outra perspectiva, um aluno que não consegue fazer um rolamento à frente, mas que compreende determinadas variáveis que lhe permitem refletir e evoluir na execução do mesmo elemento gímico, parece-nos a nós ser um processo de avaliação muito mais motivante tanto para o aluno como para o professor. Como podemos ver estamos perante dois processos de avaliação que têm tanto de igual como de diferente aquando da análise das potencialidades e necessidades de cada aluno.

Desenvolver a autonomia, a responsabilidade, a reflexão, a criatividade, a motivação, o espírito crítico a socialização entre outras competências parece-nos ser indispensáveis para o Homem na sociedade atual. Contudo, a escola atual ainda se foca muito no “saber fazer” procurando avaliar os alunos pela sua proficiência. Esta escola atual parece continuar a privilegiar a transmissão de conhecimentos sendo que as dinâmicas seguem no sentido de colocar o professor no centro do processo em detrimento do aluno (Lopes, 2014).

Os instrumentos utilizados para medir performances (velocidade, força entre outros) são realmente indicadores mais objetivos, mas parecem-nos redutores do real potencial da EF. Fazer perceber ao aluno de que consegue realizar algo que não conseguia, que o consegue fazer em maior quantidade, que diminuiu o nº de ações erradas, já não é mau, mas não será muito redutor? (Idem).

Dito isto parece-nos importante refletir sobre as matérias de EF e sobre outros instrumentos ou outras formas de avaliar que permitam potenciar as competências que tanto desejamos.

Se conseguirmos que, através de uma autoavaliação, o aluno perceba que melhorou o domínio de si próprio, do contexto e o relacionamento com os outros, se conseguirmos que o aluno se sinta mais autónomo, mais criativo, mais crítico e reflexivo, saiba tomar decisões, coopere com os outros entre outros aspetos, aí sim estamos perante o real potencial que a EF tem para nos oferecer (Lopes, 2014).

Contudo medir os efeitos da nossa intervenção sobre o desenvolvimento destas competências referidas anteriormente não foi tarefa fácil, visto faltarem-nos por vezes os indicadores (fruto da inexperiência em querer observar tudo) que consideramos serem essenciais na visualização dessas mesmas transformações.

É essencial que “conheçamos as potencialidades que hoje existem senão seremos apelidados de ignorantes, se as conhecermos e não as sabermos utilizar e desenvolver, somos incompetentes, se as conhecermos, se as sabemos desenvolver, mas não o fizemos somos desonestos” (Lopes, 2015, p.129).

Parece-nos que este EP permitiu-nos colocar em prática os conhecimentos adquiridos. Todavia a precisão com que o fizemos poderá não ter sido a melhor sendo então apelidados de incompetentes mas, nem tudo pode ser visto de forma negativa porque acima de tudo é preciso ser humilde e assumir que tentamos, mesmo que o processo não tenha sido o mais correto.

Em género de conclusão podemos refletir sobre a avaliação como um processo que procura potenciar a aprendizagem dos alunos tendo esta um carácter formativo e não meramente sumativo. Contudo esta avaliação não é um processo de sentido único devendo verificar claramente os níveis de aprendizagem dos alunos e, ao mesmo tempo, avaliar a nossa atuação no processo de E-A de forma a potenciar ao máximo os nossos alunos.

3.5.1.1. O Grupo Disciplinar de EF

Apesar de refletirmos sobre o sistema de avaliação não podemos fugir aos critérios de avaliação definidos pelo GEF tendo que operacionalizar o processo.

Nas tabelas abaixo apresentadas podemos verificar os critérios de avaliação definidos pelo GEF da EBSAAS, tanto para os alunos que realizavam as aulas como para os alunos impossibilitados de realizar a aula devido a atestado médico permanente.

De acordo com o Grupo Disciplinar, os alunos terão de ter competências em três domínios:

- Domínio Psicomotor - (70%), que engloba o empenhamento motor (35%); progressão na aprendizagem (20%) e teste prático (15%);
- Domínio Cognitivo - (20%), que envolve um teste escrito ou trabalho de grupo (15%) e intervenções/questões aula realizadas na aula (5%);
- Domínio Sócio Afetivo - (10%), dando ênfase ao comportamento, responsabilidade (2,5%), cooperação, participação (2,5%) e pontualidade (5%).

Os alunos que, por motivos justificáveis, não podiam realizar as tarefas práticas foram avaliados em dois domínios:

- Domínio Cognitivo - (70%), domínio que engloba as fichas e trabalhos (10%), tarefas decorrentes das aulas (10%), questões ou intervenções aula (10%) e prova ou teste escrito (40%);
- Domínio Sócio Afetivo - (30%) domínio que envolve a cooperação e participação (15%) comportamento e responsabilidade (10%) e pontualidade (5%).

Tabela 9 - Parâmetros de avaliação segundo o GEF

Domínio Psicomotor – 70%	
Avaliação Formativa	Empenhamento Motor - AFD - 35% O aluno empenha-se e esforça-se ativamente na realização dos exercícios, do domínio das AFD, considerados para aula.
	Progressão na Aprendizagem - AFD - 20% O aluno demonstra progressão / evolução a nível das habilidades / destrezas técnico, táticas e estratégicas das AFD.
Avaliação Sumativa	Prova / Teste Prático - AFD (Técnico, Tático e Estratégico) - 15% O aluno realiza / executa as habilidades / destrezas técnico, táticas e estratégicas das AFD, de acordo com as normas de referência dos programas de EF.
	Domínio Cognitivo – 20%
Avaliação Sumativa	Prova / Teste Escrito Individual ou Trabalho de Grupo - 15% O aluno realiza prova / teste escrito individual ou trabalho de grupo acerca das matérias de ensino.
	Avaliação Formativa
Domínio Sócio Afetivo – 10%	
Avaliação Formativa	Comportamento / Responsabilidade - 2,5% O aluno estabelece uma relação cordial com os companheiros, empenha-se e respeita os colegas e as instruções definidas pelo professor.
	Cooperação / Participação - 2,5% O aluno colabora, coopera e participa, com os companheiros, nas diferentes tarefas consideradas para a aula.
	Pontualidade / Equipamento EF - 5% O aluno comparece no espaço previsto para a aula, de acordo com o horário.

Tabela 10 - Parâmetros de avaliação para alunos com atestado médico permanente

Domínio Cognitivo – 70%	
Avaliação Sumativa	Prova / Teste Escrito Individual - 40% O aluno realiza prova / teste escrito individual ou trabalho de grupo acerca das matérias de ensino.
	Avaliação Formativa
Trabalhos – 10% O aluno realiza trabalhos acerca das AFD.	
Relatórios de Aulas – 10% O aluno realiza relatórios de aulas de EF.	
Domínio Sócio Afetivo – 30%	
Avaliação Formativa	Cooperação / Participação - 15% O aluno colabora, coopera e participa, com os companheiros, nas diferentes tarefas consideradas para a aula.
	Comportamento / Responsabilidade – 10% O aluno estabelece uma relação cordial com os companheiros, empenha-se e respeita os colegas e as instruções definidas pelo professor.
	Pontualidade / Equipamento EF - 5% O aluno comparece no espaço previsto para a aula, de acordo com o horário.

Embora não concordemos muito com esta avaliação, devido ao facto de ser muito limitativa (avaliação sumativa essencialmente), pois os alunos podem não estar na máxima disposição no dia

determinado, podem estar doentes, podem estar perante algum conflito familiar e são diferentes em diversos aspetos, poderemos estar a avaliar uma prestação final que logo à partida já estará limitada.

Para nós esta avaliação sumativa deve dizer respeito a todos os aspetos que evidenciam o progresso do aluno (Casteleiro, 2001). Esta avaliação sumativa deverá então surgir, do conjunto de informações contínuas que o professor obtém através da observação direta do aluno em todas as situações que lhe são solicitadas ao longo das aulas, tendo em conta todos os domínios de avaliação (Godinho, 2010; Casteleiro, 2001).

Como tal dar maior ênfase a uma avaliação formativa (diária), tentando diminuir a importância do saber fazer corretamente e valorizando o empenhamento motor, esforço, possíveis evoluções ao nível das habilidades técnicas, táticas, estratégicas e desenvolvimento de competências gerais e transversais a todas as matérias, as atitudes e valores, assim como a intervenção pertinente dos alunos nas aulas, parece-nos mais proveitoso permitindo-nos ajustar e orientar a nossa operação pedagógica. Sendo assim registamos algumas observações no decorrer das aulas, atribuindo posteriormente uma nota (embora qualitativa) no sentido de balizar a prestação dos alunos nos diferentes domínios (ver anexo J).

Esta avaliação permitiu posteriormente realizar uma avaliação intercalar dos alunos percebendo em que patamar se encontrava o dito aluno nos diferentes domínios definidos, sendo esta anexada no *dossier* de turma.

É verdade que nem sempre conseguimos ter a melhor perceção dos alunos e por vezes focávamos uns mais do que outros. Por isso é que o processo de avaliação é considerado por vezes subjetivo, pois a quantidade e complexidade de variáveis que o professor tem para observar e analisar, “impede” a obtenção da tal objetividade desejada.

3.5.2. Atividades Rítmicas e Expressivas – “o pesadelo/alegria do professor e dos alunos”

A abordagem das ARE, no caso específico a Dança, foi um processo bastante marcante e memorável no processo de formação do professor estagiário. Muitas dificuldades foram sentidas durante este processo, desde o medo do professor, a fraca aceitação dos alunos, a vergonha e a exposição social. Porém, com o decorrer da prática letiva, graças às experiências vivenciadas, graças ao comprometimento do professor com os alunos e a relação de amizade estabelecida, muitas destas dificuldades se dissiparam.

Apesar de ter sido considerada uma pequena experiência, visto só ter sido abordada no terceiro período, fica bem patente a importância da abordagem deste tipo de matérias no desenvolvimento de competências essenciais, pois a Dança é libertadora, permitindo expressar tudo aquilo que o indivíduo pensa ou sente. Por isso a criatividade está bem presente nesta disciplina, sendo que é

através da vivência que os alunos podem desenvolver a sua imaginação (Lacerda & Gonçalves, 2009).

Silva, Alcântara, Liberali, Netto e Mutarelli (2012) referem que a Dança, através da música, pode criar experiências que levem o aluno a revelar uma consciência rítmica, auditiva e intelectual. Através da Dança, da música e do movimento do corpo, o repertório motor pode ser trabalhado podendo permitir que o indivíduo atribua um significado àquilo que ouve.

Esta matéria contempla também todos os domínios (cognitivo, sócio afetivo e psicomotor) tal como nos alertam Candela, Conte, Pestana, D'anna e Paloma (2013) e leva claramente ao desenvolvimento da personalidade, o que faz dela uma matéria tão rica e completa (Batalha, 2004).

A abordagem desta matéria fez-se em duas turmas com características completamente diferentes: uma turma profissional, composta apenas por rapazes, e outra do ensino secundário. Este contexto diferenciado fez com que a nossa abordagem tivesse sido diferenciada. Todavia muitos aspetos foram tidos em comum. Uma estratégia prontamente adotada passou pela utilização do ginásio de forma a salvaguardar as vergonhas e anseios dos alunos, especialmente os da turma profissional. Esta estratégia revelou-se muito positiva porque conseguimos desprender os alunos das suas vergonhas visto que só lá estávamos nós.

É neste sentido que podemos dizer que a aula de EF pode ser um laboratório onde experimentamos situações que nos fazem evoluir e sentir mais confiantes realizando assim um *transfer* para a nossa turma de secundário. Podemos dizer que nesta experiência tanto o professor como o aluno foram aprendizes tendo em conta que nenhum havia em momento algum da sua formação enquanto alunos (isto do 1º ciclo ao secundário) tido qualquer contacto com este tipo de experiências. Houve também algum medo em iniciar todo este processo (especialmente com a turma do secundário), mas rapidamente conseguiu-se “quebrar o gelo” demonstrando-se os alunos disponíveis para embarcarem nesta nova experiência.

Acreditando em todos os benefícios que a abordagem da Dança traria, nomeadamente ao nível da relação movimento/música, expressividade, ao nível da autoestima, assim como na relação que os alunos têm uns com os outros, decidimos lecionar então conteúdos nomeadamente passos, voltas, saltos, movimentos locomotores e não locomotores permitindo aos alunos de forma autónoma em situações de ativação geral fizessem de espelho para a turma. Segundo Camargo e Finck (2010) na abordagem da Dança devemos providenciar os movimentos naturais, gerar estímulos, desafios e constante movimentação. As atividades de Dança devem ser baseadas em movimentos naturais, como correr, andar, rolar, entre outros, partindo do simples para o complexo, dos espontâneos aos construídos (Le Boulch, 1982, citado por Camargo & Finck, 2010). Esta também foi uma estratégia utilizada com a turma do ensino profissional que se revelou muito positiva.

Outra estratégia adotada passou pela demonstração de alguns trabalhos realizados pelo professor, o que na nossa opinião se revelou uma mais-valia, pois fez crer aos alunos que o professor era somente mais um “aluno” no meio deles. Tanto na turma profissional como na turma do secundário tentámos deixá-los à vontade demonstrando que não há razão alguma para terem medo da exposição. Daí muitas vezes a brincadeira ter estado presente, o que se revelou muito importante para que os alunos se sentissem mais desinibidos, conduzindo a um clima propício à aprendizagem.

Com esta dinâmica pudemos claramente lançar outros desafios mais aliciantes (especialmente na turma do secundário) como os próprios alunos desenvolverem mini coreografias em grupos, quer formados pelo professor, quer formados por eles de forma a se estabelecer uma melhor relação entre a turma. Notou-se nitidamente uma vaga de ideias onde a entreaajuda era visível, assim como a criatividade demonstrada na resolução dos desafios impostos, tendo aliando a esta matéria outras tais como os DC e a Ginástica Acrobática.

Em relação à turma do ensino profissional, mesmo com algumas resistências procurámos não só juntamente com os alunos vivenciar algumas situações relacionadas com o folclore (regadinho e mourisca de santana) mas também, ao acreditarmos neles, potenciámos as aulas no sentido de eles próprios aprenderem uma coreografia e desenvolverem a sua própria com as suas ideias, sendo o professor um mero gestor do processo.

Em jeito de conclusão podemos dizer que temos pena em não termos tido maiores experiências com esta matéria, pois acreditamos que esta poderia ter sido potenciadora de muitas mais competências que gostaríamos de ver desenvolvidas nos nossos alunos. Podemos referir que esta matéria foi uma enorme surpresa, tendo em conta as expetativas iniciais, revelando alguns indicadores (aspetos referidos pelos alunos) que demonstraram aulas motivadoras, divertidas e um espaço de entreaajuda. Outros indicadores prendem-se com a utilização dos 90 minutos de aula quando só tínhamos proposto 45, visto os próprios alunos terem solicitado que queriam prosseguir a aula com esta matéria.

É importante para o professor investir na sua formação contínua na busca por outras experiências, conhecimentos e competências. A Dança é certamente uma área onde procuraremos desenvolver competências que nos façam sentir mais capazes de numa próxima experiência (que esperamos ser breve) podermos proporcionar aos nossos alunos as mais-valias deste tipo de matérias, com mais segurança e dedicação.

3.5.3. Diferentes contextos, diferentes formas de ser e de estar

No âmbito da prática letiva tivemos a oportunidade de ficarmos responsáveis pela nossa turma, 11^º2, como também pela turma do curso profissional de informática como já fora referido. Juntando

a estas duas experiências surgiu outra oportunidade, também no âmbito da prática letiva, ao pudermos lecionar uma turma do 2º ciclo de escolaridade, mais precisamente o 5º ano.

Um dos objetivos deste estágio passou claramente por proporcionar aos professores estagiários experiências em diferentes contextos aproximando o EP da realidade escolar tendo em conta que muitos professores orientam turmas de diversos ciclos de escolaridade.

Este foi um processo com algumas particularidades, visto que uma turma era da inteira responsabilidade do professor, mas as outras duas (profissional e 5º ano) eram partilhadas com outros professores estagiários, o que apelou a uma enorme dinâmica e entreaajuda entre diferentes núcleos de estágio.

Tendo em conta tanta variabilidade entre turmas não podemos apelar a metodologias e estratégias iguais para todos. Por isso, este processo foi algo que apelou a uma enorme capacidade de adaptação e reflexão por parte do professor estagiário. Contudo nada nos impede de salientar que muitas estratégias e ideias puderam ser transferidas para os mais diversos contextos, o que tornou a experiência ainda mais rica.

Entrando em particularidades podemos referir que a turma de secundário era uma turma calma, muito heterogénea, mas com um problema de motivação para a prática desportiva, pelo que as situações lúdicas, a variedade de experiências que foi possível proporcionar bem como o conjunto de rotinas que foram sendo consolidadas ao longo do processo de E-A permitiram alcançar resultados muito positivos.

A turma de informática, pelo contrário, possuía poucos alunos (à volta de 8 por aula), era muito homogénea, gostava de competição pelo que nos focámos muito em situações de aprendizagem com recurso a formas jogadas e não analíticas (só quando necessário). Podemos salientar que muitas estratégias e muitas ideias (tendo em conta as matérias, questões de organização entre outros aspetos) que foram implementadas nas nossas turmas surgiram neste contexto, o que nos permite dizer que termos ficado responsáveis por mais uma turma só se revelou uma mais-valia.

Em relação à turma do 5º ano, uma turma com muitos alunos, muito heterogénea diferentes personalidades com a agravante de virem de diferentes escolas. O processo que envolvia duas observações e lecionar outras duas aulas foi a metodologia encontrada para que pudéssemos fazer um trabalho estruturado e em conjunto com os outros núcleos de estágio.

De salientar várias diferenças sentidas na leção desta turma em relação às outras duas turmas, nomeadamente ao nível de estratégias de organização, de intervenção, controlo da turma, estilo de ensino adotado, entre outras questões. Sendo o escalão etário mais baixo é necessária a formação de grupos estabelecidos pelo próprio professor, para que se perca o menor tempo possível. A organização espacial teve de ser particularmente cuidada de forma a evitar que ocorressem incidentes, especialmente quando recorremos a muito material.

O controlo da turma teve de ser realizado de uma forma mais eficaz, pois tendo em conta o estado maturacional destes alunos havia maior probabilidade de ocorrerem comportamentos desviantes que pudessem colocar a segurança dos alunos em risco.

Em relação à nossa intervenção tivemos um cuidado especial, visto que podemos ser um exemplo para estas crianças. Devemos falar corretamente, expormos as nossas ideias numa linguagem concisa e clara, proporcionar *feedbacks* essencialmente prescritivos e proporcionar um clima positivo, entre outras questões.

Esta forma de ser e de estar variou essencialmente pelos seguintes fatores: alunos de diferentes faixas etárias, nº de alunos, maturidade, motivações e preferências, objetivos e aspirações futuras, personalidade entre outros aspetos. Sabemos que o tempo despendido para cada uma das turmas foi diferente, mas tivemos igualmente que nos adaptar a uma miscelânea de variáveis que só com muita reflexão e preparação foi possível fazer face a tanta imprevisibilidade.

Esperamos que este tipo de experiências continuem a ser facultadas aos próximos estagiários, pois acreditamos que, futuramente nesta área de ensino podemos ser sujeitos a qualquer tipo de turma, independentemente da idade e respetivo ciclo de escolaridade, pelo que assim ficamos mais preparados para enfrentar estas situações. Podemos referir, acima de tudo, o espaço de reflexão e de entreajuda que todo este processo envolveu entre professores orientadores e professores estagiários, pois sem estes dois aspetos fundamentais não seria possível passar por esta experiência.

3.5.4. Estudo EFERAM-CIT UMa - Enquadramento

Com quase todas as etapas do EP concluídas surgiu uma preocupação em relação à atividade e aptidão física inerente às escolas da Região Autónoma da Madeira (RAM) por parte do Departamento de EF da Universidade da Madeira.

Segundo Jacinto *et al.* (2001, p.14), “conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas”, bem como “conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar”, são objetivos gerais da disciplina de EF. Sendo assim parece-nos importante que a escola procure educar para a saúde e hábitos de vida saudável para que o bem-estar do indivíduo seja assegurado (Baptista, 2010).

Dito isto, a pertinência deste estudo justifica-se, entre outras, pelas seguintes razões:

- A participação ao longo da vida em atividades físicas tem um impacto positivo significativo na saúde e bem-estar geral das pessoas;
- A EF assume um papel elementar no processo educacional, porque prepara as crianças e adolescentes para adotarem estilos de vida mais saudáveis;

- Hábitos e atitudes relativos à atividade física desenvolvidos na infância e adolescência podem perdurar até à idade adulta com impacto direto na saúde e qualidade de vida das pessoas;
- Uma das principais missões da EF é, “promover ambientes” que potenciem a aquisição de hábitos de atividade física ao longo da vida;
- O desenvolvimento da aptidão e melhoria dos *skills* são importantes, mas devem ser enquadrados num objetivo mais amplo: formar alunos com conhecimentos, atitudes e *skills* para serem mais ativos ao longo da vida.

Embora fosse um pouco ambicioso nesta altura seria pertinente fazer chegar este estudo a todas as escolas da RAM. Todavia achámos por bem selecionar as escolas onde estavam inseridos os diferentes estagiários. De salientar que o estudo só foi possível graças à entreajuda e dinâmica estabelecidas entre os diferentes núcleos de estágio que, após sessões intensivas referentes às metodologias aplicadas (medições antropométricas e testes de aptidão física) foram para o campo recolher tais dados.

Os objetivos apontados na base do estudo dizem respeito à importância da caracterização da perceção e atitude dos alunos face à EF escolar; descrição dos estilos de vida dos alunos; investigação da relação entre a perceção e atitude dos alunos face à EF, tendo em conta os estilos de vida.

3.5.4.1. Métodos e procedimentos

Após uma reunião com os diferentes orientadores das escolas e da Universidade da Madeira, fizeram-nos chegar as informações sobre o estudo, enunciando todos os procedimentos realizados desde a fase de conceção, preparação da equipa até à recolha de dados.

O trabalho desenvolvido pelos professores do departamento implicou pesquisar e selecionar os instrumentos mais adequados, através de uma pesquisa bibliográfica; adaptar e validar esses mesmos instrumentos após os pré-testes (questionários); elaborar um manual de procedimentos que permitisse a qualquer voluntário do estudo explicar aos participantes do mesmo, qual o seu propósito e responder a possíveis dúvidas de elaboração.

Enunciamos agora os tópicos relativamente à fase de preparação e recolha de dados:

- Apresentação do protocolo geral de avaliação aos estagiários;
- Treino da equipa de campo, em laboratório com todos os instrumentos (questionários, aptidão física e composição corporal) num horário que conviesse a todos os voluntários;
- Realização do estudo piloto na escola Francisco Franco de forma a testar e verificar possíveis falhas e soluções sobre o protocolo utilizado;

- Entrega e recolha de consentimentos que permitissem a participação no estudo das respetivas turmas assim como a criação de um número de identificação utilizando a escola, género, ano de nascimento e número de participante (ex.:011911000);
- Realização dos questionários *on-line* às respetivas turmas respeitando os procedimentos de elaboração;
- Realização do estudo piloto (2ªsessão) de forma a conferir a fiabilidade dos avaliadores que se verificou alcançada;
- Avaliações da aptidão física e composição corporal nas respetivas escolas sendo que cada estagiário seria responsável pela elaboração do plano de avaliação da sua turma.

3.5.4.2. Principais ilações

Este estudo demonstrou a sua complexidade pelas dificuldades que trouxe desde a sua conceção, na escolha dos instrumentos a utilizar, a preparação da equipa que iria recolher os dados e a própria recolha de dados que se revelou desgastante e difícil tendo em conta a conciliação dos diferentes núcleos. Contudo é de referir que por mais dificuldades encontradas, procurámos numa reflexão grupal, ideias e soluções que vieram agilizar o processo e tornou esta experiência mais rica e importante.

Em relação às avaliações propriamente ditas, realizadas nos diferentes núcleos de estágio, revelaram uma enorme entajada e cooperação no sentido de destacar o maior número de reforços consoante as datas de avaliação. É de louvar o esforço e dedicação dos diferentes núcleos de estágio neste processo uma vez que voluntariamente e por vezes com muitas dificuldades não deixaram de se deslocar a outras escolas.

Um outro ponto positivo passou pela especialização dos estagiários em determinadas estações, o que fez com que a recolha dos dados revelasse uma maior fiabilidade visto o à vontade que foram sentindo com o passar do tempo.

Após uma grande entajada e cooperação entre núcleos todos os dados foram recolhidos estando prontos para serem analisados e discutidos. As diferentes turmas avaliadas assim como os diferentes ambientes escolares revelaram diferentes problemas de aplicação, nomeadamente ao nível do preenchimento dos questionários e até mesmo na aplicação dos testes, mas graças a uma equipa multidisciplinar, que foi bem preparada para o efeito, tudo se resolveu.

Existem diversas formas de obter dados relativamente à condição física e parâmetros de saúde e muitas vezes o que acontece é que esses dados são recolhidos com base em metodologias que não são aceites cientificamente. Este ano, durante o nosso estágio ao realizarmos a avaliação da condição física recorreremos a duplas de alunos onde cada um registava a performance do colega correndo o risco de obtermos dados que não correspondiam à realidade. Este protocolo utilizado no

estudo realizado tem uma validação mais sustentada do ponto de vista metodológico, pois houve uma preparação de uma equipa de campo que claramente recolheu dados de forma mais fidedigna.

Os dados alcançados permitem fazer uma análise mais completa do estado físico e de saúde do aluno e a formação que tivemos em relação aos procedimentos de avaliação permitem que num futuro próximo possamos aplicar esta mesma metodologia no meio escolar.

Embora este projeto tenha uma grande importância, tendo em vista o seu potencial, teria sido mais desejável que a recolha de dados fosse feita mais cedo, pois os dados recolhidos não nos permitirão realizar uma análise longitudinal dos alunos e muitos dos dados não são comparáveis com os já alcançados até ao final do 2º período, tendo em conta a metodologia aplicada desde o início do ano.

Como o próprio nome do estudo revela é necessário compreender, intervir e transformar, porque se recolhemos os dados e não trabalhamos sobre estes fizemos um trabalho sem qualquer intencionalidade e esta deve estar presente em tudo aquilo a que nos submetemos.

Resta-nos dizer que todo o trabalho realizado só vem dar ainda mais crédito ao Mestrado em Ensino de EF, que procura garantir a qualidade que se espera ver reconhecida graças a este tipo de iniciativas. Esta qualidade só podia ser implementada graças ao contributo dos “professores da casa” responsáveis pelo projeto, assim como dos alunos (professores estagiários) que tiveram a oportunidade de adquirir competências, não só técnicas como também de gestão e organização, dando boas indicações que dentro em breve estarão à altura dos desafios colocados na docência em EF.

3.6. Outras atividades

Um dos objetivos propostos pelo professor estagiário passou por promover o desenvolvimento profissional, quer individual quer coletivo, no meio escolar. Por isso não havia melhor maneira de integração do que participar nas atividades internas que o próprio departamento e escola desenvolvem no sentido de promoverem a AF e a competição desportiva.

