

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Sara Margarida Monteiro Espinha

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
ENGENHEIRO ACÁCIO CALAZANS DUARTE,
JUNTO DA TURMA 9ºH, NO ANO LETIVO
2021/2022**

**A PERCEÇÃO DOS ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO
FACE À DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Relatório de Estágio Pedagógico no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação
Física nos Ensinos Básicos e Secundário, orientado pelo Professor Doutor Paulo
Renato Bernardes Nobre, apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e
Educação Física da Universidade de Coimbra**

junho de 2022

Sara Margarida Monteiro Espinha

2020181644

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA
ESCOLA SECUNDÁRIA ENGENHEIRO ACÁCIO CALAZANS
DUARTE, JUNTO DA TURMA 9ºH, NO ANO LETIVO 2021/2022**

**A PERCEÇÃO DOS ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO FACE À
DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Relatório de Estágio Pedagógico do Mestrado apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Orientador: Professor Doutor Paulo Renato Bernardes Nobre

COIMBRA

2022

Espinha, S. (2022). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, junto da turma do 9ºH, no ano letivo de 2021/2022. Relatório de Estágio Pedagógico, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal

Sara Margarida Monteiro Espinha, aluna nº 2020181644 do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no nº1 do artigo nº 125º do Regulamento Académico da UC (Regulamento nº 805-A/2020, de 24 de setembro)

Coimbra, junho de 2022,

Sara Margarida Monteiro Espinha

AGRADECIMENTOS

A realização e sucesso de estágio pedagógico dependeu também do envolvimento familiar e profissional. E por isso não posso deixar de terminar este percurso sem um agradecimento especial a todos eles.

À família que me incentivou desde início para a realização do mestrado e posteriormente me apoiou no decorrer do estágio, em especial ao meu noivo pelo incentivo diário.

Aos meus colegas do núcleo de estágio, Inês Brites, João Figueiredo e Rodrigo Susano, que estiveram presentes nos momentos mais difíceis, mas também nos momentos de glória.

Um agradecimento especial ao professor Doutor Paulo Nobre, pela sua orientação no estágio e partilha constante de conhecimentos.

Ao professor Cláudio Sousa, pela orientação do estágio na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte (ESEACD).

Agradecer à Diretora de turma, Professora Ana Rute, pela sua disponibilidade e carinho demonstrado durante o cargo de assessoria.

Um agradecimento geral ainda para o grupo de recrutamento 620, da ESEACD, que me acolheu como colega e me ajudou sempre que necessário.

E por último, e não menos importante, agradecer ao Diretor da ESEACD por autorizar o estágio Pedagógico e permitir o seu desenvolvimento, aprovando os projetos propostos pelos estagiários.

RESUMO

O presente documento retrata a realização do estágio pedagógico realizado na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, este tem como objetivo demonstrar todo o processo realizado ao longo do mesmo. É possível identificar as potencialidades do estágio, as suas fragilidades e as estratégias de superação fazendo uma ponte entre um profissional em formação para o futuro professor.

Este é a conclusão do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF), da Universidade de Coimbra (UC), que foi realizado na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, na turma 9ºH, no decorrer do ano letivo 2021/2022.

O estágio foi orientado pelo professor Cláudio Sousa, orientador referente à ESEACD, e pelo professor doutor Paulo Nobre, da FCDEF-UC.

O documento sintetiza o planeamento desenvolvido ao longo do ano letivo, a realização do mesmo e a sua posterior avaliação. O documento está dividido em três partes, em que primeiramente é feita uma contextualização da prática pedagógica, o segundo está dividido em 4 áreas: as atividades de ensino-aprendizagem, as atividades de organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas, e a atitude ético profissional. A terceira parte, é referente à parte investigativa da estágio pedagógico, com a apresentação do tema/problema, a perceção dos alunos do Ensino Secundário face à Disciplina de Educação Física, esta investigação tem como objetivo principal a recolha de informações acerca da perceção dos alunos sobre os conteúdos/matérias da Educação Física no Ensino Secundário e ainda percecionar o grau de satisfação face às aulas em tempos de pandemia.

Palavras-chave: Reflexão crítica; Estágio Pedagógico; Educação Física; Comunidade Escolar; Ensino Secundário.

ABSTRACT

The present document portrays the accomplishment of the pedagogical internship carried out at the Engenheiro Acácio Calazans Duarte Secondary School, which aims to demonstrate the entire process carried out throughout it. It is possible to identify the potential of the internship, its weaknesses, and strategies for overcoming it, making a bridge between a professional in training and the future teacher.

This is the conclusion of the Master in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education of the Faculty of Sports Sciences and Physical Education (FCDEF), of the University of Coimbra (UC), which was carried out at the Engenheiro Acácio Calazans Duarte Secondary School, in the class 9th, during the academic year 2021/2022.

The internship was supervised by Professor Cláudio Sousa, advisor referring to ESEACD, and by Professor Paulo Nobre, from FCDEF-UC.

The document summarizes the planning developed throughout the school year, its implementation, and its subsequent evaluation. The document is divided into three parts, in which first a contextualization of the pedagogical practice is made, and the second is divided into 4 areas: teaching-learning activities, school organization and management activities, educational projects and partnerships, and the professional ethical attitude. The third part refers to the investigation part conducted on the pedagogical internship, with the presentation of the theme/problem, the perception of Secondary Education students about the Physical Education Subject, this investigation has as its main objective the collection of information about the students' opinion on the contents/subjects of Physical Education in Secondary Education and also understanding the degree of satisfaction with classes in times of a pandemic.

Keywords: Critical reflection; Pedagogical Internship; Physical education; School Community; High school.

Índice

| | |
|--|----|
| Introdução..... | 1 |
| Capítulo I - Contextualização das Práticas Desenvolvidas | 2 |
| História de vida..... | 3 |
| Expetativas Iniciais | 4 |
| Plano de Formação Individual..... | 5 |
| Caracterização das condições locais e relação educativa..... | 6 |
| Caracterização da Escola | 7 |
| Recursos Espaciais | 8 |
| Caracterização do Grupo de Educação Física..... | 9 |
| Caracterização da Turma | 10 |
| Capítulo II - Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica | 12 |
| Área 1 - Atividades de Ensino-Aprendizagem..... | 13 |
| Planeamento | 13 |
| Plano Anual..... | 13 |
| Unidades Didáticas..... | 14 |
| Planos de Aula | 16 |
| Estratégias e Estilos de Ensino..... | 18 |
| Realização | 19 |
| Instrução | 19 |
| Gestão Pedagógica | 21 |
| Clima e Disciplina..... | 24 |
| Decisões de Ajustamento..... | 25 |

| | |
|---|----|
| Avaliação..... | 25 |
| Avaliação Formativa Inicial..... | 26 |
| Avaliação formativa processual | 28 |
| Avaliação Sumativa..... | 28 |
| Autoavaliação e Heteroavaliação | 29 |
| Questões Dilemáticas..... | 30 |
| Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar | 31 |
| Assessoria ao Cargo de Gestão Intermédia (Diretora de Turma)..... | 31 |
| Área 3 - Projetos e parcerias educativas | 33 |
| Área 4 - Atitude ético-profissional | 35 |
| Ética Profissional | 35 |
| Formações realizadas | 36 |
| Capítulo III - Aprofundamento Tema/Problema | 40 |
| 1. Introdução..... | 41 |
| 2. Enquadramento Teórico | 42 |
| 2.1 Apresentação da Questão de partida e dos objetivos..... | 46 |
| 3. Metodologia | 47 |
| 3.1 Fases do procedimento metodológico..... | 47 |
| 3.1.1 1ª Fase: A Entrevista Exploratória..... | 47 |
| 3.1.2 2ª Fase: A construção do questionário | 51 |
| 3.2 Participantes no estudo..... | 54 |
| 3.3 Instrumentos | 54 |
| 3.4 Procedimentos | 55 |

| | | |
|-------|---|----|
| 3.5 | Procedimentos de recolha..... | 55 |
| 3.5.1 | Procedimentos de análise de dados..... | 55 |
| 4. | Apresentação e Discussão dos Resultados | 55 |
| 4.1 | Opinião sobre a Educação Física..... | 56 |
| 4.1.1 | Grau de Importância da disciplina de Educação Física na escola..... | 56 |
| 4.1.2 | Compreender e identificar a participação nas aulas de Educação Física | 57 |
| 4.1.3 | Influência da família e do meio para as atitudes em relação à Educação Física | 58 |
| 4.2 | Conteúdos e Matérias | 60 |
| 4.2.2 | Organização dos Conteúdos e Matérias pelo Professor | 61 |
| 4.2.3 | Conteúdos e Matérias mais interessantes (Coletivas) | 62 |
| 4.2.4 | Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Coletivas) | 64 |
| 4.2.5 | Conteúdos e Matérias mais interessantes (Individuais)..... | 65 |
| 4.2.6 | Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Individuais) | 66 |
| 4.2.7 | Conteúdos que gostavam de aprender | 67 |
| 4.3 | Grau de Satisfação global com as aulas de Educação Física..... | 68 |
| 5. | Conclusão | 69 |
| 5.1 | Limitações do estudo e indicadores de ação futura | 72 |
| | Considerações finais sobre o Estágio Pedagógico..... | 73 |