3.6.1. Corta Mato

Em relação ao corta-mato ficámos com a função de contar voltas e recolher tempos dos alunos num evento que promoveu claramente a AF e o Desporto. Foi um dia muito bem passado junto dos nossos colegas do GEF, sendo umas das primeiras atividades para que fomos convidados a participar. Permitiu-nos interagir com os nossos “novos” colegas tendo funcionado quase como uma atividade de boas vindas.

3.6.2. Torneio de Andebol

No torneio de Andebol ficámos responsáveis por arbitrar alguns jogos e supervisionar as equipas, organizando-as consoante fossem chegando ao pavilhão. Foi muito interessante também verificar a inclusão de alunos na supervisão de alguns campos, ficando estes responsáveis por arbitrar e fazer chegar à mesa os resultados. Esta envolvência entre os diversos intervenientes da comunidade escolar só deixa transparecer o excelente ambiente que se vive neste estabelecimento de ensino onde entre o professor e o aluno não existem barreiras que impeçam o diálogo e a entreajuda.

3.6.3. Prevenção Rodoviária

O Plano de Prevenção Rodoviária procurou sensibilizar os alunos para questões de trânsito, de forma a prevenir, não só num futuro próximo, para o ato da condução, mas também para os direitos e deveres enquanto peão.

Esta atividade veio a revelar-se muito bem conseguida no sentido em que envolveu quase todos os professores do GEF na montagem e desmontagem de material, supervisão, controlo dos alunos e apuramento de pontos consoante as infrações cometidas ou não durante o percurso. O objetivo passou por destacar o campeão da escola e possíveis representantes num encontro que envolveu outras escolas da RAM.

3.6.4. Desporto Escolar

O Desporto Escolar tem um grande impacto na nossa escola e é uma atividade que envolve bastantes alunos e destaca muitos professores. Infelizmente não tivemos a oportunidade de treinar nenhuma equipa, mas participámos no acompanhamento de alguns alunos, nomeadamente do Badminton nas competições em que estavam envolvidos.

Mesmo que não tenhamos acompanhado os alunos durante os treinos foi muito interessante acompanhar a competição, pois permitiu-nos colocar em ação algumas das competências adquiridas durante o estágio, nomeadamente ao nível da intervenção pedagógica. Sendo uma atividade em que a competição está presente foi muito bom para nós, enquanto professores sermos reconhecidos por alunos com os quais não estabelecemos uma relação diária o que se só demonstra que esta integração neste estabelecimento de ensino é de muito “fácil” alcance.

Podemos referir que durante estas atividades, e ao longo do ano letivo, este objetivo a que nos propusemos foi claramente alcançado.

Conseguimos estabelecer uma relação muito segura e afável com todos os professores do GEF sem que houvesse aquela barreira entre professor estagiário e professor do quadro. Esta relação

permitiu-nos também desenvolver atividades como a ação científico pedagógica individual e o V Festival da Levada com a enorme ajuda dos nossos colegas.

3.6.5. Atividades com outras escolas

Este estágio não permitiu apenas participar em atividades dentro do próprio estabelecimento de ensino, possibilitando também a criação de laços com outros núcleos de estágio e respetivas escolas, através do auxílio e supervisão de algumas atividades desenvolvidas.

Destacamos a atividade proposta pelo Núcleo da Escola Francisco Franco com o Franquinho 2.0 e as medições de indicadores de saúde onde estivemos envolvidos na supervisão dos jogos tradicionais assim como no controlo dos participantes (professores e funcionários) que pretendiam medir alguns indicadores de saúde.

Outra atividade na qual também estivemos inseridos foi a Ação de Extensão Curricular organizada por dois Núcleos das escolas Francisco Franco e Gonçalves Zarco respetivamente. Esta atividade decorreu no complexo desportivo da Água de Pena, pelo que estivemos novamente envolvidos na supervisão de algumas atividades desenvolvidas por ambos os Núcleos como o caso do Ténis de Campo, Orientação e Futebol.

É de salientar a mais-valia deste tipo de contributos que podemos fornecer aos outros núcleos, pois todos nós acabámos por ganhar com este tipo de iniciativas. Por um lado ficámos a conhecer o trabalho desenvolvido por outros núcleos, o que poderá trazer algumas ideias a implementar nas nossas escolas, por outro lado fica bem cimentada a relação que se estabelece num futuro que se espera próximo na conceção de outras atividades ou eventos.

4. ATIVIDADE DE INTERVENÇÃO NA COMUNIDADE ESCOLAR

4.1. Enquadramento

A AICE destina-se a toda a comunidade escolar (alunos, EE, funcionários e professores) e assume um carácter de complemento curricular.

No início do ano, quando discutimos as atividades juntamente com o orientador cooperante, decidimos manter a atividade do ano anterior, designada de “Festival de Desporto da Levada”, atividade esta que já é realizada há 4 anos consecutivos. Esta atividade foi integrada na semana das expressões, mais especificamente no dia da Educação Física, dia 17 de março de 2016.

Sabe-se que a EF é muito importante ou devia ser. Não basta colocar uma bola dentro de campo e deixar os alunos jogar, é necessário planear com intencionalidade. Por isso, o PNEF procura orientar o professor na transmissão de conhecimentos sobre a saúde, aptidão física assim como das diferentes matérias/desportos, tentando sempre individualizar ao máximo a sua intervenção, de forma inclusiva e não seletiva (Jacinto *et al.*, 2001).

O EP alberga diversas funções/atividades a serem desenvolvidas pelos mestrados, entre as quais organizar um evento tal como este, que procura fornecer competências essencialmente organizativas e comunicativas no sentido de poder oferecer a toda a comunidade escolar um conjunto de experiências (atividade física/atividades desportivas) não tão usuais. O objetivo passa, não só por fazer passar pela experiência, mas também por promover o gosto pela atividade física/prática desportiva, seja ela formal ou informal. São de salientar as experiências mais ligadas aos DC e às ARE, salientadas no início do ano como áreas/temáticas menos abordadas pelos professores do departamento de Educação Física, tendo em conta a falta de formação/à vontade com as matérias.

Todo este processo seria impossível sem a articulação com outras entidades, designadamente professores, funcionários e alunos da escola assim como entidades exteriores à escola.

Na elaboração desta atividade estiveram inerentes diferentes procedimentos que procuraram uma estruturação e organização da mesma procurando posteriormente refletir de forma crítica todo o processo, desde a ideia até à sua conceção.

4.1.1. Objetivos

- Salientar à comunidade educativa a importância da Educação Física e da Atividade Física;
- Proporcionar à comunidade educativa diversas atividades/práticas desportivas;
- Promover o gosto pela prática de atividade física/prática desportiva de forma formal e informal.

4.2. Métodos e procedimentos

A atividade teve que ser preparada com alguma antecedência, para garantir o sucesso da mesma, pelo que, foi necessário realizar um conjunto de procedimentos *à priori*.

Foi necessário, primeiramente, definir que tipo de atividades gostaríamos de proporcionar à CE, salientando as ARE, como é o caso do Hip-Hop, Ginástica Aeróbica, Rítmica e Zumba, assim como os DC, ou seja, Capoeira, Esgrima e Judo, matérias estas referenciadas pelos professores do GEF como “lacunas” na formação dos mesmos.

Foi estabelecido o contacto com as potenciais entidades interessadas em colaborar na realização do evento, através de contacto formal e informal (*e-mail*, *Facebook*, telefone e boca-a-boca). Foram também programadas visitas ao espaço escolar de forma a perceberem e verificarem as condições espaciais e materiais para uma melhor definição e organização das diferentes atividades.

Após a confirmação dos respetivos interessados foi concebido o programa definitivo da atividade, estabelecendo o início e fim da mesma, assim como a duração de cada atividade, tendo em conta a disponibilidade das entidades, a distribuição horária das turmas que tinham aula de EF no dia da atividade assim como outras turmas potencialmente interessadas em se inscrever.

Posteriormente foi realizada e entregue ao Conselho Executivo, uma ficha com a organização do evento no sentido de fornecer informações da hora de entrada, material e viaturas que iriam fazer chegar ao estabelecimento de ensino, garantindo que esta entidade estaria sempre a par do envolvimento e desenrolar da atividade.

A última fase prendeu-se com a divulgação. Tratámos de construir o cartaz que permitiu divulgar o evento (ver anexo K). Seguidamente reunimo-nos no Conselho Executivo, para tratar da divulgação junto dos docentes e respetivas turmas, através da realização de uma circular que procurou alertar toda a comunidade escolar da realização do V Festival de Desporto da Levada. Procedeu-se à colocação dos cartazes em pontos estratégicos (ex.: bar dos professores e alunos, espaços circundantes e instalações desportivas). A ficha de inscrição para as turmas que não tinham EF no horário foi afixada no bar dos professores para que estes pudessem inscrever as respetivas turmas.

Para garantir recursos humanos de apoio à atividade realizámos uma folha com os horários das atividades solicitando aos professores na reunião de grupo, que nos ajudassem, essencialmente na supervisão das suas turmas, na realização de algumas atividades tais como a Ginástica Rítmica e Aeróbica e, principalmente, no convívio entre os jogadores do Madeira SAD e os alunos da escola.

4.3. Realização

O dia 17 de março, entre as 8:45h e as 16:30h, ficou marcado pelo V Festival de Desporto da Levada. O dia foi repleto de atividades distribuídas pelos diferentes blocos de 45 minutos e espaços tendo em conta os diferentes materiais utilizados.

De referir que a maioria das atividades esteve confinada ao pavilhão, no sentido de albergar mais pessoas e garantir maior controlo dos alunos, não só pelos professores responsáveis pela turma mas também pelos outros responsáveis.

As atividades estavam destinadas às turmas que tinham EF, todavia outras turmas exteriores também poderiam usufruir das mesmas. Salienta-se a não realização de atividades em simultâneo nos espaços exteriores (campo 2, 4 e 5) no sentido de permitirmos aos alunos a continuidade da prática de AF, de forma informal, garantindo assim um dos objetivos propostos.

Os professores estagiários ficaram responsáveis por receber as entidades assim como os alunos encaminhando-os para as diversas atividades. Procurámos também a colaboração dos restantes professores do GEF, dos alunos e de funcionários na supervisão, organização, transporte, montagem e desmontagem de material.

No geral podemos salientar um dia repleto de atividades com enorme adesão por parte dos diferentes intervenientes da CE.

4.4. Principais ilações da AICE – V Festival de Desporto da Levada

A AICE teve como objetivo principal comprometer e envolver todos os agentes educativos (alunos, professores, funcionários, direção) no sentido de planear e concretizar diversas atividades dando a devida visibilidade ao meio escolar que nos acolhia nesse momento.

Este Festival vem sendo realizado há quatro anos e, indo ao encontro do propósito das edições anteriores, também procurámos expor a toda a escola atividades “pouco conhecidas ou pouco abordadas” pelos professores tais como as ARE e os DC de uma forma que motivasse e envolvesse bastante os alunos.

É verdade que após esta atividade ter sido dada como encerrada é preciso olhar para alguns aspetos de forma crítica, pelo que fazemos um levantamento de alguns aspetos positivos e negativos, desde o seu planeamento até à sua conceção.

4.4.1. Fase de Planeamento (pré-atividade)

No sentido de satisfazer as exigências dos principais interessados do festival realizámos várias reuniões com o nosso orientador cooperante, com o propósito de selecionar as atividades que poderiam ter grande adesão e as que fossem possíveis de trazer à escola. Também nestas reuniões foram tratados assuntos importantes para o sucesso da atividade, tais como a organização dos

tempos letivos, disposição das atividades pelos espaços disponíveis e a documentação necessária à divulgação e realização do evento.

Todos os aspetos referidos tiveram em conta a disponibilidade das instalações, visto ser o último dia de aulas e os espaços estarem completamente disponíveis para a realização das atividades. Neste aspeto podemos revelar uma boa interligação entre os professores estagiários e o professor orientador cooperante resultando posteriormente na conceção de uma atividade bem organizada.

Após selecionarmos um conjunto de atividades solicitámos o apoio de várias organizações a fim de exporem o seu “trabalho”. Procurou-se entrar em contacto com as várias entidades entre meados do mês de fevereiro e início do mês de março através de várias abordagens como o *e-mail*, *Facebook*, telefone e “boca-a-boca”. Tendo em conta o volume de trabalho a realizar durante o EP podemos referir que as estratégias para estabelecer o contacto com as entidades revelaram-se as mais adequadas, pois era impossível reunir com todos. Contudo é de salientar que estes contactos foram realizados tardiamente, pois implicou que algumas respostas fossem dadas muito em cima da atividade e também dificultou a nossa tarefa em arranjar atividades alternativas aquelas cuja resposta tinha sido negativa. Como tal, num futuro evento tais contactos devem ser realizados o mais rapidamente possível, de forma a garantir o compromisso das entidades convidadas e, se possível, pessoalmente.

Em relação à CE salientamos que nesta fase poderíamos ter potenciado melhor os recursos humanos da escola. Em relação ao Conselho Executivo podíamos ter solicitado outros contactos que nos aproximassem de outras entidades que fossem também pertinentes na realização da atividade.

Não foi solicitada a intervenção dos nossos alunos na realização desta atividade, embora pudesse ter sido uma mais-valia, tendo em conta que estes poderiam ter-se sentido úteis na conceção de alguma atividade ou até mesmo na sua supervisão, contudo verificámos um calendário apertado em relação aos testes e trabalhos assim como uma deslocação à Universidade da Madeira no dia do evento o que nos fez desistir da ideia.

Uma possível estratégia para combater a situação e conseguir envolver mais os alunos na conceção do evento passou por convidar alguns alunos do curso de Desporto, no âmbito do seu estágio, a desenvolverem atividades que podiam ser implementadas no próprio dia do Festival. Inicialmente a resposta foi positiva mas, posteriormente, os alunos desistiram, alegando que a parceria com outras entidades (patrocínios) que construiriam por exemplo rampas para a atividade de BTT tinha sido cancelada. Infelizmente foi uma oportunidade perdida para ambas as partes, pois podíamos não só envolver os alunos neste processo como também estes cumpririam um requisito obrigatório para o seu estágio.

Em relação aos funcionários no recinto desportivo destacamos essencialmente a supervisão do material a ser utilizado e a definição de algumas tarefas a serem desenvolvidas, nomeadamente o transporte e arrumação de material assim como organização dos espaços das atividades.

É verdade que alguns contratemplos existiram e o programa sofreu alterações constantes ao longo do processo, todavia queremos realçar o papel fundamental de alguns professores do GEF, pois muitos deles encurtaram o caminho entre a escola e algumas das entidades convidadas ajudando assim a garantir a presença antecipada no evento. Destacamos assim o seu enorme empenho e dedicação na busca pelo sucesso do mesmo.

Até quase ao dia do evento algumas entidades desistiram da sua participação atribulando a organização do mesmo, contudo a alternativa passou por um de nós assumir uma estação nos DC levando a uma menor supervisão e controlo do evento no horário programado para o mesmo bloco de atividades assim como na recolha e montagem de material. Felizmente o bloco de atividades posteriores ficou a cargo de outra professora do GEF o que não comprometeu os horários estipulados.

Relativamente à divulgação do evento, foram utilizados cartazes, estrategicamente colocados na sala dos professores, bar dos alunos, recreio, pavilhão entre outros. Outra forma de divulgação prendeu-se com a realização de uma circular que pretendeu informar todos os professores e alunos que estivessem interessados no evento, que podiam inscrever-se numa ficha de inscrição anexada no bar dos professores. Esta divulgação também foi algo tardia, embora pareceu-nos adequada no sentido em que a informação circulou por toda a escola chegando a um maior número de funcionários, alunos e professores. Podíamos, para além da comunicação envolvida, ter utilizado a rádio da escola durante os intervalos para divulgar o evento.

Nos últimos dias antes da atividade, contactámos novamente todas as instituições, com o intuito de voltar a confirmar as horas de entrada, qual o material necessário e o espaço que estava destinado para cada atividade.

Foi realizada uma reunião, no dia anterior ao evento, de forma a informar todos os professores do GEF quais as atividades e horários das mesmas, assim como a função estipulada para os professores disponíveis para auxiliar no evento. Um dia antes da atividade testámos todo o equipamento necessário, com o objetivo de ter tudo preparado e para que no dia evitássemos grandes improvisações.

4.4.2. Fase de Conceção (atividade)

A fase de conceção da atividade decorreu dentro do previsto, tendo em conta o planeamento realizado até então, e destacando o trabalho realizado pelos professores do departamento, alunos e funcionários.

A AICE teve início na hora prevista, pelo facto da chegada antecipada dos professores estagiários e também foi importante a chegada adiantada dos *STG Crew*, que facilitou o início da atividade, visto que as turmas que tinham EF já se encontravam no espaço destinado para um dia repleto de ação.

Após esta atividade, a Ginástica Aeróbica estava programada em frente ao bar dos alunos. Algum material, como colchões e coluna, foram necessários e faltou alguma ajuda por parte dos alunos do Curso de Desporto que se tinham disponibilizado, mas decidiram depois participar/assistir às atividades e não nos ajudaram quando foram solicitados. A estratégia mudou rapidamente e, embora não fosse a mais apropriada, o transporte ficou então a nosso cargo e de alguns alunos e funcionários que se voluntariaram. O facto de sermos só dois dificultou a nossa ação no sentido em que tínhamos após esta atividade outras três em simultâneo sendo que numa delas um de nós iria estar envolvido. Felizmente a professora Cristina Caré assumiu as rédeas da demonstração de Ginástica e o controlo da mesma.

As atividades do turno das 09:45h às 10:30h iniciaram com alguns minutos de atraso, devido ao atraso dos responsáveis pelas atividades e a todos os problemas indicados anteriormente. Neste turno, também sobrepuseram-se duas funções sobre um dos professores estagiários, sendo que este teve que orientar a aula de Capoeira e encaminhar as turmas inscritas para a atividade. Uma possível solução poderia passar simplesmente por destacar um dos professores disponíveis para que este fosse responsável por orientar as turmas que se deslocavam para o pavilhão e para as respetivas atividades.

A Ginástica Rítmica do Marítimo, veio suavizar o desgaste anterior facilitando a desmontagem do material necessário para o *Karting*. Assim um dos dois professores ficou responsável pela supervisão da atividade juntamente com a professora Susana e outro por ajudar a desmontar o material.

Tendo em conta os contactos privilegiados de uma das professoras do nosso grupo, esta mesma estabeleceu o contacto com os responsáveis do Madeira Andebol SAD e, como tal e mais uma vez, um de nós supervisionou esta atividade ficando o outro responsável por preparar o material necessário para a seguinte. Inicialmente queríamos uma demonstração de jogo entre as equipas feminina e masculina, todavia acabou por não acontecer estabelecendo o objetivo de não só os alunos do desporto escolar e do clube escola poderem estar presentes, mas também qualquer aluno que estivesse na bancada pudesse ter a oportunidade de estar envolvido no jogo. Consideramos assim que as alterações realizadas vieram melhorar os objetivos inicialmente propostos, visto que houve mais alunos envolvidos e a estarem perto de alguns dos seus ídolos.

Destaque para a organização das atividades de forma massiva e por estações dentro do pavilhão o que facilitou a supervisão dos alunos deixando os espaços exteriores para atividades informais

organizadas pelos próprios alunos destacando sempre a atividade física quer de forma formal ou informal.

Relativamente à CE, salientamos a visível satisfação global dos participantes, tendo as atividades propostas uma grande aceitação, na maioria dos momentos (destaque para a *Zumba*, *Hip Hop*, Andebol e Desportos de Combate). Muitos dos alunos questionados revelaram enorme satisfação na participação das atividades, tendo agradecido a realização do evento e destacando ter sido bastante apelativo, face a grande variedade de atividades.

Os funcionários que participaram e nos ajudaram na organização também revelaram usufruir de algumas atividades nomeadamente a *Zumba*, mostrando grande satisfação.

Os professores da escola, tanto de EF como de outras disciplinas, aproveitaram ao máximo as atividades propostas (destaque novamente para a *Zumba*) e também elogiaram-nos pela excelente organização do evento na promoção da AF.

Em relação ao Presidente do Conselho Executivo, esteve presente sempre que possível na receção das entidades, sendo que quando não esteve presente fez-se representar pelo professor Ricardo Silva que também nos felicitou pela dinâmica e o excelente clima de festa proporcionado pelo V Festival de Desporto da Levada.

Em suma, o balanço revela-se positivo, ainda que alguns fatores tivessem influenciado a eficácia do processo (fatores temporais). Como já foi referido a necessidade em conciliar a prática letiva e a nossa inexperiência em articular todas as tarefas decorrentes do EP, nomeadamente a conceção deste tipo de eventos, fez com que houvesse algumas dificuldades que nos impediram de operacionalizar a atividade de uma melhor forma. Os objetivos, no nosso entender, foram conseguidos tendo em conta a enorme participação e satisfação dos participantes, tanto na realização das atividades propostas como na prática de atividade física informal decorrente da disponibilização dos espaços exteriores para tal.

Destacamos também o impacto social do evento com a publicação de artigos com comentários favoráveis por parte do Diário de Notícias da Madeira.

4.4.3. Recomendações

Em jeito de conclusão, apresentamos algumas recomendações com base nos aspetos menos positivos e focando a questão dos prazos e do tempo necessário para planear uma atividade deste género. Consideramos que um planeamento antecipado poderá ter as seguintes vantagens:

- Comprometimento mais sólido das entidades convidadas assim como dos potenciais alunos interessados em dinamizar as suas atividades;
- Sensibilização do GEF de forma a implicar-se ainda mais no projeto podendo tornar-se numa atividade contemplada no Plano Anual de Atividades;

- Estabelecimento de horários e atividades que permitam a participação de todos os intervenientes da CE;
- Captação dos EE ou outros familiares no evento, seja na participação das atividades ou promoção de empresas (se possível ligadas à alimentação saudável e atividade física);
- Destacamento de funções mais precisas para os funcionários, professores e alunos que pretendam ajudar na organização e conceção do evento (supervisão de atividades, transporte de material, divulgação, receção das entidades...)
- Solicitação de outros meios externos no controlo e supervisão das atividades (outros núcleos de estágio, EE ou outras pessoas externas);
- Exploração dos meios de comunicação social, através do jornal e/ou rádio da escola ou outros alunos interessados na realização de entrevistas aos participantes do evento de forma a obtermos dados mais relevantes sobre o balanço do mesmo.

5. ATIVIDADES DE INTEGRAÇÃO NO MEIO

5.1. Ação de Extensão Curricular - Enquadramento

A AEC tem como objetivo complementar o currículo dos alunos. Como tal procurámos considerar a turma onde exercemos a nossa atividade pedagógica, procurando, para além dos alunos, envolver outras entidades, como os EE, tendo em conta as linhas programáticas das atividades do EP.

Embora os alunos em questão ainda se encontrassem no 11º ano e ainda lhes falte um ano para concluírem o secundário, pareceu-nos interessante desenvolver uma atividade no sentido de fomentarmos o gosto pela prática desportiva regular e autónoma.

Tendo em conta que no início do ano as AEN foram amplamente solicitadas, achámos por bem que deveríamos optar por esta escolha, pois é sempre pertinente criar situações que solicitem comportamentos diferentes das matérias que os alunos são sujeitos na escola. Sendo assim procurámos que os alunos pudessem fazer parte ativa da organização da atividade, adquirindo algumas competências, que fosse uma atividade prazerosa e motivadora e que não estivesse contemplada no plano de estudos da escola.

É inegável que a Ilha da Madeira é um local bastante propício à prática de AEN, tendo em conta a proximidade do mar e da serra e as condições climatéricas bastantes favoráveis à prática desportiva *outdoor*. Considerando os benefícios da prática desportiva ao ar livre e as motivações dos nossos alunos não devemos privá-los deste tipo de experiências, por isso, pareceu-nos extremamente importante conferenciar com os mesmos no sentido de obtermos algumas ideias para a ação.

As atividades propostas estavam todas ligadas a matérias de DAM passando então a referenciar o modelo que caracteriza este tipo de atividades: $y = fun [x]$, em que y são os comportamentos solicitados (resposta) ao aluno e x as problemáticas ou variáveis em jogo existentes num contexto instável delimitado.

Estando esta atividade inserida no modelo taxómico dos DAM é de salientar as principais variáveis em jogo, como a adaptação a um meio que se pretende compreender, aliado à capacidade que o indivíduo tem de conseguir analisar os indicadores que esse mesmo meio oferece.

Algumas opções foram tidas em conta num processo conjunto com os alunos, destacando-se as seguintes:

- Hipismo e prova de Orientação;
- *Laser Tag* ou *Paintball*;
- Atividades Náuticas.

É de salientar que todo o planeamento desta ação foi sofrendo alterações procurando identificar os pontos fortes e fracos das diferentes perspetivas dos alunos e o seu contributo na organização da atividade.

5.1.1. Objetivos Gerais e Específicos

Objetivos Gerais

- Reforçar o gosto pela prática desportiva e envolver os alunos na organização de uma atividade;
- Desenvolver atividades que vão ao encontro das motivações dos alunos;
- Envolver os EE na participação da atividade planeada;
- Promover as atividades náuticas de *Canoagem*, *Stand Up Paddle*, *Vela* e *Vela adaptada*;

Objetivos Específicos

- Proporcionar vivências de matérias de adaptação ao meio;
- Desenvolver competências no âmbito dos DAM:
 - Desenvolver a capacidade motora/coordenação geral e específica da *Canoagem/Stand Up Paddle/Vela*;
 - Desenvolver a capacidade de adaptação e compreensão num meio instável/equilíbrio dinâmico;
 - Desenvolver a capacidade de concentração e a capacidade de ler indicadores do meio (próprio indivíduo, contexto e material);
- Desenvolver a solidariedade e responsabilidade cívica dos alunos.

5.2. Métodos e procedimentos

No início do mês de fevereiro, como já referido anteriormente, foram solicitadas aos alunos algumas atividades que pretendessem realizar fora do contexto escolar, sendo que estes seriam responsáveis por definir três e o professor uma, atendendo aos seguintes fatores: qual a atividade a desenvolver; custos inerentes (custo da atividade, transporte, lanche, seguro etc); formas de organização da atividade (delineamento da atividade) e data de realização.

Após a pesquisa realizada pelos alunos as atividades a realizar passavam por: Hipismo e Orientação; *Laser Tag* e *Paintball* às quais se juntaram as Atividade Náuticas sugeridas pelo professor. Os alunos revelaram algumas dificuldades em se organizarem e definirem quais as atividades que gostariam de realizar, muito pelo facto de serem atividades que envolviam custos adjacentes (transporte, seguro, lanche e a própria atividade). Algumas soluções foram encontradas

no sentido de realizar o pagamento total da atividade, através de realização de barraquinhas na escola, contudo a ideia ficou por terra, pois alguns alunos recusaram-se a implementar tal ideia.

Na aula seguinte, e após alguma reflexão por parte dos alunos, verificámos que seria difícil continuar com esta estratégia (incutir responsabilidade dos próprios alunos conceberem a sua própria atividade) e, como tal, assumimos um pouco as rédeas da situação propondo uma votação sobre as atividades definidas. A escolha recaiu sobre as Atividades Náuticas sendo uma atividade que envolvia menos custos e seria do agrado da maioria dos alunos. Consideramos então a importância e a motivação em explorar um meio que normalmente os alunos não têm acesso na escola sobretudo pela indisponibilidade material, espacial e temporal de muitas escolas na leção deste tipo de atividades (como é o caso devido à indisponibilidade da piscina).

Sendo assim e partindo do ponto que um dos objetivos das áreas de opção passa por realizar AEN de forma correta e adequada tendo em conta a especificidade das matérias, regras de organização, segurança e preservação do ambiente (Jacinto *et al.*, 2001), nada nos pareceu mais adequado do que conjugar quatro atividades náuticas (Canoagem, Vela, *Stand Up Paddle* e Vela adaptada) para que os alunos pudessem experienciar diversas realidades num meio que lhes é conhecido, mas pouco habitual.

Durante o mês de março, e para organizar a atividade propriamente dita tivemos que definir prazos, tarefas e estratégias. Por isso, tendo em conta que a escola não possuía material adequado, entrámos em contacto com uma entidade que nos pudesse ajudar neste aspeto nomeadamente o CNF. De referir que o facto de a atividade se desenrolar no Varadouro de São Lázaro fez com que as preocupações a nível de transporte fossem excluídas visto a proximidade entre o local da atividade e a escola.

Marcar a data da atividade foi outro problema que dependeu muito da disponibilidade da entidade referenciada, dos alunos e, como previsto inicialmente, dos pais. Decidimos utilizar uma das nossas aulas, visto ser o único momento em que teríamos todos os alunos presentes, portanto o evento ficou marcado para o dia 11 de abril visto ser uma data onde os alunos não tinham testes nem quaisquer outras atividades marcadas. Para além disso havia inteira disponibilidade do CNF em assumir a atividade.

O passo seguinte passou por solicitar ao Conselho Executivo a autorização para a saída da escola, exigindo apenas a autorização para entregar aos EE.

Aproveitando o facto de muitas vezes os alunos se encontrarem no intervalo aproveitámos esses momentos para nos reunirmos com os alunos de forma a definirmos em conjunto a organização da atividade, assim como definir alguns pontos importantes (programa da atividade), recolher as autorizações dos mesmos e respetivo pagamento.

A divulgação da ação foi realizada através do envio da autorização aos EE, para que estes pudessem estar a par da atividade, custos, material envolvido entre outros aspetos. Antes de irem de férias foi solicitado aos alunos que de forma informal alertassem os pais da realização da atividade, possibilitando a participação dos EE na realização das atividades ou no apoio/supervisão das mesmas.

Na reunião de notas os professores foram alertados para a realização da atividade, de forma a verificarmos se existiria algum interessado em realizá-la ou apoiar-nos na sua supervisão, sendo que ficariam de nos alertar para a eventualidade da sua comparência assim que começassem as aulas no 3º período.

Finalmente, na aula anterior à atividade propriamente dita e de forma a solicitar comportamentos característicos deste tipo de atividade (embora os DAM sejam realizados num contexto instável), procurámos criar situações em contexto de aula de forma a simular o contexto real. Para tal recorreremos a material didático como *fitball*, plataformas de equilíbrio e um *Kayak* didático de forma a simular a instabilidade de um *Kayak* e de uma prancha de *paddle*, assim como remos improvisados para que os alunos pudessem vivenciar as situações de forma mais credível e ter em atenção algumas variáveis essenciais na realização da pagaiada.

5.3. Realização

A atividade desenrolou-se no dia 11 de abril de 2016, com a colaboração do CNF, tendo sido este clube responsável por fornecer os recursos materiais e humanos necessários para a conceção da atividade.

Combinámos com os alunos junto ao pátio da escola às 13:45h, de forma a sairmos do local, a pé, às 14:00h.

Relativamente à atividade em si, em comunicação com a entidade, os grupos formados continham quatro elementos, que experienciaram as quatro estações referentes às diferentes atividades (Canoagem, Vela, Vela adaptada e *Stand Up Paddle*). Cada grupo permaneceu em cada estação cerca de 40 minutos e quatro instrutores foram distribuídos por cada uma das estações, para além de duas embarcações de apoio que também estavam no local. No final da atividade os alunos tiveram acesso aos balneários e, posteriormente, foi realizado um pequeno convívio.

5.4. Principais Ilacões da AEC

Esta ação foi planeada com o intuito de conferir uma matéria diferente aos alunos, mais especificamente DAM, pois achamos importante que os alunos experienciem situações que envolvam um meio que não é o natural ou o habitual.

Um dos objetivos desta ação era envolver os alunos no planeamento da atividade o que, na nossa opinião, foi conseguido, no sentido em que estes procuraram estabelecer contactos com as potenciais entidades no que toca à organização da mesma, assim como tiveram participação em questões relacionadas com, despesas, datas de realização entre outras tarefas.

Outro dos objetivos passava pela envolvimento dos EE, no entanto estes não revelaram grande “entusiasmo”. Sendo assim, o objetivo principal passou por definirmos um dia em que todos os alunos pudessem comparecer, sem que isso compromettesse outras aulas ou atividades extracurriculares e, por isso, a atividade foi realizada durante o período de aula de EF.

Analisemos então de forma crítica alguns pontos positivos e negativos, desde o seu planeamento até à conceção que nos permitirão melhorar a metodologia utilizada num processo futuro.

5.4.1. Fase de Planeamento (pré-atividade)

Toda esta atividade envolveu uma boa organização e comunicação entre professores e alunos no sentido de podermos alcançar os objetivos propostos. Todos os alunos estiveram envolvidos no processo tendo sido realizadas várias reuniões para tomarmos decisões em relação aos diversos pontos referentes à atividade (desde a definição da atividade, organização, preparação em contexto simulado, até à conclusão da mesma).

O facto de ser uma Atividade Náutica leva sempre à preocupação por parte das condições climatéricas. A previsão do tempo foi sendo sempre acompanhada verificando todos os dias se surgiam alterações que impedissem o bom desenvolvimento da atividade.

Nunca é demais salientar que é necessário realizar sempre um diagnóstico ao meio em que estamos inseridos. É necessário perceber quais as preferências dos alunos e tentar ir ao encontro da maior parte deles. Contudo nem sempre é possível. Nesta atividade dois alunos apresentaram razões de exposição social, (exibição do corpo e dificuldades na locomoção no meio aquático) como um entrave à não realização da mesma. Outro aluno referiu más experiências com o mar tendo em conta a sua condição física (epilepsia convulsiva). Este levantamento de informações deve ser sempre prévio à definição da atividade propriamente dita de forma a não termos surpresas desagradáveis, tendo sido outro ponto bastante positivo no planeamento da atividade.

Como já foi referido a escola não possuía as condições materiais nem espaciais necessárias para a concretização da atividade pelo que recorremos ao CNF para colaborar connosco. De forma a averiguar se as condições necessárias (materiais e recursos humanos) à realização da atividade eram asseguradas salienta-se a enorme persistência da nossa parte em conhecer o espaço e verificar a quantidade de materiais, tendo em conta experiências anteriores “menos conseguidas”. Salientamos o facto de ser disponibilizado um espaço perto da escola para a realização da atividade, o que só

vem demonstrar a facilidade que nós, enquanto professores na RAM, podemos ter em potenciar o mar e desenvolver este tipo de atividades para os nossos alunos.

A atividade foi proposta no segundo período, e a pausa para férias da Páscoa encurtou um pouco o contacto com os alunos na troca de impressões que poderiam revelar-se importantes como a contribuição dos pais na participação da atividade. Todavia a data de realização estava prevista para o dia 11, (14, 18 ou 21 de abril plano alternativo), o que nos deixou algum espaço de manobra para que, de forma informal, pudéssemos perceber qual a disponibilidade dos pais. Contudo a resposta foi negativa por parte dos EE (indisponibilidade devido ao emprego e não querer simplesmente participar referindo que as atividades escolares devem ser apenas para os alunos) e a definição da data prendeu-se, desta forma, com a disponibilidade dos alunos assim como dos instrutores que iriam supervisionar a atividade. Para que consigamos numa próxima atividade envolver os pais é necessário definir uma data com maior precisão e com mais antecedência, mas foi uma tarefa difícil tendo em conta que estávamos à mercê da disponibilidade dos instrutores.

Outra variável a refletir é o preço da atividade que teve um custo de 6 euros por cada aluno (basicamente 2 euros por atividade tendo em conta que a Vela adaptada foi sugerida pelo responsável). Não nos podemos esquecer que a atividade envolveu algum material específico razão pela qual implicou um valor a pagar. Apesar de para alguns ser um valor simbólico temos que ter em conta que nem todas as realidades conseguem suportar tais custos. É importante para o professor, e para a própria entidade escolar, estabelecer protocolos com determinadas instituições para que ambas possam sair a ganhar sem nunca colocar em causa a oportunidade de o aluno experienciar outras realidades.

Outro aspeto bastante positivo a salientar foi o facto de termos recorrido a alguns materiais adaptados (*fitballs*, *kayak* didático, plataformas de equilíbrio, remos) de forma a simularmos as possíveis condições que os alunos poderiam enfrentar no próprio local da atividade. Esta aula revelou-se muito positiva e extremamente motivadora sendo que os alunos puderam equacionar uma série de variáveis a ter conta neste tipo de DAM e preparando-os assim para os problemas inerentes a este tipo de atividades. O plano de aula pode ser analisado no anexo Q.

5.4.2. Fase de Conceção (atividade)

Relativamente à ação propriamente dita, esta correu muito bem, embora na nossa perspetiva, existam alguns pontos que mereçam alguma reflexão. Seguem uma série de considerações que comprovam isso mesmo.

A atividade foi organizada e supervisionada pelos monitores do CNF, que orientaram as diferentes estações nas quais os alunos estiveram sensivelmente 40 minutos, após os quais faziam

uma rotação dos grupos. Depois de uma breve descrição e explicação de regras de segurança os alunos colocaram os coletes e iniciaram as atividades.

No próprio dia da atividade as condições meteorológicas impediram de realizarmos a atividade de Vela. Todavia houve uma boa organização e supervisão, o que permitiu que os alunos em grupos de 4 elementos circulassem pelas diferentes estações sensivelmente durante o mesmo tempo.

O material disponível, o rácio entre instrutor alunos e os barcos de apoio envolvidos que permitiram a rápida transição entre as diferentes estações revelou-se um ponto muito positivo a ter em conta na conceção da ação. Outro aspeto a ter em consideração em relação a este rácio (entre instrutor-aluno) foi que este acompanhamento permitiu que os alunos compreendessem de uma forma mais pormenorizada de que forma podiam manusear os materiais envolvidos para que em futuras atividades estes consigam realizar o mesmo processo de forma mais autónoma, segura e responsável.

Em relação à nossa prestação enquanto professores procurámos não só registar o momento bem passado como também procurar “dificultar” a experiência tendo em conta os alunos que dominavam já algumas variáveis na atividade como o equilíbrio nas diferentes embarcações (prancha e *kayak*), trocar de posição com o parceiro, subir para a embarcação entre outras. Embora os professores não tenham realizado a atividade propriamente dita, não se revelou um impedimento para que pudessem intervir e atribuir *feedbacks*.

Em relação à Vela adaptada destacamos o envolvimento dos alunos com indivíduos com necessidades educativas especiais revelando-se uma atividade extremamente enriquecedora do ponto de vista da inclusão. De referir que a maioria dos alunos revelou ter gostado muito de velejar uma embarcação com pessoas portadoras de deficiência, pois apesar das limitações que tinham sabiam o que estavam fazendo, conseguiram explicar-lhes como manobrar a embarcação, proporcionando um bom relacionamento e um convívio agradável.

Em relação a alguns aspetos menos positivos destacamos os alunos que não quiseram participar na atividade, pois estes comprometeram-se em realizar outras tarefas anexas à atividade, entre as quais uma reflexão/notícia sobre a mesma e realização de uma reportagem/fotografias. No entanto não compareceram no local da atividade e foi algo que nos deixou um pouco desiludidos, no sentido em que queríamos que todos participassem, mesmo que de forma “menos ativa”.

Outro aspeto que poderia ter sido bem rentabilizado foi o lanche, pois após terminarmos a atividade reunimo-nos no parque de Santa Catarina e poderíamos ter definido mais alguma atividade, aproveitando as condições espaciais do parque e desenvolver uma atividade de Orientação ficando esta a cargo dos alunos por exemplo. Contudo, e considerando que alguns dos alunos teriam explicação após a atividade não nos pareceu viável que tal acontecesse. Para além do mais o cansaço foi evidente.

Resumindo, de uma perspectiva geral, a atividade decorreu de forma muito positiva. A colaboração com a entidade organizadora foi extremamente bem conseguida tendo em conta a organização e desenvolvimento da atividade e os pontos já referenciados anteriormente. Os alunos empenharam-se ao máximo em todas as atividades procurando respeitar as orientações dos instrutores. Muitos deles referiram ter adorado a atividade e, inclusive, pretendem experimentar novamente algumas das modalidades vivenciadas (indicador alcançado através da reflexão de alguns alunos) o que para nós é extremamente positivo, pois conseguimos promover claramente as Atividades Náuticas suscitando a curiosidade e motivação para a sua prática.

Em relação ao número de participantes, 15 dos 19 alunos participaram na atividade sendo que os restantes por motivos diversos (exposição social, limitações físicas, competição) decidiram não realizar a atividade. Este número de participantes parece-nos aceitável todavia, o objetivo seria que todos os alunos pudessem participar (mesmo que de diferentes formas como combinado) e tal não aconteceu.

Em relação aos objetivos definidos, consideramos terem sido alcançados, com exceção da participação dos EE e de outros professores potencialmente interessados em participar. Após a realização da atividade, um dos alunos comprometeu-se em realizar um vídeo de forma a relembrar o momento e pareceu-nos que esta estratégia revelou-se bastante positiva no sentido de incluirmos os EE no processo educativo dos seus educandos.

Posto isto e cingindo-nos aos restantes objetivos que passaram por reforçar o gosto pela prática desportiva e envolver os alunos na organização de uma atividade, desenvolver atividades que vão ao encontro das motivações dos alunos, proporcionar vivências e desenvolver competências no âmbito das matérias de adaptação ao meio e desenvolver a responsabilidade cívica e solidariedade aliados a todos os indicadores que já foram acima relatados consideramos ter conseguido alcançá-los na sua totalidade.

É de salientar também que esta atividade foi alvo de notícia por parte do CNF e Diário de Notícias.

5.4.3. Recomendações

Destacamos agora algumas recomendações com base nos aspetos menos positivos focando a questão dos prazos e do tempo necessário para planear uma atividade deste género. Consideramos que um planeamento antecipado poderá ter as seguintes vantagens:

- Comprometimento mais sólido das entidades solicitadas de forma a conseguirmos preparar com maior antecedência a atividade;
- Utilizar as reuniões de notas de forma a endereçar o convite aos EE tentando comprometê-los a estarem presentes no dia da atividade (participação ou supervisão);

- Embora tenha sido endereçado um convite aos professores estes não compareceram. Achamos importante promover a interdisciplinaridade onde todos os professores da turma possam intervir na atividade através das mais-valias das suas disciplinas (Biologia - vida marinha; Física – equacionar variáveis inerentes à prática desportiva; Português – conceber uma notícia/reflexão que poderá ser alvo de uma análise mais aprofundada em relação à qualidade da atividade entre outros exemplos);
- É necessário estimular os alunos a desenvolverem a sua própria atividade numa co-gestão entre aluno e professor, onde este último apenas terá função de guiar o processo, visto que as ideias surgiram, os alunos procuraram informações sobre potenciais atividades a realizar, mas faltou-lhes interação e dinâmica de grupo de forma a resolverem alguns problemas;
- Sempre que possível experienciar ou simular as condições que podem ser encontradas no meio real em contexto virtual é um ponto extremamente positivo no sentido de preparar os alunos com enorme pertinência e intencionalidade para uma atividade/meio que lhes é “desconhecido”. Sendo assim, parece-nos um ponto claramente a salientar e que deve ser sempre realizado (sempre que possível) com o auxílio de materiais alternativos e que possam preparar os alunos para cenários improváveis.

6. AÇÕES DE NATUREZA CIENTÍFICO PEDAGÓGICA

O professor tem como principal função assegurar, de forma intencional, uma intervenção pedagógica que procure potencializar as capacidades e competências dos alunos. Para que tal aconteça deve ser capaz de equacionar e refletir sobre as metodologias empregues de forma a conseguir melhorar o seu processo pedagógico. Esta reflexão provem do conhecimento que nos rodeia, e que evolui constantemente, tendo o docente a responsabilidade de selecionar, dentro deste mesmo conhecimento, as metodologias que melhor se adequam à sua realidade (Simões, Fernando, Barros Aguiar & Lopes, 2012).

Neste sentido, parece-nos inquestionável a importância de um processo que incentiva à investigação constante e à partilha de conhecimento privilegiando a oportunidade de debate e análise sobre determinadas problemáticas na busca pela melhoria da intervenção pedagógica (Silva, 2000).

Dito isto, embora o EP saliente a prática letiva como a atividade com maior preponderância, este alberga também outras atividades incluindo no processo de estágio a organização de ações que procuram uma formação contínua dos professores criando um espaço aberto de conhecimento, debate e reflexão de ideias.

A este propósito surgem então as Ações de Natureza Científico Pedagógica (ANCP) tendo como principal objetivo potencializar o interesse dos professores de EF em temáticas cujos benefícios são salientados e que promovem a reflexão na busca por uma intervenção pedagógica cada vez mais eficiente e intencional.

Nesta perspetiva podemos referir a enorme mais-valia que estas ANCP tiveram na nossa formação enquanto professores que procuram a eficiência pedagógica, mas também pelo desafio que foi aprofundar temáticas de interesse, que nos retiraram da nossa zona de conforto e que nos levaram ao limite na busca insaciável pelo conhecimento que não se quer absoluto, mas sim passível de reflexão.

6.1. Ação Científico Pedagógica Individual - Enquadramento

Segundo Nóvoa (2002) a escola não é apenas um espaço onde se reproduz conhecimento, mas sim um ambiente onde deve reinar a relação, o diálogo com um novo enfoque na definição de conteúdos/estratégias e propostas de formação docente. Daí a ACPI estar inserida neste contexto escolar onde se procura estabelecer uma relação de diálogo com o restante grupo disciplinar.

Todos os anos as ações científico-pedagógicas têm temas diferentes. Este ano a temática geral passou por abordar as didáticas de ensino fossem elas coletivas, individuais ou alternativas.

Assim que iniciámos o estágio pedagógico foram-nos apontadas algumas lacunas referentes à formação dos professores no estabelecimento de ensino em questão. Matérias como os Desportos de Combate e as ARE foram as mais mencionadas como áreas que eram pouco ou nada abordadas pelos professores devido à falta de conhecimento específico.

A verdade é que ao longo do mestrado de ensino somos constantemente desafiados a investigar e estudar sobre diversas temáticas no sentido de adquirir competências e ferramentas que sejam úteis para a nossa intervenção no seio escolar. Esta ação de natureza científico pedagógica tem então como principais objetivos não só complementar a nossa formação e adquirir competências que podem ser úteis na nossa intervenção tanto na escola como na comunidade escolar como também “instruir” e demonstrar aos colegas do GEF algumas estratégias possíveis de atuação (materiais, espaciais, ensino entre outras) de acordo com as temáticas desenvolvidas.

Como já foi referido anteriormente um dos objetivos passa por complementarmos a nossa formação, desafiarmo-nos a nós mesmos e, aproximarmo-nos dos nossos limites. Daí o desafio em investigar sobre uma temática que nunca fora posta em questão, nomeadamente o Golfe. Esta matéria é considerada alternativa, segundo Jacinto *et al.* (2001) e, embora tenha o seu potencial e valor, raramente é abordada pelos professores em contexto escolar. Como em muitas matérias alternativas o material requerido, o espaço disponível e a deslocação para o local de prática podem ser problemas na sua implementação, um dos objetivos desta ação passou por demonstrar que é possível simular o contexto real da atividade em si, através dos recursos já existentes no estabelecimento de ensino.

Outra justificação para que a temática fosse tratada prende-se com o facto de muitos alunos gostarem da EF pela variedade de experiências salientando a extrema importância dos alunos passarem por outras vivências para além daquelas ditas tradicionais (Mello, 1997, citado por Oliveira, Louzada, Zago & Surdi, 2011). Esta situação deve procurar promover o gosto pela prática desportiva tentando que os alunos continuem de forma ativa após a conclusão do ensino obrigatório a realização de AFD.

6.1.1. Objetivos e metas da ACPI

Objetivo Geral

- Dar a conhecer a modalidade (características e potencialidades);

Objetivos específicos

- Facultar conhecimentos específicos sobre o golfe;
- Demonstrar possíveis estratégias de implementação da atividade nas aulas de EF;
- Criar exercícios de apoio à implementação do Golfe nas aulas de EF.

Metas da ACPI

- Consciencializar os professores de Educação Física para a importância e valor formativo das matérias ditas alternativas (Golfe);
- Mentalizar que as matérias de ensino podem ser vistas como experiências para os alunos, no sentido em que estes podem vivenciar algo novo;
- Consciencializar para diferentes perspetivas de abordagem da matéria na aquisição de habilidade motoras, de compreensão do fenómeno, aquisição de valores (honestidade, respeito, espírito desportivo) e competências como por exemplo a concentração e dinâmica de equipa.

6.2. Métodos e procedimentos

O primeiro passo foi marcar a data da ação, definindo com o orientador cooperante/delegado do grupo nas diversas reuniões estabelecidas, o melhor dia para a mesma decorrer. O dia escolhido foi 22 de janeiro de 2016, sexta-feira, no sentido de conseguir reunir o máximo de professores do grupo para a formação e tendo em conta a disponibilidade das instalações. Outro aspeto a considerar foi a realização das duas ações no mesmo dia, (Abordagem da Capoeira na Escola) de forma a rentabilizar os recursos e evitar que o GEF e outros intervenientes tivessem que comparecer em dias diferentes.

Após a definição da data a escolha do tema (Abordagem do Golfe na escola), a formação baseou-se em dar a conhecer a matéria (Golfe) e as suas potencialidades assim como demonstrar algumas estratégias de implementação da mesma em contexto escolar. Foi realizada uma breve revisão da literatura sobre a temática e apresentada ao GEF. Outra mais-valia, fruto da formação, foi a conceção de um documento de apoio que procurou agilizar o processo de implementação desta matéria na escola (conteúdos/estratégias/planos de aula).

Relativamente à divulgação utilizámos as seguintes estratégias:

- Reunião com grupo disciplinar;
- Contacto direto com os professores;
- Correio eletrónico (enviando o programa da ação) e contacto telefónico (de forma a lembrar a participação na ação);
- Convite personalizado e entregue em mão a um dos membros do Conselho Executivo;
- Ficha de inscrição colocada na sala de professores do grupo disciplinar onde os professores assinavam e deixavam o seu contacto como garantia de que compareceriam;

- Cartaz de divulgação da atividade afixado na sala de professores do grupo disciplinar e arrecadação do material (ver anexo L).

6.3. Realização

No dia da ação a apresentação iniciou-se as 15:05h, com um ligeiro atraso. Assistiram 13 professores de EF da EBSAAS, incluindo o orientador cooperante, o orientador científico e um representante do Conselho Executivo.

As apresentações seguiram dentro da normalidade com um período dedicado a questões no final de cada temática. Após a parte teórica seguiu-se a parte prática, onde cada estagiário ficou responsável por lecionar situações de aprendizagem alternadamente.

De forma mais sintetizada verifiquemos a seguinte tabela que diz respeito a todas as etapas referentes à ACPI.

Tabela 11 - Síntese do cronograma e da metodologia da ACPI

Etapas	Calendarização	Procedimentos
Planeamento	Out	Definição do tema;
	Dez/Jan	Preparação da apresentação do <i>Power Point</i> e criação do documento de apoio;
	1-12 Jan	Requisição das instalações; Divulgação da ação (cartazes/ convites/ficha de inscrição); Inscrição dos participantes; Requisição de material;
	19-21 Jan	Operacionalização do plano da AICP; Teste da sala e retroprojeter;
	22 Jan	Apresentação <i>Power Point</i> (15 min); Prática do Golfe (30 min); Aplicação de questionário de satisfação aos participantes;
Realização	30 Jan – 25 Fev	Conceção do artigo e Poster a apresentar no Seminário Desporto e Ciência 2016 (ver anexo M);
	19 Mar	Apresentação do Poster no Seminário Desporto e Ciência 2016.

6.4. Principais ilações da ACPI – Abordagem do Golfe na Escola

A ACPI surge no sentido de suprimir algumas lacunas existentes na formação dos nossos colegas docentes de EF na escola em que estivemos inseridos. Procurámos, deste modo, ir ao encontro das necessidades e interesses dos mesmos. A nossa temática, mais especificamente o

Golfe, surge de forma a dar a conhecer uma modalidade já existente, mas no sentido de demonstrar como poderá esta ser abordada na escola com os recursos já existentes (equipamento alternativo). Surge também no sentido de promover a matéria, não só como mais uma possível experiência que pode ser fornecida aos alunos mas também como mais um possível meio para transformarmos os nossos alunos através da aquisição de competências e valores que são essenciais na formação dos mesmos enquanto alunos e enquanto cidadãos.

Apesar dos pontos positivos que esta ACPI teve, ainda é possível apontar alguns pontos menos conseguidos que devem ser alvo da nossa reflexão.

6.4.1. Fase de Planeamento (pré-ação)

A ação foi planeada para decorrer no ginásio e pavilhão da escola. A escolha da data de realização foi difícil tendo em conta que queríamos que todos os professores pudessem estar presentes. O dia 22 de janeiro pareceu-nos o mais conveniente uma vez que a partir da hora definida (15h) nenhum dos nossos colegas estaria ocupado com as suas turmas e o pavilhão estava inteiramente disponível para a componente prática.

É verdade que o facto de não haver aulas faz com que muitos professores não estejam no local de trabalho, pelo que tivemos de os comprometer a assistir à ação. Na sua maioria compareceram com raras exceções, devido a programas já agendados para o mesmo dia e hora da ação.

Como forma de divulgação a utilização de um cartaz colocado em pontos estratégicos permitiu claramente a exposição da ação. O facto de termos estabelecido um contacto pessoal, quer boca-a-boca, correio eletrónico e até mesmo por telefone, fez com que os professores recebessem a informação. O facto de termos estabelecido um contacto pessoal fez com que conseguíssemos comprometer os professores a estarem presentes tendo-se revelado uma excelente estratégia de comunicação, visto o meio escolar não ser assim tão grande. O facto de irmos lembrando gradualmente os professores com o aproximar da ação permitiu também garantir que os professores estivessem presentes.

A grande falha, na nossa ótica, passou claramente pela demora na divulgação. Embora estivessem estado presentes 13 dos 17 professores (incluindo os dois orientadores), logo após a definição da data os convites deviam ter sido endereçados para que estes pudessem estar todos presentes tendo em conta que são os principais interessados, tal como nós.