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AEMGP – Agrupamento Escolas Marinha Grande Poente

CH- Científico-Humanístico

CP – Curso Profissional

EF – Educação Física

ES- Ensino Secundário

ESEACD – Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte

FB – Feedback

FCDEF - Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

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

NEEF – Núcleo de Estágio em Educação Física

RJFC – Regime Jurídico da Formação Contínua

UC – Universidade de Coimbra

UD – Unidade Didática

LISTA DE QUADROS

| | |
|---|----|
| Quadro 1 – Avaliação Formativa Inicial das Modalidades | 11 |
| Quadro 2- Identificação dos participantes na entrevista. | 48 |
| Quadro 3 – Indicadores do Bloco temático Motivação..... | 49 |
| Quadro 4 - Indicadores do bloco temático Conteúdos e Matérias..... | 49 |
| Quadro 5 - Indicadores do bloco temático Currículo e Avaliação. | 50 |
| Quadro 6 – Indicadores do bloco temático Atividade Física e Qualidade de Vida..... | 50 |
| Quadro 7 - População de estudantes do Ensino Secundário da ESEACD por tipo de curso. | 52 |
| Quadro 8- População de estudantes do Ensino Secundário da ESEACD por sexo..... | 52 |
| Quadro 9 - Amostragem aleatória estratificada das turmas. | 52 |
| Quadro 10 - Número total de participantes. | 53 |
| Quadro 11- Caracterização dos Participantes em Estudo (N=388)..... | 54 |
| Quadro 12 – Frequência e Estatística do Grau Global da Importância da disciplina de EF na escola. | 56 |
| Quadro 13 – Grau de Importância da disciplina de EF na escola, por curso e sexo..... | 57 |
| Quadro 14 – Frequência e Estatística da compreensão e identificação da participação nas aulas de EF. | 57 |
| Quadro 15 - Frequência da compreensão e identificação da participação nas aulas de EF, por curso e sexo. | 58 |
| Quadro 16 - Frequência e Estatística da influência da família e do meio..... | 59 |
| Quadro 17 - Frequência da influência da família e do meio, por curso e sexo. | 59 |
| Quadro 18 - Frequência dos conteúdos e matérias durante o ES. | 60 |
| Quadro 19 - Frequência dos conteúdos e matérias no ES, por curso e sexo. | 60 |
| Quadro 20 - Frequência e Estatística da organização dos conteúdos e matérias..... | 61 |
| Quadro 21 – Organização dos conteúdos e matérias, por curso e sexo. | 62 |
| Quadro 22- Conteúdos e matérias coletivas mais interessantes. | 63 |

| | |
|---|----|
| Quadro 23 – Frequência dos conteúdos e Matérias coletivas mais interessantes por sexo. | 63 |
| Quadro 24- Frequência e Estatística dos motivos de preferência das modalidades coletivas..... | 64 |
| Quadro 25 - Motivos da preferência dos conteúdos e matérias coletivas, por curso e sexo. | 64 |
| Quadro 26 – Frequência e Estatística das matérias coletivas mais interessantes. | 65 |
| Quadro 27- Frequência de Conteúdos e Matérias individuais mais interessantes por sexo. | 65 |
| Quadro 28 - Frequência e Estatística dos motivos de preferência das modalidades Individuais..... | 66 |
| Quadro 29- Frequência dos motivos da preferência dos conteúdos e matérias individuais, por curso e sexo. | 66 |
| Quadro 30- Frequência e Estatística dos conteúdos que os alunos gostavam de aprender. | 67 |
| Quadro 31 - Conteúdos que gostavam de aprender, por curso e sexo. | 67 |
| Quadro 32 - Grau de Satisfação das aulas de EF, por sexo e curso..... | 68 |
| Quadro 33 - Satisfação global com as aulas de Educação Física vs. Sexo | 69 |
| Quadro 34 - Frequência dos motivos de satisfação global das aulas de EF..... | 69 |

LISTA DE GRÁFICOS

| | |
|--|----|
| Gráfico 1- Compreender e identificar a participação nas aulas de EF..... | 57 |
| Gráfico 2 – Frequência do Grau de Satisfação Global em relação às aulas de EF..... | 68 |

Introdução

O presente documento, representa o Relatório de Estágio, desenvolvido no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Pedagógico, incluída no plano de estudos referente ao 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra, no decorrer do ano letivo 2021/2022.

Este é um documento que sintetiza todo o trabalho desenvolvido no Estágio Pedagógico, que iniciou em setembro de 2021, e terminou em junho de 2022. Este foi desenvolvido no Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, na turma 9ºH.

A orientação do Estágio Pedagógico, ficou a cargo do professor Cláudio Sousa, pertencente à ESEACD, e ao professor doutor Paulo Nobre, da FCDEF-UC.

O Núcleo de estágio de Educação Física era constituído por 4 elementos, Inês Brites, João Figueiredo e Rodrigo Susano.

O presente documento tem como objetivo dar a conhecer todo o processo do Estágio Pedagógico, desde as fragilidades, às potencialidades, com uma análise reflexiva sobre o trabalho desenvolvido.

Relativamente à sua estrutura, este está dividido em três partes, na parte I, é realizada a contextualização das práticas desenvolvidas: História de vida; Expetativas Iniciais; Plano de Formação Individual; Caracterização das condições locais e relação educativa; Caracterização da Escola; Caracterização do Grupo de Educação Física (EF); e a Caracterização da Turma. A parte dois, retrata a análise reflexiva sobre a prática pedagógica, que engloba as 4 áreas do estágio pedagógico: Área 1 - Atividades de ensino-aprendizagem; Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar; Área 3 - Projetos e parcerias educativas; Área 4 - Atitude ético-profissional. O documento finaliza com a parte três, a investigação desenvolvida no estágio, com o aprofundamento do tema/problema.

Capítulo I - Contextualização das Práticas Desenvolvidas

História de vida

A vinte e seis de agosto de 1993, nasceu uma menina chamada Sara, numa família que sempre teve uma cultura desportiva muito presente.

Aos 6 anos de idade, a minha paixão pelo desporto começou a ter mais força, com a minha entrada no mundo do atletismo. O meu pai tinha funções como presidente no clube, no qual o meu irmão mais velho também era atleta. A partir daqui, sempre me mantive ligada ao desporto, de forma federada o atletismo, em que participei em campeonatos distritais e nacionais, representando ainda a seleção distrital de Leiria no Olímpico Jovem Nacional na disciplina de salto em altura. As escolas onde andei, sempre tiveram uma cultura desportiva muito vincada e participei no desporto escolar em várias modalidades, como a patinagem, a ginástica e o andebol.

Posso afirmar que os grandes impulsionadores para o meu gosto pelo desporto, foram inicialmente os meus pais que me colocaram num desporto federado e posteriormente as escolas e professores de EF onde estudei, tendo muita sorte nas aprendizagens que adquiri.

Em relação ao desporto federado que pratiquei, foi sem dúvida muito enriquecedor para mim, fiz amizades para a vida, aprendi a ganhar, a perder, a lidar com as emoções, tristeza e alegria, mas sobretudo aprendi que o desporto pode proporcionar momentos únicos.

Um dos momentos mais marcantes em EF ocorreu já no Ensino Secundário, onde tive um professor muito alternativo em relação ao programa, aprendi modalidades como rãguebi, escalada, rapel e ainda Kickboxing. Nesta altura lembro-me de começar a desenvolver o gosto por ensinar.

Após o Ensino Secundário, ingressei para o curso de Desporto e Bem-Estar no Politécnico de Leiria. Como os meus pais não tinham condições financeiras para eu ir estudar para Coimbra, fiquei em Leiria no único curso de desporto que havia apesar de ter como objetivo o ensino. A licenciatura foi vivida intensamente adquirindo o máximo de aprendizagens possíveis, consegui ser aplicada e no final fui uma das melhores alunas do curso. Um dos professores que me marcou na licenciatura, foi devido à sua capacidade de cativar e transmitir conhecimentos acima da média, era um professor preocupado com os seus alunos e com extrema empatia com os outros.