6.4.2. Fase de Conceção (ação)

Relativamente à ação propriamente dita, esta correu de forma positiva. Antes das apresentações orais foi necessário montar todo o material para a prática de Golfe. Um dos objetivos era fazer crer aos professores que com qualquer tipo de material, seja ele tacos de Golfe oficiais ou *sticks* de

hóquei, bolas de Golfe ou de Ténis, é possível abordar esta matéria na escola quer num espaço exterior, quer no interior.

As abordagens teóricas vieram primeiro no sentido de perdermos menos tempo entre transições das diferentes temáticas da ação. Na componente teórica notou-se algum nervosismo (da minha parte) tendo em conta que a temática não se enquadrava na zona de conforto, contudo a parte prática revelou-se totalmente ao contrário estando claramente à vontade para explicar os conteúdos. Na organização da mesma preferiu-se realizar exercícios por estações, visto o volume de material e quantidade de professores. Embora fosse mais difícil de controlar e fornecer *feedbacks* mais específicos, o facto de termos grupos de menor dimensão garantiu a segurança de todos os presentes permitindo-nos intervir mais regularmente.

Finalmente podemos salientar o reconhecimento de todos os professores tendo por base os resultados alcançados na elaboração de um questionário de satisfação entre outros indicadores revelando os seguintes aspetos:

- Desenvolvimento de uma ação interessante e pertinente reservada à partilha de conhecimento e discussão por parte dos docentes;
- Desenvolvimento das nossas capacidades de planificação e conceção de uma ação de formação;
- Desenvolvimento da nossa capacidade de mobilizar os professores graças a estratégias de divulgação adequadas;
- Desenvolvimento da nossa capacidade de comunicação e interação com os intervenientes;
- Desenvolvimento da nossa capacidade de síntese tendo em conta a elaboração de uma artigo científico e Poster.

A verdadeira recompensa após esta formação passará pela aplicação dos conhecimentos adquiridos em contexto de aula ou contexto real, pois este é um indicador de que, independentemente das limitações existentes, os professores colocam o aluno no centro do processo de ensino aprendizagem e não procuram justificações para não lhes proporcionar novas experiências. Este indicador revelará que as metas a atingir tinham sido claramente atingidas. Houve algumas ideias para que tal acontecesse, inclusive a AEC do nosso colega de estágio que poderia ser realizada no Palheiro Golfe sendo uma oportunidade para expor os nossos conhecimentos e contribuir para uma pré-atividade que poderia preparar os alunos nesse sentido. Infelizmente tal não aconteceu.

Embora algumas limitações tenham sido encontradas (dificuldade na aplicabilidade futura da ação no meio escolar, motivação dos alunos para abordar o Golfe, material adaptado que pode não suscitar o interesse dos mesmos, entre outras) a verdade é que este trabalho revelou-se de extrema

importância para a nossa aprendizagem, no sentido em que nos aproximámos dos nossos limites ao investigar sobre uma matéria que nada nos dizia. Outra opção podia ter sido realizar uma ação relacionada com as modalidades onde nos sentíamos mais à vontade (JDC, Ginástica ou outra), havendo uma maior margem de conforto, no entanto considerou-se que são temáticas “dominadas” pelos professores da escola e que não iriam contribuir tanto para a nossa aprendizagem.

Em relação à competência que pretendíamos desenvolver nos alunos, isto é, a capacidade de concentração, esta pode ser solicitada em diferentes matérias como a Ginástica ou até mesmo nos JDC. Todavia temos alguns argumentos para que esta abordagem do Golfe seja viável. Os JDC são usualmente abordados ao longo do ano e é sempre motivador proporcionar experiências diferentes aos alunos. Por outro lado a Ginástica exige do aluno uma grande performance técnica em alguns aspetos e muitos alunos referem ter medo de se magoar, graças a experiências traumáticas anteriores, e outros simplesmente não gostam por que não sabem executar ou por outros motivos.

Num estudo realizado por Pinheiro, Pinto, Albuquerque e Pereira (2013) sobre as opiniões dos alunos em relação às matérias abordadas, os alunos de 12º ano revelaram a Ginástica como a matéria que menos gostaram de abordar na escola. Outros estudos como o de N. Rebelo (2010) e V. Rebelo (2010), referenciados pelos autores anteriores, revelam os mesmos resultados acrescentando a Ginástica e o Atletismo como matérias que menos gostaram de praticar.

Parece-nos que podemos solicitar esta competência através de uma “matéria segura”, diferente, e que pode suscitar a curiosidade do aluno em querer continuar a experimentar fora do contexto escolar de forma regular.

Este mesmo estudo salienta que existem muitas matérias consideradas alternativas, como a Patinagem, Canoagem, Hipismo, Remo, Surf, BTT entre outras, que são solicitadas pelos alunos como matérias nunca praticadas mas que gostariam de praticar, revelando facilmente que os alunos sugerem matérias que não fazem parte do currículo dito tradicional. Isto torna fundamental que seja ampliado o leque de matérias no sentido de aumentar os níveis de satisfação, participação e motivação dos alunos (Pinheiro *et al.*, 2013). Dito isto, se os alunos gostam de matérias consideradas alternativas porque não ajustar o currículo aos interesses dos alunos de forma a garantir, possivelmente, que o aluno se sinta interessado em continuar a prática desportiva fora do contexto escolar.

Passamos agora à análise de outro tópico. Decorrente desta ação, resultou um artigo e um Poster a ser apresentado no seminário de Desporto e Ciência.

A análise do júri revelou que a temática trabalhada foi muito interessante e que as estratégias e exercícios elaborados vão ao encontro daquilo que se precisa na escola (transformação do aluno e criatividade). As questões colocadas pelo Prof. Doutor Élvio Rúbio foram muito pertinentes e só valorizaram ainda mais o nosso trabalho. Uma das questões procurou perceber como é que uma das

competências que pode ser desenvolvida graças a esta matéria (concentração) pode ser quantificada. Realizar um estudo longitudinal, onde os alunos com maiores dificuldades a nível de estudo (e consequentemente piores resultados escolares) eram submetidos a várias sessões com matérias que acreditamos desenvolver esta capacidade (Golfe, Ginástica) e depois verificar se existem diferenças positivas nos resultados obtidos (ex.: notas dos testes, trabalhos, apresentações entre outros), poderia ser uma hipótese viável. A verdade é que no âmbito do estágio este tipo de investigação “não tem grande espaço”, contudo seria extremamente interessante poder verificar, de forma mais fidedigna, (e não tanto a olhómetro) se as nossas opções metodológicas levam realmente a alcançar os objetivos e transformações que delineámos para aos nossos alunos.

6.4.3. Recomendações

Nunca é demais salientar que é necessário realizar sempre um diagnóstico ao meio em que estamos inseridos. É preciso verificar quais as potencialidades e quais as necessidades de forma a irmos ao encontro daquilo que é mais adequado. Os temas abordados têm de ser do interesse dos formandos. Muitas vezes o que se pretende são receitas, algo prático e de fácil aplicação, mas não importa aplicar por aplicar. É preciso empregar uma intencionalidade em tudo aquilo que é feito.

Algo a manter neste tipo de ação é a componente prática. Esta tem que estar sempre presente, pois muitas vezes o experimentar, o vivenciar é aquilo que fica de toda a ação, por isso, dar mais tempo à componente prática pode ser um aspeto pertinente.

6.5. Ação Científico Pedagógica Coletiva - Enquadramento

No âmbito do Estágio Pedagógico do 2º ano de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade da Madeira, foram realizadas Ações Coletivas Científico Pedagógicas, abordando as temáticas relacionadas com a Educação, e mais especificamente, com a disciplina de EF.

Todos os anos as ações científico-pedagógicas têm temas diferentes. Este ano a temática geral intitulou-se “Contributos práticos para a abordagem da Educação Física” consistindo em abordar as diferentes didáticas de ensino fossem elas coletivas, individuais ou alternativas e de que forma determinadas estratégias poderiam ser úteis para a sua abordagem nas aulas de EF. Esta temática surgiu na medida em que algumas matérias não seriam abordadas como prova de falta de motivação por parte dos alunos. Assim algumas abordagens foram salientadas (*GeoCaching*, Orientação, Atletismo, Capoeira, ARE, Andebol, *Smashball* e Ginástica), não no sentido de substituir aquilo que já existe, não no sentido de mostrar como é que a EF deve ser lecionada, mas sim demonstrar que possíveis estratégias podem ser usadas através das temáticas referidas para conseguirmos motivar os alunos para a prática, tendo em conta objetivos comuns.

A ação foi englobada na formação contínua de educadores e de professores, no sentido de fornecer uma abordagem prática e facilmente aplicável, através de situações de aprendizagem que procuram acompanhar as tendências evolutivas culturais de uma sociedade em constante mudança.

Como já foi referido anteriormente um dos objetivos passa por complementarmos-nos na nossa formação, desafiarmos-nos a nós mesmos, aproximarmos-nos dos nossos limites daí, mais uma vez, o desafio em investigar sobre uma temática fora da zona de conforto, DC, mais especificamente a Capoeira. Existem diversas razões para os professores de EF não abordarem os DC, entre elas a necessidade de formação específica, material específico e falta de tempo no programa anual (Figueiredo, 1998). Todavia, julgamos que não devem haver justificações deste tipo, pois quando queremos algo e consideramos importante temos de fazer acontecer, colocando o aluno no centro do processo.

Esta temática já tinha sido abordada pelo colega de estágio na sua ACPI. Consequentemente aproveitámos o facto de esta matéria ter sido considerada uma lacuna apontada pelos professores do GEF para tentar demonstrar que não é necessário ser nenhum especialista da área para poder proporcionar aos alunos experiências que consideramos fundamentais no seu crescimento pessoal, social e comportamental.

Sendo assim, realizámos um pequeno estudo, com recolha de dados quantitativos, através do qual procurámos perceber qual a opinião dos professores e alunos em relação aos DC e, mais especificamente sobre a Capoeira, tentando também perceber se existiam diferenças na satisfação dos alunos em relação à matéria após aulas lecionadas por um professor “*expert*” na matéria e outro sem formação específica na área.

6.5.1. Objetivos - ação e do módulo da abordagem da Capoeira na Escola

Objetivo Geral

- Explorar e apresentar estratégias alternativas para a abordagem da EF.

Objetivos específicos

- Enquadrar a Capoeira nos DC e no PNEF;
- Expor uma metodologia de abordagem em meio escolar;
- Apresentar casos concretos de intervenção na escola:
 - Analisar a perceção dos professores em relação à matéria dos DC e da Capoeira;
 - Perceber o que leva nas aulas de Educação Física; à leção, ou não, dos DC e da Capoeira;

- Analisar a perceção dos alunos em relação à matéria dos DC e à experiência de Capoeira;
- Avaliar a satisfação dos alunos após uma experiência de Capoeira numa aula;
- Perceber se existem diferenças na satisfação dos alunos entre a atuação de um professor com formação específica e de um professor sem formação específica em Capoeira.
- Fornecer ferramentas de atuação.

6.6. Métodos e procedimentos

Salientamos que este processo envolveu dois tipos de planeamento considerando a ação geral, envolvendo todos os módulos, e a ação específica dos dois estagiários. Tivemos que trabalhar em grupo procurando resolver problemas que diziam respeito ao local e data da ação, definição do público-alvo, organização da ação, definição dos temas comuns e divulgação da mesma.

Definimos então o seguinte cronograma tendo em conta o planeamento da mesma:

- Definição do tema geral da ação (objetivos, módulos, preletores convidados e respetivos temas);
- Definição e avaliação de protocolo a aplicar na escola (módulo 1);
- Aplicação do protocolo (lecionação de aulas e recolha de dados através dos questionários aplicados);
- Análise dos dados e realização do *Power Point*;
- Divulgação:
 - Contacto direto com os professores;
 - Envio de *e-mail* para o correio eletrónico de professores, associações desportivas, escolas, delegados de grupo disciplinar, diretores de Conselho Executivo dos diferentes núcleos de estágio, no sentido de convidar a estarem presentes como também solicitando a divulgação da ação;
 - Criação de página de Facebook e convite dos potenciais interessados;
 - Vídeo promocional colocado na página de Facebook;
 - Cartaz de divulgação da atividade (ver anexo N) e programa (ver anexo O) anexado ao *e-mail* enviado às diferentes entidades e afixação do mesmo na sala de professores dos grupos disciplinares e possíveis escolas dos diferentes concelhos de habitação e não só dos estagiários.
 - Criação de *site* pelos serviços académicos de forma a realizar a inscrição de participantes;

- Requisição do material e instalações;
- Realização de um questionário sobre a ação;
- Realização de compras para o *coffee break*;
- Supervisionamento do sistema de som, projetor e apresentações;
- Elaboração da ficha de presenças.

A organização da ação também ficou a nosso cargo. Existiu uma dinâmica entre os diferentes núcleos de estágio no sentido de dividir tarefas no dia definido para ação. Assim quem apresentasse no dia 20 de fevereiro estaria liberto de tarefas operacionais a desempenhar no próprio dia, invertendo os papéis no dia 5 de março. Sendo assim destacaram-se as seguintes tarefas a realizar:

- Preparação da sala do senado e verificação do material (microfones, projetor, computador);
- Organização da sala 1 para o *coffee break*;
- Secretariado – controlo de entradas e saídas;
- Entrega do microfone durante o período de questões;
- Colocação dos nomes dos respetivos preletores;
- Localização da sala do senado através da colocação de setas indicativas.

A ação estava planeada para dois dias, como já foi referido anteriormente, sendo que o tempo previsto para cada módulo ficou ao critério de cada núcleo, tendo em conta o tempo necessário para a componente teórica e prática num total de 16 horas. As apresentações teóricas foram realizadas em sequência para evitar constante mudança de espaço passando depois para a componente prática das referidas didáticas apresentadas em cada dia. Deste modo, a ação ficou organizada da seguinte forma:

Dia 20 de fevereiro

- Módulo 1 - “Abordagem da Capoeira na escola”;
- Módulo 2 – “Orientação e Geocaching: Uma abordagem em contexto escolar”

Dia 5 de março

- Módulo 3 – “Implementação do Modelo de Educação Desportiva numa Unidade Didática de Ginástica: Contributo para a Motivação e Autoeficácia de alunos do 3º ciclo”;
- Módulo 4 - “ARE em âmbito escolar: problemas e soluções”;
- Módulo 5 – “O jogo e as suas possibilidades metodológicas no processo de ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física”.

Especificando a nossa temática salientamos a nossa intervenção: “Abordagem da Capoeira na Escola” precedida das apresentações da Mestre Susana Barreto: “Capoeira em contexto escolar” e

Mestre André Pinto “ Desporto: meio de transformação do Homem – Capoeira como ferramenta”. Seguidamente passámos à componente prática com a intervenção do Grupo Ginga Capoeira e da aula proporcionada pelos dois professores estagiários com algumas situações de aprendizagem.

No final do segundo dia foram entregues questionários de satisfação aos professores de forma a “avaliar” a pertinência dos conteúdos apresentados na ação assim como analisar problemas ou possíveis sugestões para ações futuras.

6.7.Principais ilações da ACPC - Contributos práticos para a abordagem da Educação Física

A ACPC surge como uma formação dirigida aos professores de Educação Física da RAM com abertura ao público em geral interessado.

Procurámos, deste modo, ir ao encontro das necessidades e interesses dos mesmos. Na nossa opinião as temáticas apresentadas foram esclarecedoras e enriquecedoras no sentido em que muitas das estratégias apresentadas têm grande aplicabilidade nas aulas de EF. Não se trata apenas de tentar aplicar porque fica “bonito”, mas sim aplicar com uma intencionalidade sem nunca esquecer de um diagnóstico prévio ao contexto em que estamos inseridos.

Em relação aos dias da ação pareceram ser adequados, tendo em conta a afluência de inscritos (90 inscritos professores/alunos/externos). Contudo sabemos que a população docente envolve números claramente superiores. A verdade é que a informação nos dias que correm está em todo o lado e existem imensas ofertas. Por isso é normal que existam diferentes ações espalhadas um pouco por toda a ilha, que seja difícil haver um dia dito “ideal” para que possam comparecer todos os professores que desejamos. Contudo é um resultado que interpretamos como positivo tendo em conta que nos últimos anos esta ação tem vindo a decrescer (em número de participantes) apesar das iniciativas do Departamento de EF e dos estagiários. É necessário trabalhar muito bem o aspeto da divulgação porque ao procurar junto dos interessados (os professores), perceber quais as suas áreas de interesse e ao estabelecer uma estratégia de comunicação antecipadamente, com recurso a meios adequados (*Facebook*, cartazes, *e-mail* entre outros) poderá ser uma forma de tornar esta ação numa referência regional e que procura cada vez mais massa crítica (docentes).

Por falar na divulgação a verdade é que existiram alguns problemas com a mesma. Foi um processo moroso por duas razões. A primeira prende-se com o facto de termos entregue a documentação após os prazos definidos. Por outro lado é sempre o “bom” nome da Universidade da Madeira que está em causa, por isso é impensável realizarmos a divulgação de um evento desta magnitude sem qualquer consentimento das pessoas responsáveis.

Mesmo com alguns percalços tentámos, ao máximo, divulgar esta ação com alguma antecedência (2 semanas antes do acontecimento). O cartaz e o programa sofreram várias alterações

que nos impediram de fornecer informações aos potenciais interessados, de forma antecipada, contudo achamos que fomos rigorosos nos meios de divulgação realizados assim como nas estratégias implementadas, pois estabelecemos contacto direto com os principais interessados (professores) e pedimos que esta divulgação fosse “espalhada” por outras potenciais entidades interessadas. Podemos referir que um dos problemas passou pelo estabelecimento prazos (que realmente existiram), mas na hora de cumpri-los alguns imprevistos impediram-nos de alcançar determinados objetivos previamente estabelecidos. Outro problema passou pela definição de tarefas por cada grupo de estágio. Mesmo que não nos conseguíssemos reunir, as tarefas eram definidas e divididas, pelo que foi necessário assim adotar uma atitude de maior rigor na responsabilização de tarefas a serem realizadas pelos estagiários.

Em relação às intervenções, de forma geral, proporcionaram aos participantes a oportunidade de vivenciarem as diferentes situações consoante as temáticas desenvolvidas. Houve realmente uma intencionalidade em construir intervenções que procurassem explorar o contexto de aula e partilhar estas experiências com os principais interessados (docentes). Como as intervenções estavam organizadas de acordo com um tema comum conseguiu-se, de forma coerente, permitir aos professores participarem nos módulos que mais suscitaram interesse/necessidade.

Um outro aspeto negativo passou por não termos tido em conta o número de apresentações seguidas que levaram a alguma inquietação por parte dos participantes especialmente no módulo V. A cerimónia de abertura também veio a revelar-se uma lacuna da nossa parte. Ao não ficar bem explícito quem seria o responsável pelo discurso de abertura, coube ao Prof. Doutor Helder Lopes discursar perante todos os convidados num discurso improvisado. Esta situação só veio a demonstrar a falta de coordenação e atenção que existiu da nossa parte no planeamento da ação. É necessário melhorar a sessão de abertura procurando que alguém responsável ou enquadrado na temática assumira o enquadramento geral da ação.

Sabemos que o debate é sempre importante neste tipo de ações, como tal, poderá ser essencial aumentar este tempo de debate no sentido de permitir que as dúvidas sejam esclarecidas e consigamos ao mesmo tempo cumprir com o programa sem grandes alterações.

Como já foi referido é sempre importante a opinião dos participantes, pois se estes gostarem daquilo que lhes é transmitido quererão sempre mais. Por isso, tentamos perceber quais os aspetos positivos e negativos da ação, que tipo de temáticas gostariam de ver tratadas em ações futuras, quais os meios de divulgação que permitiram mais facilmente obter informação sobre a ação e finalmente, quais as temáticas que consideraram ter maior interesse. Analisamos os dados obtidos através do questionário realizado (ver anexo P).

6.8. Principais ilações do Módulo 1 – Abordagem da Capoeira na Escola

6.8.1. Fase de Planeamento (pré-ação)

Toda a ação começou com a definição do tema e dos objetivos já referidos anteriormente. Após isto estruturamos de que forma iríamos recolher dados que nos permitissem alcançar os objetivos, daí que surgiram os questionários por nós concebidos e adaptados de Lima (2009). Foi um processo de construção algo moroso, tendo em conta que algumas questões ficaram por fazer como por exemplo: “este ano pretende abordar Deportos de Combate?”, pois na nossa opinião seria fundamental compreender se os professores iriam ou não lecionar esta matéria e quais as suas razões.

Outra dificuldade encontrada prendeu-se com a definição da amostra. Sabíamos que iríamos lecionar aulas de Capoeira a diferentes turmas, mas tivemos dificuldades em definir quais seriam as mesmas e se seriam todas do nosso estabelecimento de ensino. Conseguir uma amostra de relevo faria com que o estudo em si fosse mais consistente e válido, no entanto restringimo-nos ao nosso universo, pois é nele que podemos atuar e embora não fosse tão consistente poderia servir de exemplo para outros contextos escolares, sem nunca generalizar.

As aulas lecionadas decorreram dentro da normalidade e as pequenas dificuldades encontradas foram combatidas dentro do próprio NE, pelo que fomos completamente autónomos neste processo.

O tratamento de dados foi simples recorrendo ao programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Como no semestre anterior realizámos um trabalho para a unidade curricular de Organização e Inovação Escolar foram lembradas várias funcionalidades do programa, o que nos permitiu realizar um *transfer* para esta mesma investigação.

Outro passo realizado prendeu-se com a escolha dos preletores, que não foi deixada ao acaso. Escolhemos muito bem as pessoas convidadas, pois procurámos que estivessem presentes pessoas com formação específica da área, considerando fundamental exporem as suas vivências em contexto escolar e a nível profissional.

6.8.2. Fase de Conceção (ação)

Relativamente à apresentação do módulo I, na nossa opinião, a comunicação começou com uma breve interação com o público, passando posteriormente a apresentar a estrutura do trabalho desenvolvido. A comunicação, na nossa perspetiva, foi explícita, procurando explicar ao máximo o trabalho desenvolvido, demonstrando interesse e domínio da temática. Um dos únicos problemas prendeu-se com a apresentação e discussão dos resultados. Apresentámos todos os resultados por meio de gráficos e tabelas, contudo não havia necessidade para tal uma vez que muitos resultados apresentados podiam ter sido sintetizados na metodologia com a apresentação da amostra.

Houve uma continuidade lógica das preleções dos convidados em relação à nossa, havendo grande coordenação dentro do módulo de forma a não revelar qualquer sobreposição de informação. Salienta-se as duas apresentações pela exposição de casos concretos como também de algumas estratégias de aplicação em contexto escolar.

Após o debate espaço para um pequeno intervalo de forma a iniciarmos a componente prática. Esta iniciou-se com enorme entusiasmo com uma pequena demonstração do Grupo Fundação Ginga Capoeira, seguida de alguns exercícios orientados pelo NE. Na nossa opinião estivemos à altura do desafio, procurámos desenvolver exercícios que jogaram não só com a componente lúdica como também com a compreensão das variáveis inerentes, assim como com a individualização do ensino. Arriscamo-nos a dizer que se não tivéssemos sido abordados pela professora Ana Luísa afirmando esta que o especialista seria o nosso colega e o inexperiente eu, após a componente prática quase todos os intervenientes ficariam claramente na dúvida em relação a esta incógnita, “mas afinal quem é o especialista aqui”?

De um ponto de vista mais pessoal, a verdade é que por mais pontos negativos e positivos que existam, acreditamos e salientamos pontos importantes desta ação que após este processo difícil fez com que desenvolvêssemos competências que se verificarão úteis para a nossa intervenção futura:

- O desenvolvimento de um evento através do estabelecimento de uma dinâmica de equipa entre vários núcleos;
- Desenvolvimento da capacidade de investigação na busca por uma intervenção pedagógica mais pertinente;
- Desenvolvimento da nossa capacidade de comunicação tanto na exposição dos conteúdos como também na intervenção prática, tentando através de uma sistematização da informação partilhar e debater sobre temáticas de interesse.

Finalmente destacamos a importância destas ações, no sentido de valorizar ainda mais o nosso departamento de EF e Universidade da Madeira na partilha de conhecimento e debate com vista à “melhoria” das intervenções pedagógicas dos nossos professores colocados em diversos estabelecimentos da RAM.

6.8.3. Recomendações

Relativamente ao nosso módulo julgamos que embora tenhamos tido muito *feedbacks* positivos existem aspetos que podem ser melhorados numa futura ação. Um deles já foi referido, os questionários. É preciso maior rigor e precisão para conseguirmos alcançar aquilo que pretendemos, por isso é necessário realizar um pré-teste rigoroso ao instrumento.

A amostra podia ter sido maior se o tempo disponível também o fosse. Com mais tempo e com as autorizações devidas podíamos ter alargado este estudo pelo menos às diferentes escolas dos NE.

Outro aspeto que também tem de ser tido em conta neste tipo de abordagem comparativa é definir bem quem dava as aulas e a que turmas, para que fosse possível que os dois intervenientes pudessem lecionar as mesmas turmas. Assim a fidedignidade dos dados seria mais elevada. Cremos que o fator tempo limitou-nos imenso e como se sabe o EP é um processo repleto de processos e atividades que levam o seu tempo e por vezes não é possível fornecer os 100% de esforço em tudo aquilo que fazemos.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Terminando o EP e a elaboração do relatório de estágio a sensação de ficar a faltar algo por dizer ou expressar é notória, visto todo o trabalho de um ano letivo ter sido sintetizado ao máximo em palavras que expressam ideias, reflexões, sensações e emoções.

Temos que referir que a opção tomada em querer assumir esta profissão revelou-se a mais acertada tendo em conta todas as competências que desenvolvemos, as relações estabelecidas mas, acima de tudo, a vontade que despertou em querer superar-se ainda mais face ao acontecido.

O facto de termos terminado ainda agora o nosso estágio nada nos garante em termos futuros, mas fica um novo caminho que teremos de percorrer e que esperamos não ter fim, pois se assim for é sinal de que a acomodação ter-se-á apoderado de nós. Nada pode ser um fim em si mesmo, mas sim um meio para alcançar a excelência que pretendemos com as nossas opções. O que desejamos é dar continuidade a este processo ao longo da nossa futura carreira docente procurando questionar, refletir, aprender ou numa só palavra, ser curioso como nos indica Freire (1997) na busca por novas aprendizagens e novos desafios.

Este foi só o primeiro passo na aproximação à prática docente onde tivemos oportunidade de colocar em prática alguns conceitos aprendidos ao longo da nossa formação académica e que nos ajudaram a planear, intervir e controlar, não só as atividades inerentes à prática letiva como também todas as outras atividades inseridas no EP. O facto de termos aprendido ao longo do tempo a refletir sobre todos os processos fez-nos perceber, com maior precisão, o que é o fenómeno educativo na sua imprevisibilidade, no seu questionamento constante, na procura de soluções e no aparecimento de novos problemas. Conseguimos perceber nitidamente que este processo foi tudo menos certezas, foi tudo menos verdades absolutas, revelando ser um caminho de desconstruções e construções, de erros e aprendizagens, porque não existem processos certos ou errados, mas sim válidos e intencionais consoante os objetivos propostos e o contexto encontrado.