Quando terminei o curso, algumas portas começaram a abrir para o mundo do trabalho; inicialmente estive dois anos num clube de ginástica e após isso fui para um

clube de atletismo, onde posteriormente obtive também o grau I de treinador de pentatlo moderno. Neste clube, estava a trabalhar a contrato, com uma condição estável e a fazer aquilo que gosto, ensinar. No entanto, quando veio a pandemia, tive mais tempo para pensar e decidir o que queria para a minha vida futura, e sabendo que tinha adiado o sonho de ingressar no ensino, decidi que era a altura para o fazer. Deixei a minha vida estável, para ingressar na aventura do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário.

O ensino sempre foi a área onde eu queria estar, mas que só foi possível ao fim destes anos, estou grata pelo percurso que tive, porque o que sou hoje, foi devido a todas as batalhas e conquistas que tenho vindo a ter durante o meu percurso académico e de vida.

Expetativas Iniciais

Antes do início do estágio foi sentida alguma angústia, medo e ansiedade pelo desconhecido. Não saber o que futuramente iria acontecer, se a turma ia colaborar, como iria ser a receção dos colegas de profissão e qual a interligação com o NEFF e respetivos orientadores.

No entanto as expetativas iniciais foram de cumprir todas as tarefas propostas para o estágio e de forma autónoma realizar a procura de formação e interações positivas com todos os participantes do mesmo. Respeitar valores, como a honestidade, humildade, empatia e solidariedade, foram desde início um pilar para o desenrolar do estágio. Em relação à disponibilidade, dinamismo e capacidade de inovação, foram também perspetivadas, destacando-se a disponibilidade, que deve estar presente não só para ajudar os outros como também aprender com estes, já que a evolução enquanto docente vai depender de toda a informação que possa ser absorvida.

Em relação à participação na escola, valorizámos o cumprimento de todas as funções e tarefas pedidas de forma profissional, integrando as diferentes vertentes da comunidade escolar, com uma participação ativa na construção e desenvolvimento de projetos no âmbito escolar.

A formação e desenvolvimento profissional será crucial para a evolução, esta envolverá os docentes do grupo de recrutamento 260 e 620 da escola ESEACD e da EBGS, o professor orientador da escola e o acompanhamento do professor doutor da FCDEF-UC, que com o seu vasto conhecimento proporcionará momentos de reflexão e partilha enriquecedores para os estagiários.

Em relação ao contexto escolar, é necessário respeitar o próprio regulamento interno do agrupamento que pode ser consultado no site do mesmo, o perfil dos alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, homologado pelo despacho nº6478/2017, 26 de julho e o documento das Aprendizagens essenciais referentes ao Ensino Básico, homologado pelo despacho n.º 6944-A/2018, de 19 de julho.

Plano de Formação Individual

Para a obtenção da qualificação para a docência na educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário, terão de ser frequentados os cursos que se organizam de acordo com as necessidades da função profissional, segundo os perfis para a docência, cumprindo o disposto referido na Lei de Bases.

Segundo o Decreto-lei n.º. 240/2001 de 30 de agosto, os perfis definidos, caracterizam o desempenho que deve ser tido pelo profissional, com as respetivas exigências de formação inicial, evidenciando ainda a procura da aprendizagem ao longo da vida, desenvolvendo um profissional consolidado, capaz de adequar e ultrapassar os sucessivos desafios que lhe são colocados.

Definimos seguir as exigências que são impostas, assumindo um papel de responsabilidade, com vista à melhoria e ao desenvolvimento dos alunos. Propusemos respeitar as diferenças sociais, físicas e culturais de todos os intervenientes da comunidade escolar, proporcionando uma harmoniosa aprendizagem, não só em termos dos conteúdos e matérias a abordar, mas também para o desenvolvimento enquanto futuros adultos.

Em relação à formação continua exigida aos professores, o Decreto-Lei n.º 22/2014, de 11 de fevereiro, estabelece o regime jurídico da formação contínua de professores (RJFC) e define o respetivo sistema de coordenação e apoio. Nele estão mencionadas 7 áreas de formação, tais como: área da docência; prática pedagógica e didática na docência; formação educacional geral e das organizações educativas; administração escolar e administração educacional; liderança, coordenação e supervisão pedagógica; formação ética e deontológica; e tecnologias da informação e comunicação aplicadas a didáticas específicas ou à gestão escolar. O despacho n.º 779/2019, de 18 de janeiro, define as prioridades de formação contínua dos docentes, sendo estas: a promoção do sucesso escolar; o currículo dos ensinos básico e secundário, os princípios orientadores da sua conceção, operacionalização e avaliação das aprendizagens, nos termos do

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho; e o regime jurídico da educação inclusiva, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho.

No plano de formação inicial (PFI) proposto no início do ano, foi definido um cronograma, onde estavam mencionadas as tarefas a desempenhar em cada mês de estágio e ainda as que seriam comuns a todos os meses, sendo que estas foram cumpridas com sucesso.

No mesmo documento foram propostos alguns objetivos de aperfeiçoamento:

Planeamento do ensino: será necessário adequar as unidades didáticas ao espaço atribuído em cada rotação; realizar a matriz dos conteúdos e a sua extensão e sequência; tendo em conta a planificação anual, adequar os objetivos propostos; tendo em conta o nível dos alunos, selecionar exercícios adequados;

Dimensão instrução: Realizar preleções iniciais claras e objetivas; Realizar instruções breves e concisas com recurso à demonstração; Nas UD com menos experiência realizar mais feedbacks (FB) descritivos e corretivos; utilizar FB de forma igual pelos alunos e fechar os ciclos de FB; utilizar meios auxiliares (ex: em papel com a imagem de gestos técnicos); utilizar o questionamento como meio de avaliação formativa;

Dimensão clima/Disciplina: Encontrar estratégias que promovam um bom ambiente na aula; ignorar comportamentos de desvio fora da tarefa pouco graves; criar empatia com todos os alunos da turma; estabelecer uma relação com os alunos de respeito mútuo; realizar exercícios que não lhes dê espaço para comportamentos inapropriados; dar responsabilidades aos alunos para que estes colaborem nas tarefas; elogiar os alunos sempre que estes tenham um bom desempenho ou realizem uma progressão.

Avaliação: Tendo em conta os critérios de avaliação definidos pela escola, adequar às unidades didáticas, criando avaliações justas e objetivas; criar grelhas práticas e de registo fácil; avaliação formativa ao longo de todas as aulas.

Caracterização das condições locais e relação educativa

A cidade da Marinha Grande está situada na Orla Oriental do Pinhal de Leiria e na margem esquerda do rio Lis. Localiza-se no distrito de Leiria, a dez quilómetros do mar, no limite norte da Estremadura e a doze quilómetros da sede de distrito.

De acordo com o “Anuário Estatístico da Região Centro 2013”, publicado pelo Instituto Nacional de Estatística em 2013, a população do concelho da Marinha Grande é de 38 700 habitantes (18432 homens e 20268 mulheres), correspondente a uma densidade populacional de 206,7 habitantes/Km².

A Marinha Grande é um concelho com muita indústria, está culturalmente ligada à indústria do vidro. No entanto outros setores de atividade económica foram-se destacando, sendo neste momento a constituição empresarial composta por três setores: vidro, moldes e plásticos.

Esta tem também uma cultura desportiva, sendo as associações desportivas mais antigas do concelho, as que mais modalidades e mais atletas mobilizam. Destacam-se o Sport Lisboa e Marinha (Futebol), Clube de Atletismo da Marinha Grande (Atletismo), Desportivo Náutico da Marinha Grande (Natação), Sporting Clube Marinhense (Patinagem Artística, Hóquei em Patins e Basquetebol), o SIR 1.º de Maio (Andebol) e o Sport Operário Marinhense (Voleibol e Xadrez).

O Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente (AEMGP), oficialmente instituído através do despacho 01/04/2013, do Secretário de Estado da Administração Educativa, pertence à quarta geração de agregações levadas a cabo pelo Ministério da Educação. Resultou da agregação do Agrupamento de Escolas Guilherme Stephens, instituído em 2003, com a Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, que é a escola sede.

Caracterização da Escola

A ESEACD tem uma origem que remonta ao século XVIII, com a instalação da Fábrica de Vidro na Marinha Grande, pelo inglês Guilherme Stephens. Em 1920 foi criada a Escola de Vidreiros, que o Engenheiro Calazans Duarte, transforma na Escola Industrial de Guilherme Stephens, inaugurada em março de 1925. Em 1972/1973, o ciclo preparatório transfere-se para nova escola criada para o efeito, a Escola Preparatória da Marinha Grande, (atual Escola Básica Guilherme Stephens).

Na sequência da publicação da 1ª Lei de Bases do Sistema Educativo, de 1973, foi implementada, a partir do vinte e cinco de abril de 1974, a fusão dos dois ramos de ensino, sendo os liceus e escolas técnicas transformados em escolas secundárias. Criada para apenas quinhentos alunos, e frequentada pelo dobro, a Escola Secundária da Marinha Grande continuou a viver em regime de superlotação.