Estas palavras parecem-nos merecedoras de um processo que se revelou tranquilo, mas a verdade é que se revelou um ano difícil, cheio de momentos críticos e desafiadores apelando constantemente à nossa capacidade de gestão e adaptação num contexto complexo e repleto de tantas atividades. Esta capacidade de adaptação será claramente uma das competências desenvolvidas durante este percurso e será certamente uma mais-valia para nós em futuras intervenções quer no meio escolar quer na vida pessoal.

Ficou também perceptível que o professor não detém o conhecimento absoluto, não pode ser apenas um conhecedor da matéria e não pode ser apenas um mero lecionador, pois ao fazermos isto, corremos o risco de sermos ignorantes e a ignorância associada ao medo da exposição das nossas fragilidades leva-nos a desistir do querer saber mais, do querer compreender e acima de tudo do

querer refletir (Freire, 1997). O professor deve ser antes um organizador do conhecimento e da aprendizagem procurando empregar intencionalidade no processo de educação e acima de tudo ser curioso. Realizando uma analogia com a obra de Freire salienta-se que a leitura de um texto deve ser realizada de forma crítica e curiosa e não de forma mecânica, por isso cabe ao professor estimular o aluno a “adquirir” essa curiosidade, pois só assim será produzido conhecimento sobre o “conteúdo do texto que, por sua vez, se torna fundamental para a criação da sua significação” (Freire, 1997, p.31).

Ditas estas palavras o professor deve ser, acima de tudo, um gestor do processo que procura estimular o seu aluno colocando-o no centro de tudo. Se acreditamos nestas palavras não podemos cair no facilitismo e optar por um processo pedagógico que envolve meramente decorar um conjunto de expressões onde se procura a automatização de gestos ou ações desenvolvendo no aluno competências meramente reprodutoras, tal como na leitura mecanicista. Devemos procurar sempre que possível, “levar” o aluno à compreensão da funcionalidade dos fenómenos, permitindo propor tarefas que visam adaptações intencionais (com significado) na construção de um processo coerente (Lopes, Fernando & Vicente, 2008).

Se optamos pela segunda hipótese, escolhemos um processo que procura que os alunos na execução das tarefas procurem montar estratégias, tomar decisões, estimulem a sua criatividade e sejam também eles reflexivos. Só assim poderemos dizer que nos aproximamos do dito professor progressista que tão ambicionamos mesmo numa fase embrionária da nossa carreira.

O EP revelou muito mais do que o “simples” planejar, concretizar e refletir. Foi ao mesmo tempo uma constante interação estabelecida com os diferentes intervenientes deste meio educativo, isto porque o professor não desenvolve a sua atividade isoladamente. Queremos destacar a decisão que tivemos em realizar o estágio na EBSAAS, pois as condições com que nos receberam foram indescritíveis. Sentimo-nos claramente como mais um elemento integrante da família da EBSAAS. Salientamos o Conselho Executivo, que nos recebeu de braços abertos e nos apoiou nas nossas iniciativas, os professores que nos acompanharam nesta caminhada, os orientadores que nos fizeram refletir e debater ideias, o Diogo por toda a amizade, entajuda e disponibilidade, os funcionários que sempre se preocuparam connosco, e, acima de tudo fica a relação especial estabelecida com os alunos. Este processo exige claramente que o professor seja um ser conetivo porque “surdo e mudo” nunca ouvirá os outros nem será ouvido, negando a escola como um espaço de diálogo e reflexão.

Na nossa opinião o processo de estágio foi um espaço de partilha entre os diversos intervenientes que contribuiu não só para a nossa formação enquanto futuros docentes e membros de uma sociedade, como também para a formação dos nossos colegas docentes através de ações científico pedagógicas e outros debates. Não nos podemos esquecer também dos funcionários e das nossas conversas sempre animadas e dos alunos de outras turmas na interação constante com estes

durante os intervalos e aulas. É preciso reservar um espaço especial no que respeita aos nossos alunos pois foram, sem dúvida, catalisadores da nossa formação assim como nós da deles. Ao longo de nove meses de aprendizagem mútua, através de um processo que se quis coerente (com mais ou menos intencionalidade e com intervenções umas mais adequadas e rentáveis que outras), desenvolvemos determinadas competências e ferramentas que esperamos terem sido mais-valias tanto no contexto escolar (na resolução de problemas por parte dos alunos, na nossa intervenção pedagógica) como nos desafios que a própria vida nos reserva. Destacamos algumas aprendizagens como o saber agir em diferentes contextos, saber adaptar as situações, analisar as potencialidades e dificuldades dos alunos, seleccionar estratégias viáveis de intervenção, entre outras.

A tentativa de colocar o aluno no centro do processo de ensino fez-nos ir ao encontro daquilo que se pretendia, isto é, conseguir através de situações simples, lúdicas e competitivas, captar a atenção dos alunos e motivá-los para a prática desportiva e para os seus benefícios. Infelizmente só querer não basta e tão importante quanto isto é saber gerir a aula para que tal aconteça, através de uma gestão temporal, material e espacial que permita o máximo empenhamento motor, através de situações adaptadas aos diferentes níveis de proficiência, tudo isto sem esquecer a tão preciosa informação de retorno que permite ao aluno e ao professor dar significado à ação.

Tudo o que foi salientado é importante, mas a forma como nos expressámos aos nossos alunos, a alegria e o ambiente rico em *feedbacks* positivos foram determinantes na criação de um clima positivo de aprendizagem porque, sem dúvida alguma, esta relação e ambiente criados são necessários para que os alunos se sintam mais motivados e predispostos para a prática desportiva (Magill 2001; Rosado & Mesquita, 2009).

Embora tenhamos destacado vários intervenientes ao longo destas considerações é difícil não escolhermos os nossos alunos como aqueles que mais nos marcaram (sem menosprezar todas as outras vivências) ao longo de todo este processo sendo extremamente difícil não nos deixarmos envolver emocionalmente. Nada nos deixa mais satisfeitos do que toda a reflexão realizada por estes, ao longo e no fim de um percurso por vezes atribulado, mas muitas vezes feliz. Segundo algumas palavras, marcámo-los certamente pela diferença, amabilidade, empenho, dedicação, motivação e disponibilidade, mas este processo como referimos não teve sentido único.

Por tudo isto e de forma pessoal, posso referir que estou muito feliz, sinto-me muito realizado e, acima de tudo, mentalizado que os desafios não ficaram por aqui. A busca pela excelência será a premissa a perseguir em todos objetivos que pretendo alcançar, aproveitando para isso todas as reflexões dos erros que foram cometidos ao longo do processo e, acima de tudo, todas as mais-valias com conotação positiva deste EP.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abrantes, P. (2002). A avaliação das aprendizagens no ensino básico. In Abrantes, P. & Araújo, F. Reorganização Curricular do Ensino Básico. Avaliação das Aprendizagens - das conceções às práticas. (pp. 7-16). Lisboa: Ministério da Educação.
- Aguiar, I., Fernando, C., Barros, C., Simões, J., Lopes, H. (2012). A Educação Física e as Evoluções Tecnológicas. In A. Bento. (1ª ed.), *A Escola em tempo de crise: oportunidades e constrangimentos* (pp. 87-94). Funchal: Universidade da Madeira.
- Almada, F. (1995). *A Culpa não é do Desporto - Uma Análise da Dialética Desporto - Contexto*. Lisboa: Edições FMH.
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). *A rotura: A sistemática das atividades desportivas*. Torres Novas: Edições VML.
- Almeida, P., & Cauduro, M. (2007). O desinteresse pela Educação Física no ensino médio. *Lecturas: Educación física y deportes*, (106), 59. Consultado a 10 de agosto de 2016, disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd106/o-desinteresse-pela-educacao-fisica-no-ensino-medio.htm>
- Andrade, P. (2013). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Básica dos 2º e 3º ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia*. Funchal: P. Andrade. Relatório de Estágio apresentado à Universidade da Madeira.
- Anguera, M. (1985). *Metodología de la observación en las Ciencias Humanas*. Madrid: Cátedra.
- Araújo, S. (2008). *Contributos para uma educação para a cidadania: professores e alunos em contexto intercultural*. ACIDI, IP.
- Avelar-Rosa, B. & Figueiredo, A. (2015). As Artes Marciais e Desportos de Combate na Educação Física Escolar – Interpretação curricular. *Journal of Sport Pedagogy na Research*. 1(8), pp. 14-2. Consultado a 10 de janeiro de 2016, disponível em: <http://repositorio.ipv.pt/bitstream/10400.19/3009/1/As%20AM%26DC%20na%20EF%20escolar%20-%20interpreta%C3%A7%C3%A3o%20curricular.pdf>
- Baptista, M. (2010). A educação para a saúde em meio escolar. In Ministério da Educação: *Direção-geral de inovação e de desenvolvimento curricular, Noesis: Dossier educação para a saúde* (30-33). Lisboa: Ministério da Educação.

- Bárbara, A. (2015). *Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Secundária de Francisco Franco*. Funchal: A. Bárbara. Dissertação de mestrado apresentada à Universidade da Madeira.
- Batalha, A. (2004). *Metodologia do Ensino da Dança*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte.
- Bossle, F. (2002). Planejamento de ensino na educação física – Uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8. (1), 31-39. Consultado a 12 de Julho de 2016, disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/19480>
- Camargo, D. & Finck, S. (2010). A Dança inserida no contexto educacional e sua contribuição para o desenvolvimento infantil. *Intermeio*. 32(32): pp.62-74. Consultado a 2 de março de 2016. Disponível em: http://www.intermeio.ufms.br/revistas/32/32%20Artigo_04.pdf
- Carmona, A. (2012). *A unidade didática como estratégia de ensino integrado: dos fundamentos didatológicos aos processos de construção*. Castelo Branco: A. Carmona. Relatório de Estágio apresentado ao Instituto Politécnico de Castelo Branco. Consultado a 20 de julho de 2016 em: <http://repositorio.ipcb.pt/bitstream/10400.11/1563/1/Tese%20Mestrado.pdf>
- Casteleiro, J. (2001), *Dicionário da Língua Portuguesa Contemporânea*, Lisboa, Editorial Verbo/Academia das Ciências de Lisboa.
- Coelho, D. (2011). *Modelo de Estrutura de Conhecimento – Ginástica*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Consultado a 3 de março de 2016, disponível em: http://scholar.google.pt/scholar?start=20&q=caracteriza%C3%A7ao+da+modalidade+de+ginastica&hl=pt-PT&as_sdt=0,5
- Candela, M., Conte, R., Pestana, N., D'anna, C. & Paloma, F. (2013). The role of dancing in the educational process. *Social and Behavioral Sciences*. 106: pp. 3069-3074. Doi: 10.1016/j.sbspro.2013.12.354
- Cruz, J. (2008). Processo de ensino-aprendizagem na sociedade da informação. *Edu. Soc.* 29 (105). Campinas. pp. 1023 – 1042. Consultado a 25 de julho de 2016, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/es/v29n105/v29n105a05>
- Darido, S. (2004). A educação física na escola e o processo de formação dos não praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 18(1), 61-80. Consultado a 10 de Agosto de 2016, disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16551>

EBSAAS (2015/2016). *Regulamento Interno da Escola*.

Fernandes, J. (2001). Formas de ensinar, formas de avaliar – Breve análise às práticas correntes de avaliação. In Abrantes, P. & Araújo, F. *Reorganização Curricular do Ensino Básico. Avaliação das Aprendizagens - das concepções às práticas*. (pp. 35-42). Lisboa: Ministério da Educação.

Fernandes, R. (2008). *A Dinâmica Decisional no Badminton. O Acoplamento Serviço – Recepção nos Atletas de Singulares Homens de Elite Mundial*. Funchal: R. Fernandes. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade da Madeira. Consultado a 2 de outubro de 2015, disponível em: <http://digituma.uma.pt/bitstream/10400.13/261/1/MestradoRicardoFernandes.pdf>

Figueiredo, A. (1997). Os Desportos de Combate nos programas de Educação Física. *Revista Horizonte*, vol. XIV, nº 80, Novembro-Dezembro, pp. 36-39. Consultado a 15 de janeiro de 2016, disponível em: <http://repositorio.ipv.pt/handle/10400.19/454>

Figueiredo, A. (1998). Os Desportos de Combate nas aulas de Educação Física. *Revista Horizonte*, vol. XIV, nº 81, Janeiro-Fevereiro, pp. I-VIII do Dossier.

Freire, P. (1979). *Educação e mudança*. Rio de Janeiro: Paz e Terra.

Freire, P. (1997). *Professora sim, Tia não: Cartas a quem ousa ensinar*. São Paulo: Olho d'Água.

Freire, A. (2001). Conceções orientadoras do processo de aprendizagem do ensino nos estágios pedagógicos. DEFCUL.

Garcia da Silva, O. & Navarro, E. C. (2012). A relação professor-aluno no processo ensino-aprendizagem. *Revista Eletrónica da Univar*, 8 (3). 95-100, Consultado a 20 de agosto de 2016, disponível em: http://revista.univar.edu.br/downloads/relacao_professor_aluno_processo.pdf

Garganta, J. (1995). Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In Graça, A. & Oliveira, J. (Eds). *O ensino dos jogos desportivos*. 2ª Eds. Lisboa: Universidade do Porto, p. 11-25.

Godinho, D. (2010). *Relatório de Estágio Profissional de EF nos Ensinos Básico e Secundário*. Porto: D. Godinho. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade do Porto.

Gomes, M. (2004). *Planeamento em EF – comparação entre professores principiantes e professores experientes*. Funchal: M. Gomes. Monografia apresentada à Universidade da Madeira.

- Hanauer, F. (2007). *Fatores que influenciam na motivação dos alunos para participar das aulas de Educação Física*. Consultado a 20 de agosto de 2016, disponível em: <http://seifai.edu.br/artigos/Fernando-MotivacaonasaulasdeEdFisica.pdf>
- Hargreaves, A. (1994). *Changing Teachers, Changing Times: teacher's work and culture in the postmodern age* (1ª Ed.). Nova Iorque.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). *Programa de Educação Física para o 10º, 11º e 12º anos: Cursos gerais e cursos tecnológicos*. Lisboa: Direcção- Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular do Ministério da Educação.
- Junkie, J. (2012). *Historial*. Consultado a 25 de outubro de 2015, disponível em: http://ebsaas.com/portal/index.php?option=com_content&task=view&id=21&Itemid=29
- Lacerda, T. & Gonçalves, E. (2009). Educação estética, Dança e desporto na escola, *Revista portuguesa de ciências do desporto*. 9 (1), pp. 105-114. Consultado a 15 de novembro de 2016, disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1645-05232009000100010&script=sci_arttext&tlng=pt
- Lei de Bases do Sistema Educativo (2005). Lei nº 49/2005 de 30 de Agosto.
- Lima, M. (2015). *A emergência do ensino dos desportos de combate nas aulas de educação física*. UTAD: M. Lima. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade de Trás os Montes e Alto Douro. Consultado a 2 de janeiro de 2016, disponível em: http://repositorio.utad.pt/bitstream/10348/4684/1/msc_maalima.pdf
- Lopes, H., Fernando, C., & Vicente (Julho, 2008). Meios e processos da pedagogia no treino desportivo – Um exemplo no Judo. In Narici, M (presidência), *13th Annual Congress of the European College of Sport Science*. Conferência organizada por European College of Sport Science, Estoril.
- Lopes, H. (2014). Avaliação sumativa – o erro do avaliador. In: Lopes, H., Gouveia, E., Alves, A. & Correia, A. (Org.). *Problemáticas da Educação Física I*. (pp. 104 – 114). Funchal: Universidade da Madeira.
- Lopes, H. (2012). Repensar a Formação. In: *Pedradas no Charco – Contributos para a Rotura do Processo Pedagógico*. Funchal: Universidade da Madeira.
- Magill, R. (2000). *Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações*. Tradução por Aracy Mendes da Costa. São Paulo: Edgar Blucher.

- Marcon, D., Graça, A., & Nascimento (2013). O conhecimento do contexto na formação inicial em Educação Física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 27 (4), 633-645. Consultado a 25 de agosto, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v27n4/v27n4a11.pdf>
- Marzinek A., & Neto A. (2007). A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Ano 11 - Nº 105. Consultado a 15 de agosto de 2016, disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd105/motivacao-de-adolescentes-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>
- Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R. & Damásio, A. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Exedra*. Nº6. Coimbra.
- Mesquita, I. (1995). Ensino do Voleibol: Proposta Metodológica. In Graça, A.; Oliveira, J. (Eds). *O ensino dos jogos desportivos*. 2ª Eds. Lisboa: Universidade do Porto, p. 153-199.
- Mogadouro, A. (2012). *Formação dos jogos desportivos coletivos*. Porto: A. Mogadouro. Dissertação de Mestrado apresenta à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Consultado a 23 de dezembro de 2015, disponível em: https://sigarra.up.pt/fcup/pt/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=3423
- Nóvoa, A. (2002). *Formação de Professores e trabalho pedagógico*. Lisboa: Educa.
- Oliveira, M., Louzada, L., Zago, E., & Surdi, A., (2011). Visão dos alunos sobre a Educação Física no ensino médio no município de Videira, SC. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Ano 16 - Nº 158. Consultado a 15 de agosto de 2016, disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd105/motivacao-de-adolescentes-nas-aulas-de-educacao-fisica.htm>
- Peres, A. (1999). *Educação intercultural: Utopia ou Realidade?* Porto: Profedições, Lda/Jornal a Página. Consultado a 17 de Novembro de 2015, disponível em: http://www.apagina.pt/Download/PAGINA/SM_Doc/Mid_2/Doc_7814/Doc/P%C3%A1gina_7814.pdf
- Piéron, M. (1996). *Formação de professores. Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógicas*: Cruz Quebrada: Edições FMH;
- Piéron, M. (1988). *Enseignement des Activites Physiques et Sportives – Observation et Recherches*. Université de Liège

- Pinheiro, M., Pinto, R., Albuquerque, A., & Pereira, A. (2013). “Outra vez, professor?”: percepções de alunos em relação à Educação Física. *Motrivivência*, (40), 90-105. Consultado a 15 de agosto de 2016, disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/29303>
- Projeto Educativo de Escola (2011). *Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva* (2011-2015). Acedido em <http://mirror.ebsaas.com/>
- Prudente, J., Garganta, J., & Anguera, M. (2004). Desenho e validação de um sistema de observação no Andebol. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, vol.4 (3), pp.49-65. Consultado a 26 de novembro de 2015, disponível em: http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/vol.4_nr.3/1.06_joao_prudente.pdf.
- Prudente, J. (2006). *Análise da performance táctico-técnica no andebol de alto nível*. Funchal: J. Prudente. Tese de doutoramento apresentada à Universidade da Madeira.
- Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Edição Instituto Politécnico de Bragança. Consultado a 20 de Dezembro de 2015, disponível em: <https://bibliotecadigital.ipb.pt/handle/10198/2558>
- Reis, P (2011). *Observação de aulas e avaliação do desempenho docente*. Lisboa: Ministério da Educação – Conselho Científico para a Avaliação de Professores. Consultado a 10 de novembro de 2015, disponível em: <http://www.ccap.min-edu.pt/pub.htm>
- Rodrigues & Ferreira (1997). Valores e Expetativas dos Professores-Estagiários. In Congresso Nacional de Supervisão na Formação (1ª Ed), *1º congresso nacional de supervisão na formação: contributos inovadores*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Rosado, A. (s.d.). *Planeamento da Educação Física: Modelos de Leccionação*. Consultado a 26 de outubro de 2015, disponível em: home.fmh.utl.pt/~arosado/Modelos20021.PPT
- Rosado, A. (1998). *Desenvolvimento Sócio-afetivo em EF*. Millenium.
- Rosado, A., Dias, L. & Silva, C. (2002). A avaliação das aprendizagens em Educação Física e Desporto. In: António Rosado & Carlos Colaço (Org.) (2002). *Avaliação das aprendizagens – fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Pp. 11 – 95. Lisboa: Omniserviços.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2009). *Pedagogia do Desporto: Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução*. Lisboa: Edições FMH.

- Rosado, A., & Ferreira, V. (2011). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem. In Rosado, A., & Mesquita, I., *Pedagogia do Desporto* (pp. 185-206). Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Rosado, A. (2003). Conceitos básicos sobre planificação didáctica. *Pedagogia do Desporto - Estudos* 7. Pp. 27-47
- Santos, L., & Ponte, J. (2002). A prática lectiva como actividade de resolução de problemas: Um estudo com três professoras do ensino secundário. *Quadrante*, 11 (2), 29-54. Consultado a 3 de agosto de 2016, disponível em: http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/3980/1/02-Santos-Ponte_Quadrante_11-2.pdf
- Sarmiento, P. (2004). *Pedagogia do desporto e da observação*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Sérgio, M. (2003). *Um Corte Epistemológico: Da EF à motricidade humana* (2ª Ed.). Lisboa: Instituto de Piaget.
- Silva, A. (2000). A formação contínua de professores: Uma reflexão sobre as práticas e as práticas de reflexão em formação. *Educação & Sociedade*, 21 (72), 89-109. Acedido em <http://www.scielo.br/pdf/es/v21n72/4195.pdf>
- Silva, M., Alcântara, A., Liberali, R., Netto, M. & Mutarelli, M. (2012). A importância da Dança nas aulas de Educação Física – Revisão sistemática, *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*. 11 (2), pp. 38 – 54. Consultado a 30 de novembro de 2015, disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/3310>
- Simões, J., Fernando, C., Barros, C., Aguiar, I. & Lopes, H. (2012). A crise da Educação Física. In Bento, A. (Org.). *A Escola em Tempo de Crise - Oportunidades e Constrangimentos*. (pp. 163 – 171). Funchal: CIDESD, Universidade da Madeira.
- Siqueira, D. (2004). *Relação Professor-Aluno: Uma Revisão Crítica*. Consultado a 4 de Julho de 2016, disponível em: <http://www.conteudoescola.com.br/component/content/article/30/132>
- Stadnik, A. (2008). *Representações e práticas de professores universitários de educação física: Quatro histórias de vida*. Minho: A. Stadnik. Dissertação de Doutoramento apresentada à Universidade do Minho. Consultado a 16 de janeiro de 2016, disponível em: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/9061/1/Tese%20Final.pdf>

ANEXOS

Anexo A - Questionário de caracterização - 11º2

No âmbito da Prática de estágio do Mestrado em Educação Física e Desporto nos ensinos básico e secundário da Universidade da Madeira, serve o presente questionário para proceder à “caracterização da turma”, tendo como objetivo conhecer melhor a mesma, no sentido de melhorar o processo de ensino aprendizagem.

CONFIDENCIALIDADE

A tua colaboração é importante por isso, peço que respondas de forma sincera ao preenchimento do questionário. A confidencialidade da informação recolhida, bem como a tua identidade serão asseguradas.

Dados pessoais:

Nome: _____ N° de aluno: _____

Escola

1. Há quantos anos frequentas esta escola? _____

2. Gostas desta escola? Sim Não

2.1

Porquê? _____

3. Como consideras a tua relação com a tua turma? (Assina com X apenas uma opção)

Muito boa Boa Razoável Má Péssima

4. Como te deslocas para a escola?

Autocarro Carro particular A pé Outro Qual? _____

4.1 Quanto tempo demoras a chegar à escola? _____

5. Nível de escolaridade pretendida? 12º Ano Ensino Superior

Se escolheste ensino superior: Área? _____

Atividade Física /Desporto Escolar/Educação Física

1. Costumas fazer atividade física? Sim Não

2. Se sim:

Atividade/modalidade	Nº de vezes por semana

3. Praticas ou alguma vez praticaste alguma modalidade no Desporto Escolar? Sim Não

3.1. Se sim Qual? _____ Em que ano? _____.

4. Para conhecer o teu grau de satisfação das aulas de Educação Física, gostaríamos que avaliasse numa escala de (1 a 5), onde 1 significa (gosto pouco), 3 (gosto) e 5 (gosto muito). 1 2 3 4 5

5. Que modalidades gostavas que fossem abordadas em Educação Física? _____
_____.

6. Classifica de 1 a 8 a tua ordem de preferência, nas seguintes matérias, onde o número 1 significa a matéria que mais gostas e 8 a que menos gostas.

Voleibol Andebol Futebol Ténis Desportos de
Badmínton Basquetebol Ginástica Dança Combate

Tempos Livres

1. Tens computador em casa? Sim com internet Sim sem internet Não

1.1. Se sim com internet: Com que finalidade? Fazer trabalhos Jogos Redes sociais

2. Quais as atividades que mais gostas e fazes nos teus tempos livres?

Navegar na internet Videojogos Ouvir música Ler Ver TV Estar com os amigos


Passear Praticar desporto Ajudar os pais Outros

2.1. Se outros
quais? _____.

Alguma outra informação que aches pertinente acrescentar, no sentido de te conhecermos melhor?