A publicação da Lei de Bases do Sistema Educativo de 1986, que instituiu a escolaridade mínima de nove anos (o Ensino Básico, a que se seguia o Ensino Secundário, de três anos), viria a contribuir para o reforço da afluência de alunos.

Na década de noventa, a massificação do Ensino Secundário refletiu-se também na Escola, sendo esta ampliada e realizada a substituição dos pavilhões pré-fabricados.

Na década de dois mil, a escola enveredou pela integração do Ensino Básico, com a abertura de três turmas do 3º Ciclo. No ano letivo 2006/07, a Escola iniciou uma nova etapa, ao ser acreditada como Entidade Promotora de um Centro de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC).

Em 2009, ano em que se comemoraram os cinquenta anos do edifício inaugurado em 1959 e em que o Ensino Secundário passou a integrar a escolaridade obrigatória, deu-se início a um novo processo de requalificação e construção de novos espaços. O edifício requalificado foi inaugurado em 2010. Resistiu durante mais de uma década ao processo de agregação. Em abril de 2013 torna-se sede do AEMGP, um Mega agrupamento de última geração.

Desde a sua criação, o AEMGP integra dez estabelecimentos de ensino: os Jardins de Infância da Amieirinha e da Ordem, as escolas básicas da Amieirinha, Casal de Malta, Fonte Santa, Francisco Veríssimo, Moita e Várzea, a Escola Básica Guilherme Stephens e a Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte. Em termos de população escolar, o AEMGP inclui 2698 alunos, 210 professores incluindo Técnicos Especializados, e 76 funcionários, entre assistentes Técnicos Operacionais e Técnicos Superiores.

Recursos Espaciais

A ESEACD é constituída por um único edifício, este é composto por R/C e 1º andar. No R/C estão sediados os Serviços administrativos, sala de Diretores de Turma, salas de trabalho, gabinete médico, sala de convívio dos Alunos, bar, reprografia, papelaria, refeitório, cozinha, wc de Professores e funcionários, salas de aulas e wc dos alunos. Já no primeiro andar estão os gabinetes da Direção do Agrupamento, sala de Professores, biblioteca, salas de informática, salas de aula, arrecadações, wc alunos e wc dos professores. Ainda no primeiro andar existe o ginásio, equipado com aparelhos de ginástica, e onde poderá ser lecionada dança, badminton, ginástica de solo, acrobática e de aparelhos e escalada, visto que o ginásio tem instalada no topo norte uma parede com cinco metros de altura.

O edifício é constituído por vários blocos que têm toda interligação interna entre si. As salas têm todas janelas que possibilitam a entrada de luz natural e têm os equipamentos necessários de conforto, como o ar condicionado e os equipamentos para o funcionamento das aulas, como projetor, quadro interativo e um computador.

No que toca aos espaços exteriores, esta é constituída por um pavilhão Polivalente que possui marcações de voleibol, basquetebol, badminton, andebol e futsal. Este espaço, apesar de coberto, tem uma das laterais exposta à chuva. A escola tem ainda um relvado exterior sintético, com marcações para andebol e futsal, para além de campos de basquetebol dispostos de forma transversal, com as respetivas tabelas. Existe ainda um pátio interior, que é aproveitado para recreio dos alunos, onde nos intervalos é passada música pela rádio da escola.

Para além destes espaços, existem ainda outros espaços que, e não pertencendo à escola podem ser usados nas aulas de EF, são eles o Estádio Municipal da Marinha Grande, no qual podem ser lecionadas as várias disciplinas do Atletismo, uma vez que o mesmo dispõe de: pista oficial de tartan; duas caixas de areia; duas zonas de lançamento do peso; e dois espaços para a realização de salto em altura. Pertencente igualmente ao Município da Marinha Grande, pode ainda ser usado outro recinto exterior com 5 campos de Ténis e por último o Parque dos Mártires do Colonialismo, no qual existem dois campos de futsal e toda uma estrutura de zona verde onde o Grupo de EF organiza o cortamato escolar do agrupamento.

Caracterização do Grupo de Educação Física

O grupo de EF é constituído pelos grupos 620 e 260. Apesar de o estágio ser desenvolvido na ESEACD, o grupo de EF é constituído também pelos colegas que lecionam na Escola Básica Guilherme Stephens. O grupo de EF é constituído por onze professores do sexo masculino e seis do sexo feminino com idades entre os 40 e os 60 anos, dos quais 11 são do grupo de recrutamento 620 e 4 do grupo de recrutamento 260.

Os professores têm diversas funções na escola, como o cargo de diretor de turma, acompanhamento de grupos equipa do desporto escolar. Destaca-se o facto de um dos professores ser o coordenador do grupo 260, uma das professoras do grupo é pertencente à Equipa de professores/formadores do Plano Nacional de Formação de alunos Juizes Árbitros Escolares, na modalidade de Boccia e ainda que um dos professores é o Orientador cooperante de estágios do grupo de recrutamento e coordenador pedagógico do grupo 620.

Para além dos professores do grupo de EF, encontra-se também na escola o Núcleo de Estágio de Educação Física (NEEF), no ano letivo de 2021/2022. Este é constituído por 4 elementos, dois do sexo feminino e 2 do sexo masculino. Dois dos elementos fizeram a sua formação académica inicial (Licenciatura) no Instituto Politécnico de

Leiria, enquanto os outros dois, fizeram na Escola Superior de Rio Maior. Os estagiários têm idades entre os 22 e 28 anos, em que 3 destes estão a lecionar turmas de 9º ano e o outro uma turma de 11º ano. O gosto por ensinar é comum entre os 4 e foi isso que os levou a querer continuar os seus estudos, na vertente da docência na UC.

O núcleo manteve-se unido durante todo o estágio, apoiaram-se nas diversas situações que foram ocorrendo e superaram os desafios de forma positiva. Estes foram auxiliados por dois orientadores, um da escola e outro da faculdade, que foram fornecendo FB do desempenho prestado, reforçando os aspetos positivos a manter e apontando as melhorias possíveis para o desenvolvimento dos estagiários. Fazendo um balanço do trabalho realizado pelo NEEF, este é muito positivo, pois estes organizaram as atividades de forma colaborativa e com o contributo de todos.

Caracterização da Turma

A caracterização da turma tem como principal objetivo conhecer os alunos, de forma a adotar as estratégias mais adequadas a cada um. Nesse sentido, o ensino deverá ser o mais individualizado possível, cabendo ao professor utilizar as estratégias e meios de ensino mais eficazes na resolução dos problemas e dificuldades de aprendizagem, com o intuito de potenciar as aprendizagens de todos os alunos.

A turma é o 9ºH da Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, pertencente ao Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente. Esta é constituída por 18 alunos, dois quais sete são do sexo masculino e 11 do sexo feminino, estes apresentam idades que variam entre os 14 e os 16 anos, tendo nascido 17 alunos em 2007 e um em 2006.

Destaca-se que para 17 alunos da turma a disciplina de EF é importante ou muito importante, existindo só 1 aluno que não a considera importante. No que respeita ao gosto pela disciplina, 7 alunos gostam muito, 9 alunos gostam, 1 aluno gosta pouco e 1 aluno não gosta. Em relação às matérias preferidas, os alunos demonstram mais gosto pelas modalidades coletivas, sendo as mais gostadas, o basquetebol e o voleibol. Por fim, relativamente à prática de atividade física federada ou não federada fora da escola, maior parte dos alunos, 10, só pratica atividade nas aulas de EF, sendo que os restantes praticam, natação, kickboxing, futebol e ginásio.

Todos os alunos frequentam o Orfeão de Leiria (Escola de Música), pelo que estão abrangidos pelo regime de ensino articulado. A turma tem ainda mais 4 alunas que não

têm EF porque lecionam a componente de Dança no Orfeão de Leiria através do ensino articulado.

A turma apresenta alunos com problemas médicos diagnosticados dos quais se destaca:

1 aluno: apresenta dislexia severa, pelo que tem acompanhamento de Educação Especial, este beneficia das medidas de apoio universais, tais como, diferenciação pedagógica; acomodações curriculares e intervenção com foco académico ou comportamental em pequeno grupo e tem ainda uma medida seletiva, o apoio psicopedagógico.

1 aluno: apresenta a doença de Epilepsia Mioclônica Juvenil, este tem com frequência espasmos nos ombros e braços e por vezes tem ausências com ou sem memória por mais de 3 segundos.

3 alunos: apresentam problemas de ansiedade e depressão, pelo que duas são acompanhadas pelos serviços de psicologia e uma pela pedopsiquiatria.

Relativamente à carga horária destes, distribui-se entre segunda-feira e sexta-feira, com dois dias a sair as quatro e cinquenta, um dia a sair as seis e vinte, um dia a sair ao meio-dia e quarenta e um dia a sair à uma e vinte e cinco. Para além da carga horária na escola, estes como são do ensino articulado, têm mais 4 tempos semanais no orfeão de Leiria.

No quadro seguinte podemos observar o resumo dos dados da Avaliação Informativa Inicial.

Quadro 1 – Avaliação Formativa Inicial das Modalidades

| 9ºH | Basquetebol | Andebol | Voleibol | Ténis | Ginástica | Futsal | Dança | Atletismo | Badminton |
|--------------------|-------------|---------|----------|-------|-----------|--------|-------|-----------|-----------|
| Nível Introdutório | 8 | 9 | 8 | 15 | 13 | 8 | 7 | 10 | 12 |
| Nível Elementar | 7 | 9 | 9 | 3 | 5 | 8 | 10 | 6 | 5 |
| Nível Avançado | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 | 2 | 0 |
| n (Total) | 18 | 18 | 17 | 18 | 18 | 18 | 18 | 18 | 17 |

Como podemos observar no quadro anterior a turma encontra-se maioritariamente no nível introdutório, no entanto destacamos que estes demonstraram muita confiança na leção do Basquetebol, Voleibol e Futsal. Reversamente apresentaram mais dificuldades no Andebol e no Ténis. É de salientar que a turma tem dois alunos, que se encontram num nível superior, comparativamente à média da turma, demonstrando muita aptidão para a maioria das modalidades.

Capítulo II - Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica

Área 1 - Atividades de Ensino-Aprendizagem

Planeamento

Neste capítulo será realizada uma reflexão sobre todo o trabalho desenvolvido no estágio pedagógico ao nível do planeamento, refletindo sobre o percurso de forma global, referindo as dificuldades sentidas e quais as estratégias para as superar, dilemas de frontados no decorrer do estágio e ainda fazer referência às aprendizagens realizadas.

Segundo Bossle (2002), o planeamento faz parte do ser humano, este tem interações com a natureza e com os outros, de forma a identificar as necessidades e concretização das mesmas de forma racional. Este deve ser processual no ensino, o planeamento engloba todas as decisões e ações do professor na comunidade escolar, estas podem partir de reflexões críticas do próprio trabalho do docente, este adapta-se às características e necessidades próprias, que devem ser realizadas de forma consciente e objetiva. Já Padilha (2001), refere que não é possível imaginar a ação pedagógica sem planeamento de forma organizada, este deve ser sempre um ato intrínseco à educação.

Em seguida será apresentado o planeamento realizado, que é composto pelo plano anual, pelas unidades didáticas, pelos planos de aula e as pelas Estratégias e Estilos de Ensino.

Plano Anual

O plano anual, é um documento de partida, este é composto por informações importantes, desde a caracterização do Agrupamento e da Escola, a forma de funcionamento da mesma, o calendário escolar, a caracterização da turma, as aprendizagens essenciais referentes ao ano de escolaridade, os conteúdos programáticos, informações sobre a intervenção pedagógica e as suas respetivas estratégias, as atividades propostas pelo grupo de EF, o plano de contingência para EF (Covid-19) e por fim a avaliação, com os seus respetivos critérios. Este representa as expectativas do que se pretende alcançar, tendo em conta todas as orientações propostas pelo Ministério de Educação, escola e grupo de recrutamento de EF.

Como tal para a sua construção foi necessário a consulta dos documentos orientadores fornecidos pelo Ministério da Educação, como as Aprendizagens Essenciais referentes ao 3º ciclo, 9º ano de escolaridade, dentro das três áreas, Aptidão Física, Atividades Físicas e dos Conhecimentos, a consulta do documento do Perfil dos alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Já no que toca à escola onde decorre o Estágio

Pedagógico, foi consultado o Projeto Educativo do Agrupamento, o Plano Anual de Atividades, o Regulamento Interno, o Calendário Escolar para o ano Letivo 2021/2022, o Mapa da Rotação de Espaços do grupo de recrutamento e estar presente na 1ª Reunião do conselho de turma.

Após a estabilização do documento, foi possível proceder à calendarização das unidades didáticas a lecionar tendo em conta o mencionado no paragrafo anterior. A lecionação das mesmas são uma parte integrante do plano anual, onde é necessário um aprofundamento e conhecimento de cada uma, para ter confiança e eficácia na transmissão dos conteúdos das mesmas.

O plano anual de cada turma, deve ter em conta a realidade, pois as necessidades de uma escola ou meio, não são iguais noutra. Logo, é possível utilizar linhas orientadoras deste documento, mas é necessária uma adaptação para a realidade encontrada, não só da escola, mas da própria turma que vai ter diferentes níveis de proficiência que devem ser tidos em conta no planeamento do mesmo.

A sua construção foi apoiada pelo professor orientador da escola, que partilhou com o NEEF informações pertinentes, o NEEF fez ainda em conjunto uma parte comum do mesmo, referente à caracterização do Agrupamento e da Escola. Sentimos dificuldades inicialmente devido à quantidade de informações que nos foram dadas, sendo necessário primeiramente assimilar e priorizar tudo o que era preciso fazer.

A elaboração do plano anual reuniu informações pertinentes acerca da turma, este possibilitou ter num só documento tudo o que necessitávamos. O seu desenvolvimento permitiu-nos consultar documentos estruturantes do ensino, aumentando assim o nosso conhecimento. Consideramos que o plano anual deve ser desenvolvido especificamente para a turma em questão, tendo em conta as dificuldades, capacidades dos alunos e o meio em que estão inseridos.

Para nós este documento foi uma base importante para o estágio pedagógico, permitindo ter um conhecimento alargado sobre a turma e sobre o ensino.

Unidades Didáticas

A elaboração de cada Unidade didática (UD) teve em conta as Aprendizagens Essenciais para o 3º ciclo, as rotações atribuídas à turma, o calendário escolar e todas as atividades a desenvolver ao longo do ano letivo.

Segundo Marcon et al (2012), o professor deve ter um conhecimento pedagógico do conteúdo, este pode desenvolver a sua prática pedagógica, com colegas, com um único aluno ou com uma turma inteira, desde uma atividade pontual até a uma UD completa. Isto permitirá, receber informações do contexto por meio de reflexões, convocar conhecimentos, fazer interagir os conhecimentos e informações recebidas, estabelecer estratégias de ação, intervir em possíveis situações-problema, avaliar os resultados e por fim consolidar e guardar os conhecimentos adquiridos.

A pesquisa e desenvolvimento destas, permitiu-nos consolidar aprendizagens já adquiridas, mas sobretudo, adquirir aprendizagens sobre as matérias onde havia lacunas de conhecimento. A sua estrutura manteve-se nas diversas unidades didáticas, começando pela contextualização histórica, a caracterização da modalidade, o regulamento e regras, a arbitragem, a caracterização dos gestos técnicos/erros mais comuns em cada um destes, os conteúdos táticos nas modalidades coletivas, quais os princípios gerais e específicos, os recursos (Espaciais, Materiais, Temporais e Humanos), as regras nas aulas de EF, o Plano de contingência para EF (Covid-19), os objetivos segundo as Aprendizagens Essenciais, as estratégias de ensino, os estilos de ensino, a avaliação e os seus critérios e por fim a extensão e sequência dos conteúdos.

A sua elaboração foi realizada antes do início da leção desta, dando assim a oportunidade de projetar o que se pretendia, tendo em conta os objetivos definidos inicialmente, sendo este um documento flexível e adaptável no decorrer da sua implementação. Este permitiu um conhecimento prévio sobre a matéria a abordar e ainda um planeamento sustentado por uma extensão e sequência dos conteúdos a abordar.

Uma dificuldade que sentimos foi devido à situação da pandemia de Covid-19, esta veio limitar as aulas de EF durante o dois anos letivos anteriores e isso teve consequências para o desenvolvimento motor dos alunos. Nos anos anteriores alguns conteúdos foram lecionados de forma teórica e outros não foram lecionados, como tal foi necessário ajustar as aprendizagens que são referidas para o ano escolar, tendo em conta a realidade motora que nos foi apresentada pelos alunos. Sempre que necessário foram realizadas alterações nas UD de forma a ir ao encontro das necessidades demonstradas pelos alunos, não só com base avaliação formativa inicial como também no decorrer da sua implementação.

A UD mais fácil de realizar, foi a de Atletismo, pois devido à nossa experiência passada, foi mais fácil a sua implementação e correção dos erros realizados pelos alunos. Já a que foi mais difícil de realizar, foi a de Ténis, muito devido à pouca experiência

prévia desta, apesar de a escola ter condições boas para a sua leção o facto de os campos estarem distantes uns dos outros, dificulta o controlo sobre todos os alunos e proporciona comportamentos menos ajustados às aulas.