Obrigado(a) pela sua colaboração!
Octávio Jesus ;)

Anexo B - Exemplo de Ficha de Avaliação Diagnóstico

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva				Data: 24-09-2015				Turma: 11º2												
Professor estagiário: Octávio Jesus				Avaliação diagnóstica: JDC																
Critérios	Jogo Espontâneo (10-11)				Jogo Intencional (12-14)				Jogo Estruturado (15-17)				Jogo Elaborado (18-20)							
Ocupação do Espaço	1-Ocupação do espaço em função da bola;				5-Ocupação do espaço em função dos adversários e colegas				9-Ocupação racional do espaço				13-Ocupação estratégica do espaço							
Progressão no Terreno	2-Progressão para o terreno em função da bola				6-Progressão no terreno em função da baliza				10-Progressão no terreno em função dos colegas adversários, bola e baliza				14-Progressão estratégica no terreno							
Domínio da bola	3-Insuficiente domínio da bola				7-Domínio instável da bola				11-Domínio estável da bola				15-Domínio estável e criativo da bola							
Ações de Cooperação	4-Ausência de cooperação				8-Cooperação oportunista intermitente				12-Cooperação consciente				16-Cooperação subconsciente (automatismos)							
Nº	Nome				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2												X	X	X	X					
3								X	X		X				X					
4								X	X		X				X					
5					X	X	X				X									
6					X	X	X	X												
7					X	X				X	X									
8					X	X				X	X									
9								X			X		X	X						
10					X	X	X	X												
11								X					X	X	X					
12								X	X		X				X					
13											X	X	X	X						
14								X	X	X	X									
16					X	X		X		X										
17											X	X	X	X						
19					X	X	X	X												

1º PERÍODO

<p>Competências Gerais: Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo. Analisar e interpretar a realização das AFD selecionadas. Aplicar os conhecimentos sobre técnica, tática, organização e participação, ética desportiva, etc. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das AFD, conhecer e interpretar os fatores de saúde e de risco associados à prática das AFD e aplicar as regras de higiene e de segurança. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar.</p>						
Unidade de trabalho	Conteúdos	Competências específicas	Estratégias	Recursos	Avaliação	90'
Badminton	<p>- Principais regras de Badminton</p> <p>Em situação de jogo de singulares e a pares:</p> <p>-Executa serviço curto ou longo de forma a criar dificuldades ao adversário;</p> <p>- Posição Base Fundamental</p> <p>- Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) de acordo com a trajetória do volante;</p> <p>- Posição ofensiva e defensiva básicas</p> <p>Em situação de jogo realiza com intencionalidade:</p> <p>- Serviço curto e comprido (na área de serviço e na diagonal)</p> <p>- Clear</p> <p>- Lob</p> <p>- Amorti (à direita e à esquerda)</p> <p>- Drive (à direita e à esquerda)</p> <p>- Remate</p>	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p>b) Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p>c) Adquirir os fundamentos técnico-táticos abordados;</p> <p>d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino:</p> <p>- Instrução oral feedback pedagógico;</p> <p>- Supervisão e controlo dos alunos;</p> <p>- Ambiente pedagógico positivo;</p> <p>- Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos;</p> <p>- Utilização dos alunos como agentes de ensino;</p> <p>- Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco.</p> <p>Estratégias Organização:</p> <p>- Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo;</p> <p>- Formação de grupos ou equipas;</p> <p>- Aplicação de regras para a organização dos alunos, arrumação de material e funcionamento das aulas.</p>	<p>Materiais:</p> <p>- Raquetas</p> <p>- Volantes</p> <p>- Redes</p> <p>- Postes</p> <p>- Cones/Pinos</p> <p>- Coletes</p> <p>- Apito</p> <p>- Cronómetro</p> <p>- Marcadores</p> <p>- Quadro</p> <p>- Manual</p> <p>- Tablet</p> <p>Instalações:</p> <p>- Pavilhão</p>	<p>Avaliação Diagnóstica</p> <p>Avaliação Formativa</p> <p>Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR (70%)</p> <p>- Empenhamento Motor (35%)</p> <p>- Progressão na APZ (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. <p>- Teste Prático AFD (15%)</p> <p>COGNITIVO (20%)</p> <p>- Trabalho de Grupo - 15%</p> <p>- Questão aula – 5%</p> <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <p>Comportamento/Responsabilidade – 2,5%</p> <p>- Cooperação/Participação – 2,5%</p> <p>- Pontualidade/Equipamento EF - 5%</p>	6

Observações:

Domínio Sócio – Afetivo:

Coopera com os companheiros, nas diferentes situações, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.

Domínio Cognitivo – Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando as suas ações a esse conhecimento.

Unidade de trabalho	Conteúdos	Competências específicas	Estratégias	Recursos	Avaliação	90'
Voleibol	<p>- Regulamento – principais regras de Voleibol</p> <p>Em situação de exercício critério, jogo 4x4 reduzido ou jogo 6x6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posição Base Fundamental - Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) - Atitude / posição defensiva e ofensiva básicas - Serviço por baixo e/ou serviço por cima (tipo ténis) - Recepção do serviço em Manchete - Passe por cima a duas mãos (toque de dedos) de frente - Passe alto de costas (toque de dedos de costas) - Finaliza o ataque com passe colocado - Finaliza o ataque com o <i>Amorti</i>. - Remate em apoio e remate com salto (em suspensão) -Bloco <p>Dinâmica coletiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ocupação racional do espaço; -Comunicação. 	<p>Domínio Psicomotor:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Adquirir os fundamentos técnico-técnicos abordados; d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo. 	<p>Estratégias Ensino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução oral feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p>Estratégias de Trabalho:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo (formas jogadas); - Jogos pré-desportivos; - Realização de jogo reduzido/condicionado e dirigido (1x1, 2x2, 3x3, etc.); - Realização de jogo formal; - Formação em xadrez; - Trabalho em coluna. - Auto - e hetero-avaliação. 	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bolas - Redes - Postes - Cordas - Arcos - Cones - Coletes - Marcadores - Quadro - Cronómetro - Apito - Manual <p>Instalações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pavilhão 	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR (70%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%) <p>COGNITIVO (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula – 5% <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Comportamento/Responsabilidade – 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	12

Observações:

Domínio Sócio – Afetivo: Cooperar com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas, dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.

Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.

Domínio Cognitivo: Adequa a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo.

Andebol	<p>- Regulamento – principais regras de Andebol Realiza em situação de exercício critério e situação de jogo 5x5 ou 7x7, após recuperação de bola: Posição base Fundamental -Domínio e Controlo da bola (recepção a um ou duas mãos, drible de progressão e de proteção) -Deslocamentos (desloca-se lateralmente frontalmente e posiciona-se corretamente) -Ocupação racional do espaço de jogo -Desmarcação; Passe (picado ou de peito) ou drible em direção ao alvo; -Finalização (remate em suspensão ou na passada); Em situação de 1x1: -Ataca espaço vazio para efetuar remate ou fixa o adversário para passar a bola; -Colabora no cruzamento com outro jogador Nas movimentações ofensivas: -Colabora com os companheiros (Desmarcação / Criação de linhas de passe /equilíbrio ofensivo) Pega na bola, passa ou dribla para finalizar. Na defesa: -Assume atitude defensiva para recuperar a bola -Impede o jogador com bola de progredir em drible passar ou realizar remate, colocando-se entre a bola e a baliza -colabora com os colegas avisando os companheiros das movimentações dos adversários Como guarda-redes: -Enquadra-se com a bola sem perder a sua posição em relação à baliza.</p>	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados; d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino:</p> <ul style="list-style-type: none">- Instrução oral feedback pedagógico;- Supervisão e controlo dos alunos;- Ambiente pedagógico positivo;- Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos;- Utilização dos alunos como agentes de ensino;- Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p>Estratégias de Trabalho:</p> <ul style="list-style-type: none">- Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo;- Formação de grupos ou equipas;- Aplicação de regras para a organização dos alunos, arrumação de material e funcionamento das aulas.- Jogos pré-desportivos;- Realização de jogo reduzido/condicionado e dirigido (1x1, 2x2, 3x3, etc.);- Realização de jogo formal;	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none">- Bolas- Redes- Balizas- Arcos- Cones- Coletes- Marcadores- Quadro- Cronómetro- Apito- Manual <p>Instalações:</p> <ul style="list-style-type: none">-Campo exterior	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR 70%)</p> <ul style="list-style-type: none">- Empenhamento Motor (35%)- Progressão na APZ (20%)<ul style="list-style-type: none">• Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais.- Teste Prático AFD (15%) <p>COGNITIVO (20%)</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabalho de Grupo - 15%- Questão aula – 5% <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <p>Comportamento/Responsabilidade – 2,5%</p> <ul style="list-style-type: none">- Cooperação/Participação – 2,5%- Pontualidade/Equipamento EF - 5%	6
---------	---	---	---	---	---	---

2º Período						
Unidade de trabalho	Conteúdos	Competências específicas	Estratégias	Recursos	Avaliação	90'
Voleibol	<p>- Regulamento – principais regras de Voleibol</p> <p>Em situação de exercício critério, jogo 4x4 reduzido ou jogo 6x6:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posição Base Fundamental - Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) - Atitude / posição defensiva e ofensiva básicas - Serviço por baixo e/ou serviço por cima (tipo tênis) - Recepção do serviço em Manchete - Passe por cima a duas mãos (toque de dedos) de frente - Passe alto de costas (toque de dedos de costas) - Finaliza o ataque com passe colocado - Finaliza o ataque com o <i>Amorti</i>. - Remate em apoio e remate com salto (em suspensão) -Bloco <p>Dinâmica coletiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Recepção/defesa orientada para o passador; -Passador assume o 2º toque; -Ocupação racional do espaço; -Comunicação. 	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p>b) Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p>c) Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</p> <p>d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução oral feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p>Estratégias de Trabalho:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo (formas jogadas); - Jogos pré-desportivos; - Realização de jogo reduzido/condicionado e dirigido (1x1, 2x2, 3x3, etc.); - Realização de jogo formal; - Formação em xadrez; - Trabalho em coluna. - Auto - e hetero-avaliação. 	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bolas - Redes - Postes - Cordas - Arcos - Cones - Coletes - Marcadores - Quadro - Cronómetro - Apito - Marmal <p>Instalações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pavilhão 	<p>Avaliação Diagnóstica</p> <p>Avaliação Formativa</p> <p>Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR (70%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%) <p>COGNITIVO (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula – 5% <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comportamento/Responsabilidade – 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	5
<p>Observações:</p> <p>Domínio Sócio – Afetivo: Cooperar com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas, dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.</p> <p>Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.</p> <p>Domínio Cognitivo: Adequa a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo.</p>						

<p style="text-align: center;">Basquete bol</p>	<p>- Regulamento – principais regras de Basquetebol Realiza em situação de exercício ou em jogo de 5x5, as seguintes ações: -Posição base fundamental -Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) -Domínio e Controlo da bola (recepção a um ou duas mãos, drible de progressão e de proteção) - Atitude / posição defensiva e ofensiva básicas - Ocupação racional do espaço de jogo - Desmarcação / Criação de linhas de passe -Passe ou passe rápido (peito, picado com uma mão) ou dribla (drible de progressão/drible de proteção) -Explora situações de 3x2 ou 2x1 -Lançamento (passada, apoio, suspensão ou parado)</p> <p>Quando entra na posse de bola: -Tripla ameaça (finalização, passe ou drible). Sem posse da bola: -Desmarca-se para a bola ou para o cesto; -Após cesto participa no ressalto ofensivo;</p> <p>Quando perde posse de bola: -Pressiona o jogador com bola (1/2x meio campo/1/2x campo inteiro) -Recupera defensivamente -Fecha as linhas de passe (pressão) -Após lançamento participa no ressalto defensivo.</p> <p>Princípios do Jogo: - Enquadramento ofensivo (atitude tripla ameaça) / defensivo - Drible / aclaramento - Passe / corte (desmarcação) - Lançamento / ressalto</p>	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados; d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino: - Instrução oral e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco.</p> <p>Estratégias de Trabalho: - Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo; - Formação de grupos ou equipas; - Aplicação de regras para a organização dos alunos, arrumação de material e funcionamento das aulas. - Jogos pré-desportivos; - Realização de jogo reduzido/condicionado e dirigido (1x1, 2x2, 3x3, etc.); - Realização de jogo formal;</p>	<p>Materiais: - Bolas - Tabelas - Cordas - Arcos - Cones - Coletes - Cronómetro - Apito - Marcadores - Quadro - Manual</p> <p>Instalações: Pavilhão/campo exterior</p>	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR 70% - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%)</p> <p>COGNITIVO (20%) - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula – 5%</p> <p>SÓCIO-AFETIVO (10%) Comportamento/Responsabilidade – 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5%</p>	<p style="text-align: center;">10,5</p>
---	--	--	---	--	---	---

3º Período						
Unidade de trabalho	Conteúdos	Competências específicas	Estratégias	Recursos	Avaliação	90'
Desportos de Combate – Luta e Judo	<p>- Regulamento – principais regras dos Desportos de Combate</p> <p>Realiza as seguintes ações:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Posição Base Fundamental -Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) - Postura natural e postura defensiva - Combate na luta de pé - Combate na luta no solo - Saudação em pé e de joelhos - Pegas de direita e esquerda - Esquiva de direita e esquerda - Controlo da projeção e da queda - Técnicas de Quedas: para trás, para a frente e laterais - Entradas, Viragem, Imobilização e Saída das imobilizações - Relação de forças: Força intensidade e Ponto de aplicação - Técnicas de controlo e imobilização: <i>Kami-shiho-gatame e Yoko-shiho-gatame</i> 	<p>Domínio Psicomotor:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Respeito pelo outro 	<p>Estratégias Ensino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p>Estratégias de Trabalho:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Trabalho por circuito e estações; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo - Jogos pré-desportivos; - Trabalho de casa; - Auto - e hetero-avaliação. 	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Colchões - Coletes - Cronómetro - Apito - Marcadores - Quadro - Manual - Projetor - Tablet <p>Instalações: Ginásio Pavilhão</p>	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR 70%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%) <p>COGNITIVO (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula - 5% <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Comportamento/Responsabilidade - 2,5% - Cooperação/Participação - 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	4/7
Observações:						
<p>Domínio Sócio – Afetivo: Cooperar com os companheiros, nos exercícios, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas, dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.</p> <p>Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respetivos sinais e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.</p> <p>Domínio Cognitivo: Adequa a sua atuação, quer como tori ou uke, ao objetivo da situação refletindo sobre esta.</p>						

<p>Futebol</p>	<p>- Regulamento – principais regras de Futebol Realiza as seguintes ações em situação de jogo reduzido ou 5x5 7x7 - Posição Base Fundamental - Deslocamentos (desloca-se e posiciona-se corretamente) - Atitude / posição defensiva e ofensiva básicas - Ocupação racional do espaço de jogo - Recepção e controlo da bola - Remate e Remate de Cabeça - Condução de bola - Drible e Finta - Passe (rasteiro ou por alto) - Marcação e Desmarcação - Pressão, Interceção e Desarme</p> <p>Na posse de bola: - Controla a bola e enquadra-se ofensivamente para Penetrar, rematar, passar ou conduzir a bola. - Desmarca-se na direção da baliza e/ou de apoio - Devolve a bola a um colega que abriu uma linha de passe Em situação de defesa, impede a construção das ações ofensivas: - Pressiona o jogador em posse de bola (HxH) - Colabora com um colega criando situações de superioridade numérica defensiva - Fecha as linhas de passe mais ofensivas - Realiza as dobras quando os colegas são ultrapassados - Ajusta a sua posição defensiva fazendo compensação - Aumenta a pressão quando o atacante se aproxima da baliza; Como guarda-redes: - Enquadra-se com a bola para impedir o golo - Ao recuperar a bola, passa a bola a um jogador desmarcado</p> <p>Princípios do Jogo (ataque / defesa) Penetração/contenção Cobertura ofensiva/Cobertura defensiva Mobilidade/Equilíbrio Espaço/Concentração</p>	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades coordenativas; e b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Adquirir os fundamentos técnico-táticos abordados; d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tática e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino: - Instrução e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco.</p> <p>Estratégias de Trabalho: - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Trabalho por circuito e estações; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo (formas jogadas); - Jogos pré-desportivos; - Realização de jogo reduzido/condicionado e dirigido (1x1, 2x2, 3x3, etc.); - Realização de jogo formal; - Torneio intraturma; - Formação em xadrez; - Trabalho em coluna. - Trabalho de casa; - Auto - e hetero-avaliação.</p>	<p>Materiais: - Bolas - Balizas - Cordas - Arcos - Cones - Coletes - Cronómetro - Apito - Marcadores - Quadro - Manual - Cartazes</p> <p>Instalações: Polidesportivo</p>	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR 70% - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%)</p> <p>COGNITIVO (20%) - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula – 5%</p> <p>SÓCIO-AFETIVO (10%) Comportamento/Responsabilidade – 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5%</p>	<p>8</p>
----------------	--	---	--	---	---	----------

1º 2º e 3º Período						
Unidade de trabalho	Conteúdos	Competências específicas	Estratégias	Recursos	Avaliação	90'
Atividades de Exploração da Natureza Escalada / Orientação	<p>- Regulamento e principais regras de segurança</p> <p>Escalada:</p> <p>- Nós básicos da escalada</p> <p>- Escalada com apoio, em percursos de trepar de dificuldade variável (sistema Boulder-Travessia e Molinete/Top-rope): Regra dos três pontos de apoio, afasta lateralmente os pontos de apoio e procura uma posição vertical e/ou de afastamento do muro de escalada.</p> <p>- Desce em segurança e dá segurança.</p> <p>Orientação:</p> <p>- Realiza um percurso de orientação simples, a par. faz a leitura e orienta o mapa, com uma bússola e identifica/interpreta a sinalética/simbologia.</p> <p>- Identifica as características do percurso, calcula as distâncias e seleciona o trajeto mais adequado.</p>	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p>b) Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p>c) Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</p> <p>d) Adotar de forma ajustada as ações técnico-tático e estratégicas em situação de jogo.</p>	<p>Estratégias Ensino:</p> <p>- Instrução e feedback pedagógico;</p> <p>- Supervisão e controlo dos alunos;</p> <p>- Ambiente pedagógico positivo;</p> <p>- Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos;</p> <p>- Utilização dos alunos como agentes de ensino;</p> <p>- Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco.</p> <p>Estratégias Organização:</p> <p>- Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo;</p> <p>- Enumeração dos alunos;</p> <p>- Aplicação de regras para a organização dos alunos, arrumação de material e funcionamento das aulas.</p> <p>Estratégias de Trabalho:</p>	<p>Materiais:</p> <p>Cordas</p> <p>Mosquetões</p> <p>Baudrier/Arnês</p> <p>Mapas/Bússola</p> <p>Balizas/</p> <p>Picador</p> <p>Cartão</p> <p>Cronómetro</p> <p>Apito</p> <p>Marcadores</p> <p>Quadro</p> <p>Cartazes</p> <p>Instalações:</p> <p>Pavilhão</p> <p>Escola</p>	<p>Avaliação Diagnóstica</p> <p>Avaliação Formativa</p> <p>Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR (70%)</p> <p>- Empenhamento Motor (35%)</p> <p>- Progressão na APZ (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. <p>- Teste Prático AFD (15%)</p> <p>COGNITIVO (20%)</p> <p>- Trabalho de Grupo - 15%</p> <p>- Questão aula - 5%</p> <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <p>Comportamento/Responsabilidade</p>	2/4

<p style="text-align: center;">A Educação, a AFD e a Saúde</p>	<ul style="list-style-type: none"> - A Educação Física - O Desporto - A Saúde - O Olimpismo - Benefícios e diretrizes da AFD - Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física 	<ul style="list-style-type: none"> - Fomentar a adoção de estilos de vida saudáveis. - Promover a saúde e o bem-estar através da AFD. - Adotar a AFD na vida quotidiana dos alunos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo (formas jogadas); - Jogos pré-desportivos; - Formação em xadrez, coluna, vagas; - Trabalho de casa; - Auto - e hetero-avaliação. 	<p>Quadro Manual Fichas Cartazes Projeter Vídeos</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	3
<p style="text-align: center;">Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Resistência - Força - Velocidade - Flexibilidade - Destreza geral 	<p><u>Domínio Psicomotor:</u></p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas.</p>		<p>FitnessGram Ficha Registo Fita Métrica Balança Apito Cronómetro Bola medicinal Cordas CD-Audio</p>		3/6

Dança (Experiência)	<p>-Movimentos Locomotores e não locomotores Locomotores: Walk; Jump; Run; Hop; Leap. Não locomotores: Swing; stretch; Bend; Push; Turn; Shake -Notação de Laban -Ritmo, Espaço, Energia -Montagem de coreografia</p>	<p><u>Domínio Psicomotor:</u></p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras, noção de tempo, espaço e ritmo; c) Ter controle corporal perante situações inabituais, vivenciando novas experiências físico-desportivas; d) Desenvolver a estruturação e orientação do esquema corporal.</p>	<p><u>Estratégias Ensino:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p><u>Estratégias Organização:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo; - Enumeração dos alunos; - Formação de grupos ou equipas; 	<p>Materiais: Rádio CD Projektor Tablet Vídeos</p> <p>Instalações: Ginásio</p>	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p><u>DOMÍNIOS:</u></p> <p><u>PSICOMOTOR (70%)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) - Teste Prático AFD (15%) 	3
Capoeira	<p>-Principais regras -Habilidades técnicas: Ginga -Combinação da Ginga com jogos de combate</p>	<p><u>Domínio Psicomotor:</u></p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; b) Desenvolver as habilidades motoras; c) Respeito pelo outro</p>	<p><u>Estratégias Ensino:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p><u>Estratégias Organização:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Organização dos alunos em círculo, - Situações de 1x1 	<p>Materiais: Berimbau Pandeireta</p> <p>Instalações: Ginásio</p>	<p><u>COGNITIVO (20%)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho de Grupo - 15% - Intervenções Aula - 5% <p><u>SÓCIO-AFETIVO (10%)</u></p> <p>Comportamento/Responsabilidade - 2,5%</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cooperação/Participação - 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	1

<p style="text-align: center;">Ginástica</p>	<p>- Regulamento – principais regras de Ginástica</p> <p>Elabora, realiza e aprecia uma sequência de habilidades no solo (em colchões), que combine, com fluidez, destrezas gúnicas, designadamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cambalhota à frente, terminando em equilíbrio (e saltada) - Pino de braços, terminando em cambalhota à frente (com e sem ajuda) - Cambalhota à retaguarda, terminando em equilíbrio - Roda e Rodada - Posições de equilíbrio: avião, bandeira, etc.) - Posições de flexibilidade: ponte, espartagata frontal e lateral - Saltos, voltas e afindos (elementos de ligação) <p>Em situação de exercício, nos colchões, faz:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Roda - Salto de mãos à frente (com ajuda) <p>No plinto, realiza os seguintes saltos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto de eixo (plinto transversal e plinto longitudinal) - Salto entre-mãos (plinto longitudinal) <p>No minitrampolim, realiza os seguintes saltos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto em extensão (vela) - Salto engrupado - Pirueta vertical - Carpa de pernas afastadas e de pernas unidas 	<p>Domínio Psicomotor:</p> <p>a) Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p>b) Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p>c) Ter controlo corporal perante situações inabituais, vivenciando novas experiências físico-desportivas;</p> <p>d) Desenvolver a estruturação e orientação do esquema corporal.</p>	<p>Estratégias Ensino:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Instrução e feedback pedagógico; - Supervisão e controlo dos alunos; - Ambiente pedagógico positivo; - Demonstrações, quer pelo professor, quer por alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Método de ensino Comando / Diretivo, Misto, Tarefa, Descoberta Guiada, Recíproco. <p>Estratégias Organização:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem - Individualização; - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual; - Organização dos alunos em xadrez, em linha ou colunas, meia-lua, espalhados pelo campo; - Enumeração dos alunos; - Formação de grupos ou equipas; - Formação de estações / circuitos - Aplicação de regras para a organização dos alunos, arrumação de material e funcionamento das aulas. 	<p>Materiais:</p> <ul style="list-style-type: none"> Colchões Tapetes Plinto Bock Minitrampolim Reuther Banco Sueco Espaldares Cordas Arcos Cronómetro Apito Marcadores Quadro Manual <p>Instalações:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pavilhão 	<p>Avaliação Diagnóstica Avaliação Formativa Avaliação Sumativa</p> <p>DOMÍNIOS:</p> <p>PSICOMOTOR (70%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empenhamento Motor (35%) - Progressão na APZ (20%) <ul style="list-style-type: none"> • Av. em exercícios critério/Jogos reduzidos, condicionados ou formais. - Teste Prático AFD (15%) <p>COGNITIVO (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trabalho de Grupo - 15% - Questão aula – 5% <p>SÓCIO-AFETIVO (10%)</p> <ul style="list-style-type: none"> Comportamento/Responsabilidade – 2,5% - Cooperação/Participação – 2,5% - Pontualidade/Equipamento EF - 5% 	<p style="text-align: center;">3/5</p>
--	--	--	---	---	--	--

Anexo D - Bateria de testes utilizados na AD da Aptidão Física

Teste	Bateria de Testes	Avaliação
Vaivém	Fitnessgram	Aptidão Aeróbia
Abdominais	Eurofit	Força e Resistência abdominal
Flexões	Fitnessgram	Força e resistência dos membros superiores
Salto s/corrída	Eurofit	Força dos membros inferiores
Senta e alcança	Fitnessgram	Flexibilidade dos membros inferiores e tronco
Peso	Fitnessgram	Composição Corporal
Altura	Fitnessgram	Composição Corporal
IMC	Fitnessgram	Composição Corporal

Anexo E - Princípios dos Jogos Desportivos Coletivos (adaptado de Costa, Garganta, Greco e Mesquita, 2009)

Ataque

Penetração	<ul style="list-style-type: none"> -Destabilizar a organização defensiva adversária; -Atacar diretamente o adversário ou a baliza; -Criar situações vantajosas para o ataque em termos numéricos e espaciais.
Cobertura Ofensiva	<ul style="list-style-type: none"> -Apoiar o portador da bola, oferecendo-lhe opções para dar sequência ao jogo; -Diminuir a pressão adversária sobre o portador; -Criar desequilíbrios na organização defensiva adversária criando superioridade numérica; -Manter a posse de bola.
Mobilidade	<ul style="list-style-type: none"> -Criar ações de ruptura na organização defensiva adversária; -Criar linhas de passe em profundidade dando sequência à ação ofensiva; -Garantir o domínio da bola aumentando substancialmente as hipóteses de marcar um golo.
Espaço	<ul style="list-style-type: none"> -Utilizar e ampliar o espaço de jogo efetivo; -Aumentar o espaço entre os jogadores adversários; -Dificultar a marcação da equipa adversária; -Garantir espaços de menor pressão de forma a “ganhar” tempo na tomada de decisão; -Procurar opções seguras através de jogadores posicionados mais defensivamente.
Unidade Ofensiva	<ul style="list-style-type: none"> -Facilitar o deslocamento da equipa no meio ofensivo; -Atacar em unidade ou em bloco oferecendo segurança nas ações ofensivas, garantindo uma equipa equilibrada e organizada de forma a permitir linhas de passe; -Manter a bola com o objetivo de se aproximar da baliza adversária.
Defesa	
Contenção	<ul style="list-style-type: none"> -Diminuir o espaço da ação ofensiva do portador da bola; -“Empurrar” o portador da bola para zona de menor probabilidade de finalização; -Garantir organização defensiva; -Evitar linhas de passe entre jogadores adversários impedindo a possível finalização à baliza.
Cobertura Defensiva	<ul style="list-style-type: none"> -Apoiar o jogador que se encontra em contenção caso seja ultrapassado; -Transmitir segurança ao jogador de contenção para que este combata primeiramente as ações ofensivas do portador da bola.
Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"> -Assegurar a estabilidade defensiva no local de disputa da bola; -Apoiar jogadores em contenção e cobertura defensiva; -Fechar linhas de passe marcando jogadores alvos que podem receber a bola;

	-Recuperar ou afastar a bola de zonas propicias a golo.
Concentração	-Aumentar a proteção à própria baliza; -Condicionar o jogo ofensivo adversário para zonas menos de menor risco; -Proporcionar aumento da pressão no centro de jogo garantindo apoio a todos os jogadores quem em contenção quer em cobertura defensiva.
Unidade Defensiva	-Permitir à equipa defender em unidade ou bloco, -Garantir estabilidade espacial reduzindo o espaço de jogo, com diminuição da amplitude ofensiva da equipa adversária, quer em amplitude quer em profundidade.