Por fim, sentimos que a elaboração das unidades didáticas é muito importante, porque permitiu segurança sobre os conteúdos a abordar, tendo em conta a legislação em vigor e o nível em que se encontrava a turma em cada matéria. Consideramos que a parte mais importante de cada UD é a extensão e sequência dos conteúdos programáticos, pois esta deve ter uma sequência lógica de progressão que permita ir introduzindo novos conteúdos e ao mesmo tempo consolidar os outros.

Aprendemos que cada modalidade tem as suas particularidades e que devem ser tidas em consideração na transmissão de informação aos alunos, conseguindo aprofundar e criar aprendizagens duradouras para estes. Um dos cuidados que mais tivemos, foi nas modalidades coletivas incluímos a arbitragem, o que fez surgir reações positivas por parte dos alunos. Após a sua leção de cada UD foram colocados em anexo todos os documentos utilizados para a avaliação dos alunos e a grelha final de avaliação da mesma.

Planos de Aula

Inicialmente fomos desafiados pelos orientadores, da escola e da faculdade a criarmos no NEEF um plano de aula com uma estrutura comum. Após a sua elaboração procedemos à sua apresentação aos respetivos orientadores, que deram o seu parecer tendo sido feita posteriormente a sua redação final.

Posto isto, o NEEF tem um plano de aula com uma estrutura comum, constituído inicialmente com um cabeçalho mencionado diversas informações: nome do professor, data, hora, duração, UD, número da aula, local, função didática, turma, recursos materiais, objetivos e o sumário. Segue-se a fundamentação/justificação das opções tomadas e ainda relativamente à estrutura da aula estava dividida em parte inicial, parte fundamental e parte final.

A parte inicial da aula tinha o propósito de primeiramente o registo das faltas/atrasos dos alunos seguida da preleção inicial, onde era feita uma revisão dos conteúdos da aula anterior e introdução das informações relativas à aula a decorrer. Seguiu-se com a ativação geral do organismo, elevando os parâmetros fisiológicos, através de exercícios simplificados ou lúdicos gerais ou mais específicos da matéria.

Na parte fundamental da aula, eram introduzidos os conteúdos específicos da matéria, onde se concentrava a maior parte da exercitação e tempo de prática dos alunos.

No plano de aula, ficou decidido mencionar-se o tempo de explicação da tarefa e de prática, os objetivos específicos, as componentes críticas, a organização da tarefa, os critérios de êxito, os estilos de ensino e por fim as palavras-chave. Nesta fase da aula era dado ênfase às progressões da matéria, com uma sequência lógica e fundamentada.

Na parte final da aula, tinha como objetivo o retorno à calma, levando os alunos a diminuir o clima de euforia. Ainda no final desta, era realizado um balanço da aula, por vezes por utilizado o questionamento e por fim era feita a introdução da aula seguinte.

A fundamentação/justificação das opções tomadas, acompanhou o plano de aula durante o ano letivo, pois esta sustentou as escolhas realizadas para cada aula, a estrutura era constituída pela referência dos exercícios em cada parte da aula, a sua justificação e a sustentação destas opções com a referência a autores relacionados com a matéria em questão. Para nós, esta foi muito importante, pois para o orientador, ao ler a mesma, já tinha uma visão global do que iria ser realizado na aula e o porque dessas escolhas.

O plano de aula é uma ferramenta importante, deve ser realizado tendo em conta as unidades didáticas, as aprendizagens essenciais, o plano anual da turma e o regulamento interno da escola. Este deve ainda ser de leitura fácil e transversal, para que qualquer professor que o queira utilizar consiga perceber o seu conteúdo e lógica. No entanto é necessário ter em conta que este é realizado para as necessidades específicas da turma, tendo em conta a avaliação formativa inicial, a avaliação formativa processual e as características específicas da turma.

Relativamente às dificuldades sentidas, foram inicialmente relativamente à forma como se mencionava os objetivos, sendo que estes devem claros e sucintos com uma projeção do que o aluno deverá realizar. Outra dificuldade foi a redução das componentes críticas, ou seja, em cada plano, estar as componentes críticas do exercício, mas só aquelas em que se vai dar mais importância, não sendo necessário colocar sempre tudo. Por fim, sentimos ainda dificuldade nas escolhas dos exercícios, porque muitas vezes o que era idealizado no papel, não funcionava na prática, o que nos fez perceber ao longo da elaboração dos planos, que deveríamos introduzir tarefas simples de fácil compreensão e aos poucos fazer variantes mais complexas.

A elaboração de planos de aula, proporciona ao professor segurança sobre o que vai abordar na mesma, facilitando a sua organização e gestão entre tarefas. Apesar disto, o plano deve ser moldável tendo em conta a situação específica do dia, e sempre que necessário podem e devem ser realizados ajustamentos no decorrer da mesma. Segundo Libâneo (1994), o planeamento deve ser flexível, este deve apresentar características de

meio auxiliar, sendo um guia para o professor. A aplicação deste está sujeito às condições, realidade encontrada, sendo que o planeamento está sempre sujeito a possíveis alterações.

Estratégias e Estilos de Ensino

Segundo a teoria de ensino de Mosston e Ashworth (1985), os estilos de ensino são categorizados de A-K, sendo que de A-E são referidos de estilos de ensino de reprodução, e de F-K, são denominados de estilos de ensino de produção. Estes referem que existe uma interdependência entre o comportamento de ensino, o comportamento de aprendizagem e os objetivos que estão a ser alcançados, referindo uma relação de reciprocidade entre estas. De referir que os autores, mencionam que os estilos de ensino são todos equitativos, ou seja, que nenhum é melhor ou superior aos outros, pois cada um só pode atingir parte dos objetivos, estes têm como objetivo tornar os professores mais flexíveis, mais versáteis, conscientes e intencionais.

Ao longo do ano letivo utilizámos vários estilos de ensino mencionados no Espectro, sendo estes: Ensino por comando (A); Ensino Recíproco (C); Ensino inclusivo (E). De acordo com Nobre (2017), num trabalho sobre o Espectro de Estilos de Ensino de Mosston e Ashworth (2008), no ensino por comando a aprendizagem é promovida através de tarefas, num curto período, todas as decisões são tomadas pelo professor, onde o aluno se limita a realizar a tarefa quando e como descrita. Este estilo de ensino mantém os alunos organizados, com uso eficiente do tempo.

O ensino por tarefa caracteriza-se por dar tempo ao aluno para trabalhar na tarefa, permitindo ao professor dar feedbacks mais individualizados. O aluno ganha alguma independência, realiza a tarefa e decide a ordem, o tempo e o ritmo.

No ensino recíproco, o trabalho é desenvolvido a pares, em que um aluno realiza a tarefa e o outro dá feedbacks de acordo com os critérios definidos pelo professor, os dois alunos desempenham o papel de observador e executante. Este estilo permite ao aluno uma participação mais ativa, em que o professor controla e fornece feedback aos observadores.

A nossa ação concentrou-se nos estilos de ensino de reprodução, não tendo sido utilizado nenhum estilo de ensino de produção. Este facto deve-se à inexperiência apresentada pela estagiária na sua utilização, muitas vezes por receio de perder o controlo da turma, sendo mais fácil ter o controlo sobre o que estes vão realizar. Existiu dificuldade em proporcionar aos alunos maior autonomia, o que se verificou uma lacuna no decorrer do estágio, futuramente será necessário investir na utilização dos vários estilos de ensino,

proporcionando mais diversificação e conseqüentemente uma melhor qualidade de ensino.

Realização

A realização assume-se como o momento prático de toda a organização e planeamento realizado. Esta é uma etapa importante, sendo que Siedentop (1983), propõe 4 dimensões distintas para esta, como a instrução, a gestão, o clima e a disciplina, caracterizando as dimensões de intervenção pedagógica necessárias para o processo de ensino-aprendizagem.

A intervenção pedagógica é constituída por diversos elementos, segundo Valle & Rezer (2021) e esta caracteriza-se como uma ação complexa, que precisa ser revista e reorganizada constantemente, procurando estabelecer relação entre a teoria e a prática. É necessário compreender que a prática pedagógica, é um processo contínuo com constante reflexão.

Instrução

A instrução entende-se como um momento em que há transmissão de informação, esta pode ser realizada através de preleções, questionamento, demonstrações e FB. Consiste em todos os comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica, que fazem parte do saber do professor. Consideramos que uma instrução de qualidade proporciona mais tempo de prática, promovendo uma melhor atitude de empenhamento motor e conseqüentemente promove uma compreensão mais explícita da informação, permitindo reter os aspetos mais relevantes.