Anexo F - Níveis de jogo/Etapas de Aprendizagem (Mesquita, 1995)

Níveis de jogo/designação	Etapas de Aprendizagem/objetivos
1º Nível de Jogo: Jogo estático	1ª Etapa: enviar a bola por cima da rede
2º Nível de Jogo: Jogo anárquico	2ª Etapa: deslocar-se para receber e colocar-se para enviar de seguida bola
3º Nível de Jogo: Consecução rudimentar dos 3 toques	3ª Etapa: organizar o ataque “passa e vai atacar”
4º Nível de Jogo: Consecução elaborada dos 3 toques dinâmica coletiva	4ª Etapa: organizar a defesa em função do tipo de ataque

Anexo G - Exemplo de UD 3º Período

Enquadramento

Neste terceiro período vamos continuar trabalhando no sentido de um conjunto de habilidade e competências (motoras, condicionais, sócio afetivas, responsabilidade, autonomia e autoestima) referidas anteriormente especialmente com o auxílio das novas matérias que integrarão esta nova UD.

Tendo em conta a maior disponibilidade das instalações e dos materiais parece-nos proveitoso que os alunos experienciem várias matérias ao longo do período tendo em conta que este é mais curto que os restantes muito devido aos feriados e Desporto Escolar que coincidem com as nossas aulas.

O nosso objetivo principal continua o mesmo, isto é, garantir a motivação e empenho nas aulas optando por situações lúdicas, mas que ao mesmo tempo desenvolvam todas as competências descritas anteriormente que esperamos através de novas matérias como a Ginástica e as ARE venham neste momento auxiliar a alcançar estes objetivos, mesmo que sejam matérias pelas quais os alunos não revelaram qualquer interesse inicialmente. Esperamos que neste momento tendo em conta o maior à vontade dos alunos especialmente em situações de exposição nos permita alcançar “resultados positivos” na abordagem destas matérias.

O Futebol e os JDC em geral continuarão a ser lecionados essencialmente através de jogos reduzidos e condicionados de forma a trabalhar ações tático-técnicas que visem desenvolver determinadas competências (cooperação) levando ao “sucesso” não só no jogo reduzido como também em situação de jogo formal.

Em relação aos DC a abordagem será mais funcional procurando realizar uma progressão dos conteúdos desde a saudação, passando por jogos de combate assim como imobilizações, projeções e viragens. O nosso objetivo prende-se com a compreensão de algumas variáveis (relação centro de massa/base de apoio, leitura do adversário e como manipular as forças envolvidas nas situações) que os alunos devem ter em conta no sentido de eles próprios tomarem decisões com base nas suas reflexões (autonomia).

Na Ginástica tendo em conta a AD compreendemos que os objetivos funcionais (saber fazer) não se adequam à turma em questão, assim como ao número de aulas que tínhamos disponíveis, por isso procuraremos que os alunos se conheçam a si próprios, tenham noção das suas dificuldades e enfrentem os seus medos (situações que tenham maior dificuldade) no sentido de desenvolverem a sua autoestima e perceção de competência, mesmo que as matérias não sejam as suas preferidas ou possuam limitações. Aliado a isto não podemos deixar de esquecer a importância da segurança na realização das tarefas. As ajudas serão extremamente valorizadas dando mais importância a este

aspecto do que propriamente ao empenhamento motor na realização de determinados elementos gímnicos.

As ARE serão uma forma também de potenciar a criatividade, autonomia e autoestima dos alunos. Procuraremos essencialmente através da lecionação de alguns conteúdos (movimentos locomotores e não locomotores, notação de Laban e noção de ritmo, tempo e espaço) tentar com que os alunos desenvolvam as suas próprias coreografias. Este desafio será claramente uma oportunidade de percebermos até que ponto os nossos alunos nos poderão surpreender ainda mais.

Como já foi então referido nesta UD iremos abordar o Futebol e JDC em geral, Desportos de Combate, Ginástica, ARE, Orientação e Atividades Náuticas. Esta UD teve início no dia 04 de abril de 2016 e o término no dia 3 de junho de 2016.

Turma	11 ^o 2 - Curso: Ciências e Tecnologias
Alunos	19 (13 do género feminino; 6 do género masculino)
Início da UD	4 de abril
Fim da UD	3 de junho
Recursos temporais	15 Aulas de 90 minutos = 1350 minutos
Sessões por Matéria	Futebol (7 sessões); Basquetebol (2 sessões); Andebol (2 sessões) Desportos de Combate (5 sessões); Dança (3 sessões) Orientação e Atividades Náuticas (3 sessões); Ginástica (3 sessões).
Recursos Humanos	Núcleo de estágio; Orientador Cooperante; 19 alunos; funcionários das instalações.
Recursos Materiais	Relógio, apito, balizas, bolas de Futebol, Basquetebol e Andebol, cones, coletes, tapetes de judo, coluna, portátil, mapas, bussolas, balizas alicates, <i>fitballs</i> , plataformas de equilíbrio, <i>kayak</i> didático, remos, minitrampolim, colchões de queda, tapetes, <i>roiter</i> , boque, banco sueco, fichas de registo.
Recursos espaciais	Segunda-feira – Pavilhão Sul; Quinta-feira – Campo 3

Nesta UD vamos optar por aulas preferencialmente politemáticas, com uma ou outra exceção eventualmente na abordagem da Ginástica.

Definição de Objetivos

Os objetivos gerais para esta UD têm por base as recomendações do PNEF (2001, pp. 10-14), assim como outros traçados pelo núcleo de estágio, objetivos que devem ser considerados comuns a todas as áreas e que devem servir como suporte para o desenvolvimento pessoal e social do aluno, formando pessoas competentes e preparadas para inserir a sociedade da qual fazem parte. Passamos assim a enumerá-los:

- Rever / consolidar as matérias ao nível apresentado pelo conjunto da turma;
- Promover a motivação e o gosto pela prática desportiva regular das atividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como fator de saúde ao longo da vida e componente da cultura, quer na dimensão individual, quer social;
- Garantir o empenho e participação ativa em todas as situações propostas, procurando o êxito quer pessoal quer do grupo (aumento da autoestima);
- Garantir um relacionamento cordial e de respeito pelos colegas quer no papel de parceiros quer como adversários;
- Promover a cooperação nas situações de aprendizagem e de organização da aula de forma segura através de um bom clima;
- Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno;
- Personalizar o processo pedagógico através da formação de grupos heterogêneos e homogêneos (grupos de proficiência);
- Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, interpretando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral.

Definição de objetivos por matéria

Nos Jogos desportivos Coletivos (Futebol, Andebol e Basquetebol) em situação de jogo reduzido, condicionado e/ou jogo formal:

- Progredir e ocupar racionalmente o espaço de jogo tendo por base os princípios de jogo (ataque – penetração, cobertura ofensiva, mobilidade e espaço) e (defesa – contenção, cobertura defensiva, equilíbrio e concentração);
- Realizar ações de cooperação consciente com os colegas (apoio, desmarcação, marcação, criar linhas de passe) assumindo uma função consciente no grupo;

- Realizar e dominar ações técnicas de forma consciente (domínio do objeto de jogo, passe, recepção, remate...) de modo a progredir no terreno, garantindo o objetivo primordial marcar cesto ou golo;
- Adaptar-se as diferentes situações colocadas consoante a variabilidade do objeto de jogo.

Em situação de luta de pé, no chão ou de Capoeira formal ou condicionada:

- Compreender a funcionalidade das situações em que está envolvido (Saudação, jogos de esquiva, desequilíbrio, viragens, imobilizações e projeções);
- Efetuar a correta leitura do adversário, assim como explorar a manipulação de forças e montagem de estratégias de forma a garantir o sucesso das ações;
- Desenvolver autonomia na tomada de decisão através das situações em que está envolvido, realizando uma reflexão crítica das mesmas.

Nos Desportos de Adaptação ao Meio (Orientação e Atividades Náuticas):

- Desenvolver a capacidade de concentração, leitura e interpretação de mapas e bússolas;
- Desenvolver a capacidade de orientação-espacial e leitura do meio envolvente;
- Fomentar a atenção, autonomia, responsabilidade e dinâmica de equipa;
- Desenvolver a capacidade motora/ coordenação geral e específica da canoagem/Stand Up Paddle;
- Desenvolver a capacidade de adaptação num meio instável/equilíbrio dinâmico;
- Proporcionar estimulações proprioceptivas;
- Desenvolver a capacidade de concentração;
- Aproximar cada um dos seus limites com espírito competitivo.

Na Ginástica de solo e de aparelhos:

- Promover a autoestima e conhecimento do “próprio eu” em situações de aprendizagem críticas;
- Compreender as variáveis que garantam uma melhor performance (corrida preparatória, flexão, extensão entre outros);
- Consciencializar e cooperar com os companheiros nas ajudas, garantindo a máxima condição de segurança;
- Colaborar na preparação, organização, arrumação e preservação do material de garantindo uma dinâmica de trabalho ordeira;

- Analisar e refletir sobre o seu desempenho e dos colegas, dando sugestões que favoreçam a sua melhoria;
- Realizar as diferentes situações de aprendizagem consoante os elementos propostos de forma eficiente e segura.

Na Dança, em situação individual e em grupo:

- Desenvolver a autoestima, autonomia e criatividade;
- Participar de forma ativa nas situações de aprendizagem;
- Realizar coreografias utilizando movimentos locomotores e não-locomotores, tendo noção do ritmo, espaço e tempo, enquadrando os seus movimentos de forma isolada ou com outros elementos com o espírito da música e explorar o espaço de forma criativa e expressiva.

Estratégias gerais

No que respeita à **instrução** continuaremos a definir claramente a situação revelando as principais informações e objetivos das tarefas salientando sempre se necessário aspetos relacionados com a segurança. Salientar estas situações com recurso a demonstrações, suporte audiovisual e suporte papel poderão ser outras estratégias a utilizar quando instruímos os nossos alunos. Potenciar o empenhamento motor em detrimento de um discurso prolongado é o nosso objetivo

Em relação aos **estilos de ensino** recorrer a um estilo mais virado para a descoberta guiada fornecendo-se alguns desafios que eles próprios terão de conseguir resolver através de montagem de estratégias e autonomia. Acreditamos que as matérias desenvolvidas neste período e o próprio nível dos alunos será propício a este tipo de ensino. Contudo em situações que envolvam maior risco como a Ginástica sempre que necessário adotaremos um estilo de ensino mais virado para o comando especialmente se as situações colocarem a integridade física dos alunos em causa.

O **feedback pedagógico** será predominantemente interrogativo (de forma a apelar à compreensão e reflexão por parte dos alunos), mas sempre que necessário avaliativo e prescritivo especialmente nas situações de Ginástica, pois muitas vezes os alunos não têm noção das componentes críticas que influenciam o elemento gímnico em questão.

Apelando ao **bom clima de aula** procuraremos dar ênfase ao que já está sendo feito salientando sempre os bons feitos dos alunos assim como o esforço e o empenho, para que estes se sintam motivados na realização das aulas e tenham uma melhor perceção da sua competência para a prática desportiva.

A nível do **controlo da aula** adotaremos as estratégias já utilizadas no primeiro e segundo período nomeadamente colocação em pontos estratégicos, circular pelo espaço manter os alunos no

campo visual mantendo-os sentados durante a instrução se necessário ou em meia-lua, evitar a exposição destes para o sol ou para bancadas de forma a evitar distrações serão medidas a tomar. Outra estratégia passará por definir capitães por grupos (diferentes a cada aula) sendo que estes serão responsáveis por controlar os colegas e reportar alguns comportamentos de desvio ou incumprimento de tarefas.

A **organização das aulas** levará a que nós adotemos estratégias semelhantes à do período passado. Os grupos serão formados por capitães como já fora referido, para que o professor se preocupe com outros aspetos também importantes (gestão do tempo, intervenção pedagógica) e também de maneira a responsabilizar determinados elementos na formação de grupos. As situações realizadas essencialmente reduzidas permitirão estabelecer grupos maiores utilizando para isso a disposição das linhas do campo definidas no espaço de aula.

Em relação ao material e a sua utilização procuraremos utilizar o material de uma forma decrescente com maior número de material para menor número de material. Os alunos dispensados terão a responsabilidade de montar e desmontar material, ajudar nas estações de Ginástica, registar resultados nos DC e também auxiliar nas situações de Dança na parte musical e criação de coreografia.

Estratégias Específicas por matérias

As estratégias utilizadas para a abordagem das matérias em relação aos **JDC (Futebol, Andebol e Basquetebol)** recorreu-se claramente a situações de jogos pré-desportivos, lúdicos, reduzidos e condicionados com características de oposição e perseguição, assim como ao jogo formal (quando necessário e possível). De salientar a abordagem destes jogos recorrendo essencialmente aos princípios de jogos quer do ataque quer da defesa.

Pretendemos colocar sempre variantes de forma a dar resposta às diferentes capacidades dos alunos, ou seja, aos níveis distintos de proficiência consoante os grupos sejam heterógenos (aumentando assim os seus níveis motivacionais dos menos proficientes) ou homogéneos (trabalhando de forma mais específica os diferentes problemas dos grupos) consoante a nossa intencionalidade.

Nos **DC** procuraremos situações mais formais incluindo a saudação, viragens, imobilizações e projeções, continuando as situações de combate de pé e no solo através de pequenas competições e condicionalismos havendo troca de adversários. Para que tal aconteça recorreremos a um banco de exercícios em suporte audiovisual com situações gravadas referidas anteriormente. Apelaremos sempre à competição entre grupos estabelecendo esta mesma competição dentro dos próprios grupos. Pretendemos culminar com uma reflexão por parte dos alunos, a enviar para o professor via *e-mail* após a aula. Esta reflexão permitirá ao professor compreender se os alunos de acordo com as

situações em que estão envolvidos conseguem refletir sobre a sua prestação e dos colegas analisando algumas variáveis a ter em conta nos DC.

Tendo em conta a avaliação inicial, nas aulas de **Ginástica** será preconizado o trabalho por estações com diferentes situações de aprendizagem em cada uma. Esta estratégia permitirá aos alunos conhecerem-se a si próprios e trabalharem as suas próprias limitações com recurso a estas situações mais “adaptadas” ao seu nível de proficiência.

Na organização do espaço de aula será realizado um croqui da disposição material sendo que cada grupo terá que montar a própria estação cumprindo para isso as questões organização e de segurança. Recorremos a folhas de apoio com os elementos contendo estas a descrição, erros a evitar e ajudas para que os alunos possam sempre consultar.

De forma a salientar a importância das ajudas todos os elementos passarão pela execução do próprio elemento gínico adotando depois a realização da ajuda. Esta estratégia parece-nos adequada no sentido em que todos os alunos passam por ambas experiências.

Relativamente às aulas de **Dança**, será abordada em situações de ativação geral com recurso a movimentos locomotores e não locomotores procurando estabelecer-lhes diferentes ritmos, energias e exploração do espaço. Outra estratégia passará pelos alunos puderem realizar estes mesmos movimentos servindo de espelho para a turma. Será uma forma de “quebrar o gelo” e tentar eliminar algumas vergonhas que existem.

De uma forma geral utilizaremos folhas de notação de Laban para que estes possam conceber as suas próprias coreografias. Utilizaremos também o computador para que os alunos visualizem determinadas coreografias e as reproduzam com auxílio do professor. Outro desafio passa pelos alunos através dessas mesmas coreografias e através da notação de Laban realizarem a contagem de tempos e mudarem alguns elementos coreográficos criando a sua própria coreografia. Acreditamos também que o facto de mostrarmos trabalhos ou coreografias realizadas pelo próprio professor fará com que os alunos não se sintam tão expostos no sentido que os próprios professores estão a expor a sua imagem sem serem excelentes executantes ou bailarinos.

Outra estratégia passa por estes escolherem músicas, definirem uma temática para a coreografia e desenvolverem esta última com um mínimo de tempos estabelecidos pelo professor. Todo o trabalho desempenhado será sempre mostrado no final da aula para que todos possam ver as prestações dos colegas. Esta estratégia para além de valorizar o trabalho de todos os alunos levará a um compromisso de empenho por parte dos mesmos.

Em relação às **Atividades Náuticas** recorremos a materiais alternativos e didáticos de forma a simular o contexto real da atividade. O objetivo é que os alunos experienciem e tenham noção de algumas variáveis a ter em conta (eixos de rotação vertical/longitudinal inerente ao

kayak/prancha de paddle; Ondulação (desequilíbrios proporcionados pelos colegas); Manipulação das pagaias; Obstáculos. Esta experiência permitirá que os alunos na Ação de Extensão Curricular (AEC) dominem estas variáveis descritas anteriormente tentando realizar um *transfer* para o contexto real.

A **Orientação** também será uma experiência que os alunos realizarão em contexto escolar com recurso ao manuseamento de mapas e bússolas utilizando para tal balizas tradicionais, mas também funcionais de forma a perceber se os estes conseguem orientar-se espacialmente dentro do estabelecimento escolar, mas de uma forma diferente e mais desafiadora. Se possível o desafio passará por estabelecer uma vivência deste tipo num contexto desconhecido como por exemplo a Quinta de São Roque.

Alunos dispensados

As funções dos alunos dispensados terão outra importância, pois para além de realizarem funções de funções de arbitragem nos jogos, registo de pontuação, realização de fichas de dispensa, relatórios de aula, montagem e recolha de material, contribuirão também para a realização das ajudas nas aulas de Ginástica, navegação e visualização das situações de DC no computador e também auxiliar nas situações de Dança na escolha musical e criação da coreografia.

Avaliação das matérias

A avaliação dos alunos será realizada diariamente (avaliação formativa) verificando o empenho, esforço ativo, progressão na aprendizagem, respeito, cooperação, pontualidade e assiduidade, a qual tentaremos classificar de forma qualitativa aula após aula com um registo de ocorrências no plano de aula em questão, assim como a avaliação do resultado da aprendizagem, isto é a avaliação sumativa. Esta avaliação será realizada através de observação de indicadores que nos permitam verificar se os objetivos definidos durante a UD estão a ser cumpridos.

Para avaliar as competências em cada matéria de ensino, vamos utilizar os seguintes instrumentos:

- Ficha de registo por matéria e registos anedóticos – Fichas com diferentes parâmetros definidos pelo núcleo de estágio e Grupo de EF da EBSAAS assim como registos das prestações e comportamentos observados nas aulas;
- Reflexões realizadas sobre as situações desempenhadas nas aulas.

Cronograma de estruturação dos conteúdos

Nº Aula	Dia	Instalações	Período	Avaliação	Conteúdos/objetivos	Matérias
46	4/abr	Pav	3º Período	AV DIAG	Realizar elementos de ginástica de solo como apoio facial invertido, roda, rolamentos e elementos de flexibilidade e equilíbrio assim como saltos no boque e minitrampolim / Desenvolvimento da condição física e autonomia; Avaliação diagnóstica de ginástica de solo, aparelhos e acrobática; Potenciar ajudas aos colegas.	Ginástica de solo e aparelhos
47	7/abr	Exterior		AV FORM	Desenvolver aspetos relacionados com a progressão no terreno de jogo e contenção / cobertura ofensiva e defensiva (marcação e desmarcação) e dinâmica de equipa. Desenvolver a capacidade motora/ coordenação geral e específica da canoagem/Stand Up Paddle; Desenvolver a capacidade de adaptação num meio instável/equilíbrio dinâmico;	Futebol/Canoagem/Paddle
48	11/abr	Pav		AV FORM	-Promover as atividades náuticas de Canoagem, Stand Up Paddle e Vela); -Proporcionar vivências de matérias de adaptação ao meio; -Desenvolver a solidariedade e responsabilidade cívica dos alunos.	AEC
49	14/abr	Exterior		AV DIAG/AV FORM	Desenvolver aspetos relacionados com a progressão no terreno de jogo e contenção / cobertura ofensiva e defensiva (marcação e desmarcação) e dinâmica de equipa. DC: Compreender a relação de forças/CM/BA; Leitura do adversário.	JPD/Futebol/DC
50	18/abr	Pav		AV FORM	Realizar elementos de ginástica de solo como apoio facial invertido, roda, rolamentos e elementos de flexibilidade e equilíbrio assim como saltos no boque e minitrampolim Consciencializar para a compreensão do elemento gímnico e ajudas; Desenvolver a condição física; Desenvolver aspetos técnicos essenciais para execução dos elementos gímnicos.	Ginástica de solo e aparelhos
51	21/abr	Exterior		AV FORM	Consolidar aspetos relacionados com a progressão no terreno de	DC/Futebol

				jogo (Condução da bola) e contenção (Desarme) / cobertura ofensiva e defensiva (marcação e desmarcação); Desenvolver aspetos relacionados com a mobilidade (combinações táticas) e equilíbrio (dobra/marcação); dinâmica de equipa. DC: Compreender a relação de forças/CM/BA; Leitura do adversário.	
52	28/abr	Exterior	AV FORM	Consolidar aspetos relacionados com a progressão no terreno de jogo (Condução da bola) e contenção (Desarme) / cobertura ofensiva e defensiva (marcação e desmarcação); Desenvolver aspetos relacionados com a mobilidade (combinações táticas) e equilíbrio (dobra/marcação); dinâmica de equipa.	JPD/Futebol/Questionário AF
53	2/mai	Exterior	AV FORM	Desenvolver leitura e interpretação de mapas e bússolas; dinâmica de equipa	Orientação
54	5/mai	Exterior	AV FORM	Desenvolver a capacidade de cooperação e a dinâmica de equipa; Desenvolver a capacidade de comunicação; Desenvolver/Consolidar princípios de Jogo do JDC; Verificar a evolução dos alunos nos princípios e características dos JDC.	Futebol/JDC
55	9/mai	Pav	AV FORM	Avaliar os alunos no que toca a condição motora nos seguintes parâmetros: Resistência aeróbia, força e resistência muscular no tronco MI e MS, força estática, velocidade e agilidade, composição corporal flexibilidade do tronco.	EFERAM-CIT
56	12/mai	Exterior	AV FORM/DIAG	Dança: Movimentos locomotores e não locomotores, passos voltas e saltos. / Desenvolver a criatividade e autonomia; Desenvolver a capacidade de cooperação e a dinâmica de equipa; Desenvolver a capacidade de comunicação; Desenvolver/Consolidar princípios de Jogo do JDC; Verificar a evolução dos alunos nos princípios e características dos JDC.	Futebol/Dança
57	16/mai	Pav	AV FORM/SUM	Dança: Desenvolver a criatividade e autonomia; DC: Compreender a relação de forças/CM/BA, compreender a manipulação das forças e leitura de indicadores.	DC/Dança
58	23/mai	Exterior	AV	Verificar a evolução dos alunos nos princípios e características dos	Futebol/DC/Dança

				FORM/SUM	JDC. DC: Viragens e imobilizações / Compreender a relação de forças/CM/BA, compreender a manipulação das forças e leitura de indicadores. Dança: Autonomia e melhoria da autoestima.	
59	30/mai	Exterior		AV FORM/SUM	Verificar a evolução dos alunos nos princípios e características dos JDC. DC: Projeções e imobilizações / Compreender a relação de forças/CM/BA, compreender a manipulação das forças e leitura de indicadores.	JDC/DC
60	2/jun	Pav		AV FORM/SUM	Desenvolver/consolidar a dinâmica de grupo e a cooperação no Kin-ball; Montagem de estratégias; Realizar balanço do ano letivo.	Kinball/Balanço final de ano

Justificação da estruturação dos conteúdos

Relativamente às UD's anteriores verificamos que as estratégias utilizadas alteraram-se muito fruto da disponibilidade espacial e material. Recorremos mais às aulas politemáticas acreditando que o nível de motivação poderá ser claramente superior introduzindo outras matérias que revelaram pouco interesse na fase inicial (Ginástica e Dança). Iremos então verificar se a predisposição para a prática aumenta ou se mantem em níveis aceitáveis, assim como pretendemos analisar se os alunos sentem maior autoestima tendo em conta as suas capacidades e situações em que estão pouco à vontade e que lhes procuram aproximar dos seus limites.

Procuraremos então lecionar pelo menos duas ou três matérias por aulas com algumas exceções como é o caso da Ginástica que no nosso ver requer pelo menos 90 minutos tendo em conta a montagem e desmontagem de material.

Procuraremos nas diversas aulas de Futebol verificar se os alunos através das experiências anteriores em JDC (Andebol e Basquetebol) melhoraram ao nível da ocupação e progressão no espaço, leitura dos adversários e a aplicação dos princípios de jogo. Procuraremos também inserir os diversos objetos de jogo aleatoriamente para que estes trabalhem a sua capacidade de adaptação consoante a situação em que estão envolvidos (diferentes JDC).

As situações de Exploração da Natureza são uma novidade tendo em conta as melhores condições climatéricas especialmente da temperatura da água que permitirá aos alunos usufruírem do mar para a realização de Canoagem, Vela, Stand Up Paddle e Vela adaptada.

Claramente pretendemos proporcionar mais experiências aos alunos este período tendo em conta que se trata de um período mais pequeno e tendo algumas interrupções como o Desporto Escolar, feriados e o projeto EFERAM-CIT (projeto desenvolvido pelo Departamento de EF da UMa) que permitirá também avaliar os alunos a nível da condição física, mas com recurso a outros testes físicos. Não nos podemos esquecer qual o significado que estes alunos atribuem à Educação Física e na sua maioria passa por “espairecer” um pouco dos problemas e trabalhos de outras disciplinas e tendo em conta que se aproximam os exames finais pareceu-nos por bem adotar esta estratégia com mais vivências desportivas.

Exercícios sugeridos

1 – “As presas e o caçador”

- Em cada meio campo duas equipas de 4 elementos (4 defesas e 4 atacantes). Os atacantes possuem todos um colete na parte de trás das costas e em duplas tentam atingir a baliza sem que lhes seja retirada a bola ou o colete;

- O passe é efetuado pelo defesa que se encontra junto à baliza tornando-se ativo logo em seguida. Se este defesa roubar a bola ou o colete do portador da bola a jogada termina;
- Por cada golo marcado 3 pontos, por cada colete roubado 1 ponto, por cada bola roubada 3 pontos.

Variantes: Atacantes: Livre de toques, 4 toques no máximo por cada jogador.

Estratégias: após cada dupla atacar 2 vezes troca com a defesa e assim sucessivamente, o guarda-redes troca após cada defesa realizar a sua tarefa.

Objetivos imediatos: Alcançar a maior pontuação possível quer como atacante quer como defesa.

Objetivos mediatos: Dominar e progredir no terreno com cobertura ofensiva e finalizar, Dinâmica de equipa Montagem de estratégias.

2 – Jogo condicionado 7x7

- 7x7 procuram através de ações tático técnicas (passe, finta, drible) penetrar a defesa contrária e marcar golo;
- Divisão de tarefas com 3 elementos que podem atacar a toda a largura do campo e os outros 3 apenas podem atacar e defender até à linha de meio campo defensivo;
- Sempre que os 3 atacantes estão na zona defensiva apenas podem realizar pressão sobre o jogador mas nunca roubar-lhe a bola.

Variantes: Jogo sem condicionalismo.

Estratégias: Golos de cabeça valem 5 pontos para todos; Se as mulheres marcarem 3; Se forem os homens apenas 1. Alterar o objeto de jogo consoante a pontuação.

Objetivos imediatos: Alcançar maior pontuação do que a equipa adversária.

Objetivos mediatos: Progredir no terreno com cobertura ofensiva e finalizar, montagem de estratégias, dinâmica de equipa.