A instrução tem várias maneiras de ser realizada, como pela utilização de meios gráficos, utilização de preleções sucintas, focadas e significativas para os alunos, pela utilização de demonstração, (utilização de conteúdos específicos, sob forma de audiovisual), realização de forma completa ou por partes, consoante a situação da aula.

Esta vai ter implicações no decorrer da aula, o professor deve diminuir o tempo passado em explicações, acompanhar a prática do aluno após o FB, aumentar a diversidade do FB positivo, apoiar e controlar ativamente a prática dos alunos, sempre que possível, utilizar os alunos como agentes de ensino e também realizar questionamento a estes sempre que a situação o exija. A qualidade de instrução vai ter implicações diretas nas restantes dimensões, na dimensão clima, favorecendo um melhor ambiente e trabalho positivo, na dimensão gestão, faz com que os alunos tenham uma maior recetividade sobre

os conteúdos a abordar e por fim na dimensão disciplina em que proporciona uma menor probabilidade de comportamentos de desvio.

Antes da realização de cada aula, a instrução foi pensada e este fator contribuiu para o sucesso nas questões de transmissão de informação com qualidade e pertinentes para os alunos. As estratégias para as instruções, foram aperfeiçoadas ao longo do estágio, como colocar os alunos estrategicamente no nosso campo de visão, fazer preleções por grupos e depois utilizar um dos grupos que está a fazer como forma de demonstração para o outro, uma outra estratégia que facilitou as instruções foi o esperar pelo silêncio da turma para iniciar a mesma.

Relativamente à demonstração, tivemos o cuidado de as realizar de vários ângulos com diferentes modelos. Esta tem uma influência na aquisição do movimento porque desenvolve a pesquisa visual do sujeito, encontrando a melhor solução motora para a tarefa tendo em conta o padrão, a situação do ambiente e as restrições do próprio sujeito, (Fonseca et al, 2008; Tani et al, 2011). Para McCullagh et al (1989), a demonstração visual deve ser utilizada em aprendizagens mais complexas que exijam de aspetos espaciais ou qualitativos da tarefa, enquanto as demonstrações auditivas são mais adequadas para tarefas que são feitas dentro de um certo tempo sem necessidade de paragens de execução, exercícios com menos complexidade.

A utilização dos alunos como meio de demonstração, foi a mais utilizada, possibilitando-nos a observação e correção do aluno em tempo real. Proporcionávamos também aos alunos a possibilidade de intervenção sempre que a demonstração não era bem realizada, referindo o erro realizado pelo colega. Como forma de correção pedíamos ao aluno que repetisse a demonstração com as correções pedidas para que a visualização mental dos alunos ficasse com o movimento correto.

O feedback foi uma parte muito importante das aulas, este define-se como uma informação fornecida os alunos, que pode vir de uma fonte externa (professores, vídeos, computadores), ou de informação interna, em que o aluno recebe as informações da sua própria execução. O professor deve transmitir um pequeno número de ideias diferentes em cada execução com o objetivo de ter uma melhor retenção de informação por parte do aluno (Januário et al, 2015). O FB tem um papel importante na aprendizagem, mas é necessário ter em atenção o tempo em que é aplicado e com que intervalo entre cada um.

Quanto à utilização do FB, no que diz respeito à direção, foi utilizado de forma individualizada, para um grupo e para a turma. Quanto ao objetivo, foi mais utilizado o prescritivo e descritivo, não sendo utilizado nem o avaliativo, nem o interrogativo, muitas

vezes por falta de experiência no decorrer das aulas. Por fim, relativamente à forma os mais utilizados foram o FB visual e auditivo, com algumas intervenções do quinestésico, mas menos regulares que os anteriores.

Uma das lacunas detetadas por nós e intervencionadas ao longo do estágio, foi o fecho dos ciclos de FB que muitas vezes eram esquecidos, devido à forma como a aula absorvia a nossa atenção.

Uma estratégia que facilitou a introdução de novos conteúdos foi o envio de informação para os alunos através da plataforma teams.

Tendo em conta todos os fatores e condicionantes apresentados anteriormente, a instrução é complexa e depende muitas vezes da forma como se encontra a turma, qual o espaço que se está a utilizar e também da capacidade do professor em conseguir captar a atenção dos alunos para as tarefas. Concluímos que no decorrer do estágio, apesar das lacunas apresentadas, as instruções foram maioritariamente bem-sucedidas, no entanto com aspetos a melhorar futuramente.

Gestão Pedagógica

Segundo Siedentop (1998), a gestão eficaz de uma aula, passa pelo comportamento do professor, este deve produzir elevados níveis de envolvimento por parte dos alunos em todas as tarefas desenvolvidas na aulas, reduzindo significativamente os comportamentos de desvio dentro e fora da tarefa, promovendo mais disponibilidade temporal para a realização das tarefas. Segundo isto, a gestão da aula, é um dos principais fatores para o seu sucesso, é necessário ter em conta todos os fatores que a envolvem, como o tempo, o espaços, os materiais e as características dos próprios alunos.

A aula de EF é por muitos considerada uma desorganização, organizada, ou seja, é uma aula onde constantemente os alunos estão em movimento e interação com os colegas ou professor, o que muitas vezes desafiante para os professores em formação, que tendem a focar-se no que está a acontecer à sua frente e não consegue muitas vezes ter um controlo geral sobre a turma. Todo este processo envolve, técnicas, estratégias, controlo de expectativas, controlo de frustrações, estando em permanente tensão entre a teoria e a prática em concreto.

Durante o ano letivo foram postos em prática, diferentes estratégias de gestão pedagógica, como a alteração do tamanho dos campos de jogo, diminuição ou aumento do tamanho das balizas, alteração do tipo de material, variação do tipo de tarefas, consoante o nível de proficiência dos alunos.

Desde o início que nos propusemos a criar rotinas para todo ano letivo, desde o começo da aula a horas, preleção inicial com os objetivos da aula, atribuição de nomes aos jogos realizados, apresentação das tarefas de forma clara e concisa, criação de grupos iguais desde o início da UD até ao final, ou em grupos homogêneos ou em grupos heterogêneos, conforme a UD, promover o tempo de prática efetivo, com várias tarefas em simultâneo, de forma a que os alunos tivessem pouco tempo de espera na execução da tarefa, demonstração através dos alunos que estão a realizar as tarefas, preleção final com o balanço da aula, introdução da aula seguinte e ainda antes de cada aula, realização de uma reflexão introspectiva da aula a realizar.

O professor orientador da escola, orientou-nos desde início para que tivéssemos um plano B, em caso das condições meteorológicas não se adequarem ao que era proposto. Desde o início que nos habituamos a verificar o tempo nessa semana e caso houvesse previsão de chuva, tínhamos já calculado no plano de aula o que fazer, esta estratégias forneceu-nos segurança ao longo do estágio.

Nas unidades didáticas de jogos desportivos coletivos, aplicamos desde início que no aquecimento faríamos um jogo mais lúdico, pré desportivo, o que resultou para a gestão da aula, explicação simples, muitas vezes jogos já conhecidos pelos alunos em que a organização era rápida, promovendo um aquecimento dinâmico e eficaz. A atribuição de nomes às tarefas, verificou-se também uma excelente estratégia, pois ao repetir a mesma, era só necessário dar um ou dois FB aos alunos para relembrar o que promoveu o aumento do tempo de prática por aula.

A gestão do espaço em função do tamanho da turma, não foi um problema no decorrer do ano, pois ao termos uma turma pequena (18 alunos), facilitou a gestão do espaço, beneficiando os alunos, pois estes tinham mais disponibilidade temporal, espacial e mais tempo de atenção por parte do professor.

Uma das estratégias utilizadas na gestão e transição das tarefas, foi a utilização dos alunos como meio de demonstração. Ao trabalhar-se em estações, proporciona que se possa terminar uma tarefa de uma das estações e que estes alunos observem os colegas estão noutra estação, acompanhando com uma instrução curta e com FB sobre a realização dos colegas. Deste modo, conseguíamos economizar no tempo de instrução, já que os alunos ao visualizarem o que era pretendido, ficavam com o padrão mental a realizar. O que fomos verificando ao longo do ano é que nas instruções as alunas do sexo feminino eram mais capazes de reter a informação e reproduzir o que era pretendido, enquanto os alunos do sexo masculino tinham um grau de atenção mais reduzido, porque

estavam muitas vezes ansiosos pela prática, o que implicava uma nova instrução já no decorrer da tarefa.

Os alunos da turma mostraram-se sempre muito motivados durante o decorrer do ano letivo, para eles o tempo de prática era muito importante, estando sempre predispostos a realizar as tarefas solicitadas. Este fator foi como o efeito dominó, ao haver esta tendência de maior parte da turma, acabou por influenciar a restante, o que nos proporcionou um envolvimento da turma nas aulas muito positivo.