3 – 4x4 condicionado

- Em cada meio campo duas equipas de 4 elementos (4 defesas e 4 atacantes) sem Gr.
- São definidos 4 atacantes e dos 4 apenas 3 podem ser defesas ativos para que o ataque seja realizado sempre em superioridade numérica.
- Aquele que não pode intercetar a bola só pode realizar pressão sobre a mesma.
- Por cada golo marcado 1 ponto, de cabeça 2 pontos artístico 5.

Variantes: sem condicionalismos.

Estratégias: trocar o defesa pressionante.

Objetivos imediatos: Garantir maior pontuação do que os adversários.

Objetivos mediatos: Dominar e progredir no terreno com cobertura ofensiva e finalizar; Garantir mobilidade e equilíbrio, Dinâmica de equipa;

4 - 4x4 reduzido

- Torneio 4x4: Em cada meio campo duas equipas de 4 elementos c/ Gr.

- **Regra principal:** Para marcar golo/cesto válido todos os atacantes têm de estar no seu meio campo ofensivo.

- **Pontuação:** Por cada golo marcado 1 ponto; Se a defesa não estiver completamente posicionada no seu meio campo defensivo e o ataque estiver em superioridade numérica 5 pontos; Se em superioridade numérica não haver golo a equipa realiza 10 flexões.

- **Variantes:** Sempre que a equipa marca golo muda objeto de jogo, mas a outra continua com o objeto de jogo anterior até marcar. Ordem. Futebol – Andebol – Basquetebol.

Objetivos imediatos: Conseguir realizar a maior pontuação possível com recurso aos três diferentes objetos de jogo.

Objetivos mediatos: Capacidade de adaptação e tomada de decisão, dominar e progredir no terreno com cobertura ofensiva e finalizar garantir mobilidade e equilíbrio, garantir espaço e concentração, dinâmica de equipa.

5 – Coreografia “criativa”

- Em grupos de quatro elementos os alunos montam coreografia contando 48 tempos realizando movimentos a seu critério.

- Alunos demonstram depois aos restantes colegas a coreografia desenvolvida.

Indicadores: O professor procura verificar se o grupo está ativo, se experimenta passos, se solicita muito a ajuda do professor, quais são os líderes entre outros indicadores.

Estratégias: Pedir aos alunos que numa próxima aula, os mesmos grupos montem uma coreografia de 1 minuto no mínimo, utilizando uma música à sua escolha gravando-a e depois mostrando-a aos colegas.

Objetivos imediatos: Realizar coreografia estabelecendo um tema, com recurso aos movimentos locomotores e não locomotores e outros movimentos.

Objetivos mediatos: Desenvolver a noção de tempo, ritmo e espaço, desenvolver a autonomia e criatividade.

6 - Introdução às projeções

- Em quadras os alunos nos tapetes procuram projetar os adversários (abordagem funcional).

- Os alunos podem realizar competição entre eles (combates de 40'') onde a pontuação é a seguinte:


Tori: 5 pontos se conseguir projetar o adversário; 10 pontos se conseguir projetar e imobilizar o adversário durante 10 segundos; Uke: 15 pontos se conseguir sair da imobilização ou colocar-se em posição ventral durante os 10 segundos.


Estratégias: Os alunos podem visualizar o vídeo no computador do professor sempre que solicitado; Cada grupo com folha de registo marca pontuações alcançada nos respetivos combates.

Objetivos imediatos: Projetar/Imobilizar o adversário de acordo com as pontuações e regras definidas.

Objetivos mediatos: Compreender a relação CM/BA; Compreender a manipulação/relação de forças; Ler indicadores do adversário.

Anexo H – Plano de aula

	Local: Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva		Instalações: Pavilhão e exterior.			
	Data: 02/05/2016		Recursos materiais: 2 mesas, Kit de Orientação, Coletes, fichas de registo, cronómetro, apito, bola de basquetebol, telemóveis, cones, canetas.			
	Hora: 15:00h – 16:45h		3º Período	Professor Estagiário: Octávio Jesus		
	Turma: 11º 2	Nº de Alunos: 19	Objetivos gerais: Desenvolver leitura e interpretação de mapas e bussolas; dinâmica de equipa			
Plano de aula 53						
Conteúdos/objetivos		Estratégias/Organização		Esquema gráfico	TE	TA
Parte Inicial						
1 - Apresentação aos alunos; 2 - Realização da chamada; 3 – Formação de grupos.		- Verificar se as condições estão reunidas para o início da aula. - Todos os alunos devem estar dispostos em meia-lua.		-----	5'	----
4 - Breve introdução à orientação <ul style="list-style-type: none"> • Compreender a matéria de ensino e sinalética envolvida. • Desenvolver a leitura e utilização do mapa e dos pontos cardeais. 		- Com recurso a apresentação, vídeo ou exposição oral seguida de demonstração, o professor explica terminologia da orientação e conceitos aplicados à orientação tradicional e funcional. - Os alunos experienciam as situações de orientação funcional e tradicional (técnica do polegar) dentro do pavilhão com recurso a pequenos percursos (linhas do campo) e imagens (placards, tabelas, paredes entre outros) no pavilhão.		-----	10'	15'
5 – Explicação das regras da prova <ul style="list-style-type: none"> • Salientar aspetos importantes; • Desenvolver capacidade de atenção. 		- Exposição oral das regras da I Prova de Orientação do 11º2. - Os alunos ouvem as regras da prova que podem ser consultadas a qualquer momento da prova na base e na mica juntamente com todo o restante material necessário para a realização da mesma.		-----	5'	20'
Conteúdos/Objetivos		Estratégias/Organização		Esquema gráfico	TE	TA

Parte Fundamental					
1 – Realização de percurso de orientação <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver leitura e interpretação de mapas e bússolas • Desenvolver a capacidade de orientação-espacial; • Fomentar a atenção, autonomia, responsabilidade e dinâmica de equipa 		<p>- Em grupos de três elementos os alunos partem em simultâneo para cada percurso tendo 50 minutos para encontrar o maior número de balizas tendo cada diferentes bonificações e tarefas.</p> <p>- Realizam alternadamente balizas funcionais e tradicionais tendo que voltar à base sempre que finalizam uma baliza para poderem realizar a seguinte de acordo com a ordem estabelecida.</p> <p>Estratégias: Bonificação extra se terminarem todas as balizas antes do tempo estabelecido; Se algum grupo não respeitar a ordem estabelecida será desqualificado.</p>		55'	75'
2 – Recolha das balizas e material utilizado		<p>- Os alunos em grupos recolhem material utilizado.</p>	-----	10'	85'
Conteúdos/Objetivos		Estratégias/Organização	Esquema gráfico	TE	TA
1 - Retorno à calma: Os alunos realizam alongamentos tendo em conta os músculos que mais exercitaram na aula.		<p>- Alongar os músculos que mais exercitaram nos exercícios realizados.</p> <p>- Alunos dispostos em meia-lua.</p>	-----	5'	90'
Nº	Nome	Obs:			
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Anexo I - Ficha de observação ao colega estagiário

Observador: Octávio		Objetivo geral: Avaliação diagnóstica	Matérias: Râguebi	Data: 07/01/16
Observado: Diogo				Turma: 9º1
Comportamentos do professor		Avaliação	Observações	
Gestão da aula	1. Início de aula	1-2-3-4-5	1.A aula iniciou tarde devido ao atraso dos alunos pelo que o professor adaptou bem o tempo de aula; 2.Os tempos de instrução ainda são muito demorados e muitas vezes os alunos tiveram dúvidas e iniciaram os exercícios tarde; 4.A formação de grupos inicial fez com que se perdesse menos tempo nas transições porque os alunos já sabiam onde se colocar; 5.As demonstrações de nada serviram para o alcance dos objetivos porque os alunos continuaram a realizar o passe incorretamente. A posição onde estava também não foi a melhor para realizar tendo em conta que nem todos os alunos o viam. P.S. Trouxe coletes e não foram utilizados? Não pode voltar a acontecer.	
	2. Tempo de Instrução	1-2-3-4-5		
	3. Tempos de transição	1-2-3-4-5		
	4. Formação de grupos	1-2-3-4-5		
	5. Demonstração	1-2-3-4-5		
Controlo da aula	6. Colocação aluno/professor, na instrução/ tarefa/ circulação	1-2-3-4-5	6.A colocação do professor a nível da instrução não foi a melhor porque este colocou-se muito próximo dos alunos e não conseguia estabelecer contacto visual com todos; Procurou circular por todos os grupos; 7.A nível do controlo esteve bem pois circulou em diversos sentidos procurando verificar a prestação dos alunos, mas não esteve muito interventivo especialmente em situações de brincadeira com bolas a serem arremessadas.	
	7. Controlo da turma: -Distância; -Comportamentos desvio;	1-2-3-4-5		
	8. Bom clima: -reforço positivo; -feedbacks.	1-2-3-4-5		
	9. Tempo de empenhamento motor	1-2-3-4-5		

Comportamentos solicitados/induzidos	10. Alcance dos objetivos	1-2-3-4-5	10. Podemos dizer que os objetivos não foram alcançados porque não foi realizada uma avaliação diagnóstica como pretendido.
	11. Intencionalidade da tarefa	1-2-3-4-5	11. Havia claramente uma intenção com os exercícios. Contudo os alunos têm noção que através dos JDC podemos passar a bola para todo o lado. Se calhar será melhor focar as componentes críticas em vez de procurar a competição.
	12. Transformações verificadas	1-2-3-4-5	13. Nem sempre houve adaptação da tarefa. A meu ver apenas tocar para o adversário é limitativo. Retirar o colete da cintura ou definir um local específico para tocar o adversário seria para vantajoso e mais motivante.
	13. Adequação da tarefa	1-2-3-4-5	P.S. Será necessário realizar situações mais simples e lúdicas como o exemplo referido anteriormente. No final o facto de ter feito uma reflexão e balanço da aula foi essencial de forma a salientar os aspetos positivos e negativos que devem ser trabalhados na próxima aula.



ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE ÂNGELO AUGUSTO DA SILVA

ECO-ESCOLAS

V Festival de Desporto da Levada

17 de março, quinta-feira

Programa:

- **08:45-09:30**
• Hip Hop - STG Crew
- **09:30-09:45**
• Demonstração Ginástica Rítmica
(Pátio em frente ao Bar dos Alunos)
- **09:45-10:30**
• Judo – Paula Saldanha
• Capoeira – Diogo Sousa
• Esgrima – Álvaro Noite
• Karting - Alexandre Mata
- **10:30-11:00**
• Demonstração Ginástica Rítmica- CS Marítimo
• Karting - Alexandre Mata
- **11:00-12:30**
• **Andebol – Madeira SAD**
Masculino/Feminino
- **12:30-13:00**
• Zumba – Juan Gonzalez
- **14:00-14:45**
• Body Combat – Living Funchal
- **14:00-16:30**
• Torneio de Ténis

STG crew
spark the groove
ZUMBA!

Organização: Grupo de Educação Física e Núcleo de Estágio

Local: Pavilhão e Campo 3 da EBSAAS



The poster features logos for 'UNIVERSIDADE da MADEIRA' and 'ECO-ESCOLAS' at the top. The main title is 'Ação Científico-Pedagógica Individual' in blue, followed by 'Abordagem da Capoeira na Escola' in orange. A silhouette of two people practicing capoeira is shown. Below this, the name 'Diogo Sousa' is listed. The second section is titled 'Abordagem do Golfe na Escola' in orange, accompanied by an image of a golf club and ball. The name 'Octávio Jesus' is listed below. A blue box at the bottom contains event details: Date (22 de janeiro de 2016), Hours (15:00 to 16:30), Location (Pavilhão da Escola), Registration (Sala dos professores), and Contacts (967391428 and 96844028). A deadline for registration is also noted.

UNIVERSIDADE da MADEIRA

ECO-ESCOLAS

Ação Científico-Pedagógica Individual
Abordagem da
Capoeira na Escola
Diogo Sousa

Abordagem do
Golfe na Escola
Octávio Jesus

Data: 22 de janeiro de 2016
Horas: Das 15:00 às 16:30
Local: Pavilhão da Escola
Inscrições: Sala dos professores
Contactos: 967391428 e 96844028
Prazo de inscrição: 18 de janeiro

Abordagem do Golfe na Escola

Octávio Jesus¹; Diogo Sousa¹; Adérito Nóbrega²; Ricardo Alves¹
¹Faculdade de Ciências Sociais, Universidade da Madeira, Portugal
²Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva



2016

Introdução

- Uma das finalidades da Educação Física passa por assegurar o aperfeiçoamento de acordo com as motivações e características pessoais dos alunos através de um conjunto de matérias que garanta o desenvolvimento multilateral e harmonioso da aptidão física dos mesmos (Ministério de Educação, 2001).
- O Golfe é uma matéria alternativa que, embora tenha o seu potencial e valor, raramente é abordada pelos professores. Para além disso os alunos não devem ser privados destas atividades. Como muitas matérias alternativas o material requerido, o espaço disponível e a deslocação para o mesmo podem ser problemas na sua implementação. A nossa função como docentes é fornecer alternativas viáveis para a operacionalização na escola num contexto mais controlado e com material alternativo.
- Neste contexto, o que se pretende é proporcionar uma experiência diferente, não substituído o contexto real, mas fornecendo vivências anteriores que podem desenvolver competências fundamentais antes de uma possível experiência em contexto real.

Enquadramento do Problema

- As atividades de adaptação ao meio, como é o caso do Golfe, são atividades que solicitam comportamentos muito importantes para a formação dos alunos, visto que o desporto é um meio de transformação do homem (Almada, 1995).
- O Golfe é uma atividade de Exploração da Natureza que requer que o indivíduo seja capaz de desenvolver a compreensão de um meio que não está familiarizado. Contudo esta atividade também solicita muito do indivíduo ("conhecimento do eu") na execução do movimento de *swing*.
- O que se pretende aqui é que o aluno compreenda as variáveis inerentes do processo (individuais e/ou do meio) e não automatize um movimento isolado.
- Independentemente da abordagem utilizada, o ensino do Golfe em contexto de aula é possível se dominarmos uma metodologia baseada numa sistematização das atividades que permita desenvolver competências nos alunos, os prepare para eventuais saídas para o contexto real e os motive para a prática destas mesmas atividades.

Operacionalização da matéria de ensino

Espaço e materiais



Conhecimento do "eu"; Compreender Relação Centro de Massa/Base de apoio



*1 - Objetivos Mediatos

- Compreender a execução do *swing* do putt com diferentes distâncias;
- Perceber a influência da velocidade de saída para alcançar objetivo imediato.

*2 - Objetivos Mediatos

- Compreender a execução do *swing* com diferentes distâncias;
- Entender a influência da velocidade e ângulo de saída para alcançar objetivo imediato.

*3 - Objetivos Mediatos

- Perceber a aplicação da força e amplitude do *swing* no movimento do *chip*;
- Compreender a execução do *swing* com ângulo de saída diferente e a sua influência.

Caraterização do Modelo

- De maneira a analisar o problema apresentado em cima, baseámo-nos na taxonomia que considerámos mais adequada, que no caso é a taxonomia de Almada, taxonomia essa que se enquadra nos comportamentos solicitados (Almada, Fernando, Lopes, Vicente & Vitória, 2008).



"Conhecimento do eu"

Compreender o SWING

- Centro de Massa/Base de apoio;
- Ângulo, Velocidade e Altura de Saída.

Compreender a dinâmica do meio

- Direção e intensidade do vento;
- Inclinação do terreno;
- Obstáculos.

Compreender o movimento

- Centro de Massa/Base de apoio;
- Ângulo, Velocidade e Altura de Saída.



Força

Percurso de aceleração

- Backswing
- Downswing
- Followthrough

Potencialidades do Golfe

"Foco na própria ação"

Desenvolvimento da concentração

- Sucesso escolar; Rentabilidade. profissional.

Interdisciplinaridade

- Física e Educação Tecnológica.

Estratégias de Ensino

- Criação de estações ou circuitos;
- Situações de aprendizagem relação taco-bola;
- Situações de aprendizagem com compreensão das variáveis inerentes ao Golfe;
- Situações de aprendizagem/competição 2 a 2 com pancadas alternadas (dinâmica de equipa).

Conclusões

- É importante ter sempre em conta que segundo a taxonomia de Almada et al, (2008), cada atividade desportiva solicita diferentes comportamentos. Como tal, não é necessário recorrer ao contexto natural da atividade para solicitar comportamentos semelhantes, mas sim dominar variáveis que permitem solicitá-los.
- Sendo nós professores ou orientadores no processo de ensino/aprendizagem dos alunos, e visto que seria impossível fazê-los passar (com a frequência desejada) por certas experiências, é nossa função e responsabilidade criar e inovar situações que possam servir de paralelismo e transfer dessas atividades.
- Para além de ser uma matéria que pode permitir estimular a concentração, a análise de variáveis, montagem de estratégias entre outras competências, pode fomentar acima de tudo, a aquisição de valores que podem ser importantes na construção da personalidade, isto é, na construção do próprio indivíduo.

Referências

- Almada, F. (1995). *A Culpa não é do Desporto - Uma Análise da Dialética Desporto - Contexto*. Lisboa: Edições FMH.
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A., & Vitória, M. (2008). *Rotura - A Sistemática das Atividades Desportivas*. Torres Novas: Edições VML
- Ministério da Educação (2001). *Programa de Educação Física, 10º, 11º e 12º ano*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana

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

<h2 style="margin: 0;">20</h2> <p style="font-size: 8px; margin: 0;">FEVEREIRO [9h00-18h00]</p>	<p>Módulo I: Abordagem da Capoeira na escola Preletores convidados: Mestre Susana Barreto; Mestre André Pinto</p> <p>Módulo II: Orientação e Geocaching: Uma abordagem em contexto escolar Preletores convidados: Doutora Catarina Barros; Dr.ª Susana Gomes</p>
<h2 style="margin: 0;">05</h2> <p style="font-size: 8px; margin: 0;">MARÇO [9h00-18h00]</p>	<p>Módulo III: O Modelo de Educação Desportiva: Uma aplicação à Ginástica Preleitor convidado: Doutor Jorge Soares</p> <p>Módulo IV: Atividades Rítmicas Expressivas em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções Preletores convidados: Mestre Catarina Freitas; Mestre Lisa Gonçalves</p> <p>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</p>

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	“Abordagem da Capoeira na escola” (Dr. Diogo Sousa e Dr. Octávio Jesus)
10:40h	“Exemplo de aplicação prática da Capoeira-Núcleos Escolares” (Mestre Susana Barreto)
11:05h	“Princípios metodológicos da abordagem da Capoeira” (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	“Orientação: uma abordagem em contexto escolar” (Dr.ª Carina Basílio)
14:20h	“Orientação: Uma perspectiva funcional” (Doutora Catarina Barros)
14:50h	“Geocaching: uma abordagem em contexto escolar” (Dr.ª Marta Ascensão)
15:10h	“Geocaching na Escola: o Projeto da Escola Básica do 2º e 3º ciclos dos Louros” (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	“O Modelo de Educação Desportiva: Características, Vantagens e Desvantagens” (Prof. Doutor Jorge Soares)
9:30h	“Implementação do Modelo de Educação Desportiva numa Unidade Didática de Ginástica: contributo para a motivação e perceção de competência de alunos do 3º ciclo” (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	“ARE em âmbito escolar: problemas e possíveis soluções” (Dr.ª Sandra Brito)
10:20h	“ARE, o mito e as alternativas – uma experiência” (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	“Potencialidades pedagógicas do jogo como meio privilegiado de ensino no Andebol: uma proposta metodológica” (Dr.ª Carlota Correia)
13:20h	“Análise comparativa entre a auto-perceção dos alunos do nível de domínio de jogo de andebol e a avaliação dos professores da disciplina” (Doutor Duarte Sousa)
13:40h	“Abordagem lúdica e competitiva do Atletismo” (Dr. Luis Silva)
14:00h	“Abordagem do Atletismo na escola dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento Gouveia: um exemplo no Desporto Escolar” (Dr.ª Helena Gouveia)
14:20h	“Abordagem do voleibol na Escola” (Dr. Ricardo Nunes)
14:40h	“As potencialidades do ‘Smashball’ para a abordagem do Voleibol nas aulas de Educação Física” (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

Anexo P - Análise dos dados referentes ao questionário de satisfação da ACPC

À pergunta “Mencione alguns aspetos que considere positivos da ação” os professores responderam:

- Transmissão de conhecimentos práticos; Diversidade de conteúdos; “Novas” modalidades; Preleções com casos concretos nas Escolas; Pertinência da formação e conteúdos.

À pergunta “Mencione alguns aspetos que considere negativos da ação” os professores responderam...

- Disponibilização do material aos participantes; Pouco tempo de prática; Convidar pessoas mais experientes; Ação gratuita para mensagem chegar a todos.

Como vimos e analisando estes aspetos positivos e negativos devem ser referenciados aos próximos estagiários para que estes possam arranjar algumas alternativas viáveis especialmente aos problemas ou aspetos negativos mencionados. Vimos claramente que os professores solicitam mais tempo de prática, por isso, será necessário refletir sobre este parâmetro numa próxima ação.

Solicitamos também que os participantes explicitassem sucintamente algumas sugestões que considerassem pertinentes para a melhoria da ação. Os professores referiram as seguintes:

- Apresentações dos estagiários menos massivas; Maior divulgação; Coffee break gratuito.

Estas opiniões a revelarem o que foi salientado anteriormente. É necessário mais tempo de prática, pois é através desta que surge a curiosidade dos professores quererem ou não implementar algumas destas estratégias nas escolas.

À pergunta “Que temáticas gostaria que fossem abordadas em ações futuras” os professores referiram:

- Influência dos encarregados de educação na prestação dos alunos; Atividades Motoras Adaptadas; *Freesbee*; *Kinball*; Criação de Clubes-Escola; Criação mapas de orientação; Matérias de ensino como meio para desenvolver capacidades motoras; Técnica e tática em Basquetebol, Andebol, Voleibol.

Mais uma vez estes dados devem ser disponibilizados aos núcleos de estágio posteriores, pois podem ser possíveis áreas de investigação numa próxima ação. Salientamos também relativamente a esta forma de realizar um balanço que numa situação futura a obtenção de dados qualitativos e quantitativos será sempre pertinente, mas a definição de outros indicadores que nos permitam salientar a “qualidade da ação” como por exemplo a verificação da aplicação das temáticas desenvolvidas no contexto escolar dos diferentes estagiários e noutros locais de ensino poderão ser indicadores ainda mais pertinentes embora de difícil alcance.

Em relação aos meios de divulgação os professores referiram que o *e-mail* foi o meio pelo qual tiveram maior acesso à informação, seguindo-se o *Facebook*, boca-a-boca e cartaz. Mais uma vez isto só vem demonstrar aquilo que já foi referido. O facto de demorarmos algum tempo na confeção do cartaz fez com que muitos poucos professores o tivessem consultado. O *e-mail* a revelar-se ser uma estratégia viável, pois de forma muito rápida podemos propagar toda a informação necessária.

Por último em relação às temáticas que revelaram maior interesse e contributos práticos para os professores destacamos as ARE, a Capoeira e o *Smashball* como temáticas mais votadas o que nos pode indiciar que os professores claramente têm dificuldades em lecionar as ARE. Acreditam que a Capoeira pode ser realmente uma forma motivadora de proporcionar aos alunos experiências de Combate e que o *Smashball* pode ajudar no ensino da matéria de Voleibol.

Anexo Q - Plano de aula AEC

Plano de aula	Nível: introdutório	Nº participantes: 16	Local: Ginásio ou pavilhão	Hora: 17:30-18:15	Duração: 30 minutos
Recursos Materiais: 4 bolas fitness, 3 bolas futebol, Kayak didático, 6 canas/remos, 4 cronómetros, 2 plataformas de equilíbrio.					

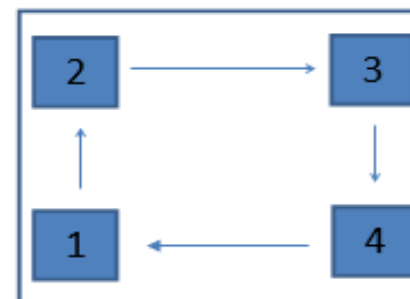
Objetivos mediatos:

- Desenvolver a capacidade motora/ coordenação geral e específica da canoagem/Stand Up Paddle;
- Desenvolver a capacidade de adaptação num meio instável/equilíbrio dinâmico;
- Proporcionar estimulações proprioceptivas;
- Desenvolver capacidade de concentração;
- Aproximação dos limites de cada um, espírito competitivo.

Principais variáveis em jogo:

- Eixos de rotação vertical/longitudinal inerente ao kayak/prancha de paddle;
- Ondulação (mar);
- Manipulação das pagaias;
- Vento;
- Obstáculos.

Disposição estações/ sentido rotação:



TAREFAS DE APRENDIZAGEM CANOAGEM / STAND UP PADDLE / CIRCUITO PROPRIOCEPTIVO

<u>TAREFA 1:</u>	<u>TAREFA 2:</u>	<u>TAREFA 3:</u>	<u>TAREFA 4:</u>
<u>Objetivos imediatos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Manter-se em equilíbrio em cima da bola fitness durante 1 minuto. <u>Comportamentos solicitados:</u> <ul style="list-style-type: none"> • (re) ajustamento constante do centro de massa / base de apoio. <u>Descrição:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Sentado na bola de fitness, pés levantados, e rotação do tronco no eixo vertical. <u>Avaliação:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Contabilização do número toques no chão. 	<u>Objetivos imediatos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Manter-se em equilíbrio em cima das bolas de fitness durante 1 minuto sem parar de "remar" em DUPLAS. <u>Comportamentos solicitados:</u> <ul style="list-style-type: none"> • (re) ajustamento constante do centro de massa / base de apoio. <ul style="list-style-type: none"> • Coordenação /comunicação (não verbal entre os elementos). <u>Descrição:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Sentados nas bolas respetivas de Fitness colocados uma a frente da outra, os elementos ficam virados no mesmo sentido e remam. <u>Avaliação:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Contabilização do número toques no chão. 	<u>Objetivos imediatos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Manter-se em equilíbrio em cima do (1) kayak, ou (2) bola de fitness sem nunca parar de "remar". <u>Comportamentos solicitados:</u> <ul style="list-style-type: none"> • (re) ajustamento constante do centro de massa / base de apoio. <u>Descrição:</u> <ul style="list-style-type: none"> • (1) Sentado no kayak, pés apoiados no kayak, "remar". • (2) Sentado na bola de fitness, pés na bola futebol, rotação do tronco no eixo vertical. <u>Avaliação:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Contabilização do número toques no chão. 	<u>Objetivos imediatos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Manter-se em equilíbrio em cima de plataforma de equilíbrio, durante 1 min sem nunca parar de "remar". <u>Comportamentos solicitados:</u> <ul style="list-style-type: none"> • (re) ajustamento constante do centro de massa / base de apoio. <u>Descrição:</u> <ul style="list-style-type: none"> • De pé em cima da plataforma, remar tentando não tocar com a base da plataforma no solo. <u>Avaliação:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Contabilização do número toques no chão.