A utilização de jogos pré desportivos, jogos reduzidos, e jogos formais nas aulas, promoveu entusiasmo e predisposição de aprendizagem por parte dos alunos. Que revelavam muitas vezes decepção por parte de anos anteriores em que faziam muitos exercícios analíticos e lhes era dada pouca oportunidade de pôr em prática na situação de jogo, com todas as condicionantes que isso acarreta, como a tomada de decisão, gestão de esforço e espírito de equipa.

O facto de a escola ter condições muito boas para a prática da EF, foi também um fator que ajudou na gestão das aulas. A escola dispõe de espaços adequados à prática das matérias abordadas, sendo que pode utilizar os campos de ténis e a pista de atletismo do município, que é também um fator motivacional para os alunos, pois existe uma variação dos espaços, afastando uma possível monotonia.

A UD em que sentimos mais dificuldades em geral na gestão, foi na UD de ténis, em que os alunos tinham muitas dificuldades na realização dos gestos técnicos e necessitavam de atenção permanente, o que foi difícil de gerir, já que os campos se encontravam a alguma distância uns dos outros. Controlar toda a aula e ainda conseguir gerir as expectativas e frustrações que os alunos estavam a sentir foi desafiante, pondo à prova todas as capacidades de controlo e superação.

Por fim, uma das estratégias que mais contribuiu para uma boa gestão e segurança na condução da aula, foi a organização do material previamente. Antes de todas as aulas, preparamos o material de forma a ser fácil a introdução das tarefas seguintes, sem quebras ou paragens. A preparação antes da aula, não foi só a preparação do material, mas também antes de cada aula, realizávamos um momento de reflexão introspectiva, visualizando a aula desde o início até ao seu final, lembrando o discurso a apresentar aos alunos.

Aprendemos que uma boa gestão depende não só das decisões que são tomadas no decorrer da aula, mas também de todo o planeamento que é feito previamente. Futuramente esperamos colocar em prática e consolidar as estratégias que promovem uma boa gestão das aulas, contribuindo para um maior tempo de prática efetivo dos alunos.

Clima e Disciplina

Segundo Silva (2012), no que concerne às dimensões de Clima e Disciplina, poderão aplicar-se algumas estratégias como: ser claro e amigável com os alunos, ser capaz de captar a atenção destes para as tarefas e sempre que possível ignorar os comportamentos inapropriados e elogiar os alunos sempre que seja pertinente. Um dos fatores que mais influencia o clima e disciplina é ser justo e assertivo nas decisões tomadas.

Nesta dimensão está um dos nossos maiores desafios do estágio, a disciplina. Apesar da turma ser muito cooperante em todas as tarefas e ter uma predisposição para a prática elevada, tem também alunos que estão constantemente a ter comportamentos inapropriados para a aula. Desde o início do ano que percebemos o desafio que nos estava a ser proposto. Ao longo do ano, fomos variando a forma de abordagem com estes alunos, inicialmente através da repreensão constante, o que para nos não resultou, pois estes pareciam gostar dessa atenção e continuavam a criar situações desagradáveis. Com o decorrer do ano letivo foi possível criar alguma ligação emocional com estes alunos, o que beneficiou o decorrer das aulas, pois estes através de algum diálogo durante as aulas, foram acalmando e cumprindo de forma mais eficiente as regras. Sentimos também que ao ignorar alguns dos comportamentos que não prejudicavam a aula, proporcionou-nos menos ansiedade na decorrer das situações, existindo um moldar do comportamento dos alunos com a atitude do professor.

Em relação ao clima, foi considerado bom, os alunos em termos de relações pessoais e com o professor, demonstraram sempre muito respeito, consideração e afetividade. Apesar de estarmos em processo de formação, a experiência passada noutras situações de ensino, proporcionou que algumas decisões nas aulas fossem benéficas para o clima e também o facto de conseguirmos estabelecer uma relação de empatia com os alunos.

É necessário por vezes sermos mais duros com os alunos, mas também é importante criar ligações de cooperação e confiança, criando ambientes favoráveis para o ensino. Terminamos o ano com a sensação de dever cumprido, percebendo que conseguimos proporcionar aos alunos momentos de aprendizagem num ambiente favorável.

Decisões de Ajustamento

No que diz respeito às decisões de ajustamento, estas são um ponto crucial durante as aulas, a capacidade de nos adaptarmos/ajustarmos à situação real, é algo que se pode treinar e melhorar ao longo do tempo.

Ao elaborarmos um documento escrito, não é necessariamente obrigatório que este resulte na prática, logo é importante termos a capacidade de nos reajustar sobre a realidade que está à nossa frente. Não é fácil tomar decisões rápidas e eficazes perante uma situação que não está a resultar, muitas vezes tivemos de errar, para perceber os pontos onde podia haver melhoria.

As decisões de ajustamento mais utilizadas foram: a reformulação dos grupos por falta de alunos, reformulação do tempo destinado a cada exercício, introdução de variantes simples ou complexas, adaptação do espaço de aula tendo em conta a situação meteorológica, reconfiguração da ordem das tarefas propostas para a aula ou a não realização de alguma tarefa e introdução de material suplementar para criação de novos estímulos.

Inicialmente as decisões de ajustamento eram mais demoradas e difíceis de tomar, no entanto com o avançar do estágio, com as reflexões realizadas após as aulas, com as reuniões com os orientadores, com os conselhos recebidos pelos colegas e pelos orientadores e o aprofundamento sobre as unidades didáticas, foi possível evolução e adoção de medidas mais eficazes e rápidas aquando de situações onde era necessário algum reajustamento. Percebemos que muitas vezes a solução é fácil, só temos de observar o que está a acontecer. Os alunos foram também um veículo para o sucesso das decisões de ajustamento, sendo eles muitas vezes a dar ideias e sugestões de melhoria, que eram utilizadas ou no momento ou planeadas posteriormente.

Avaliação

Segundo Nobre (2015), avaliar é o resultado de um confronto, entre o que é a perspetiva do ideal e o que é realizado na realidade. Assim o ato de avaliar pode ser difícil e duro para quem é avaliado, na sua componente ética e moral, decorrendo de um constrangimento da consciência interior do indivíduo, tendo em conta a referência ideal. O mesmo autor refere ainda que avaliar tem a ver com valor e com justiça, mas também com a sensação de poder. Este é um instrumento utilizado nas instituições para aferir as competências e conhecimentos apreendidos pelos alunos.

Para a avaliação das aprendizagens durante o ano letivo guiámo-nos pelo Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho, e pelos princípios orientadores da avaliação das aprendizagens, Portaria n.º 223-A/2018 de 3 de agosto. Estes documentos estabelecem como deve ser realizada a avaliação dos vários momentos do ano letivo, como a avaliação formativa inicial, autoavaliação, heteroavaliação e avaliação sumativa.

Na ESEACD, a avaliação é realizada em 2 semestres e existe um documento regulador da avaliação, este intitula-se de Critérios gerais de avaliação das aprendizagens 2021/22. Neste são descritas as informações mais importantes, como os princípios da avaliação, as modalidades de avaliação, os instrumentos a utilizar, os critérios de avaliação e os fatores de ponderação no cálculo das classificações do final do semestre.

Avaliação Formativa Inicial

Segundo as orientações do Ministério da Educação, a avaliação inicial é a primeira etapa de trabalho no início do ano letivo escolar que o professor deve realizar. Os objetivos fundamentais desta avaliação passam por determinar as competências e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias definidas, face ao ano de escolaridade em que se encontram, e proceder à revisão dos conteúdos que foram abordados no ano letivo anterior. Estas informações vão permitir regular os conteúdos a abordar em cada modalidade.

Nesta fase inicial de trabalho, o professor deve recolher o máximo de informação possível dos alunos, permitindo organizar as suas aulas e dar resposta às necessidades dos mesmos. Face a isto, na avaliação inicial, é crucial que o professor consiga identificar os alunos com maiores dificuldades motoras e, conseqüentemente, os que precisam de maior acompanhamento. Para tal, é necessário perceber quais as matérias mais exigentes ao nível das habilidades, de forma a serem trabalhadas no sentido de se atingirem objetivos com êxito. Também, o docente deve identificar os alunos ou grupo de alunos cujas capacidades motoras não estão suficientemente desenvolvidas e organizar as matérias que pretende lecionar definindo critérios de êxito.

No início de cada UD, foi realizada a avaliação formativa inicial, estes documentos de avaliação foram desenvolvidos através dos documentos fornecidos pelo ministério com os objetivos a atingir pelos alunos, através de documentos desenvolvidos pelos núcleos de estágio anteriores e ainda realizados autonomamente por nós, tendo em conta as características apresentadas pela turma.

A avaliação formativa inicial permitiu-nos situar os alunos, com o objetivo de perceber o seu nível (introdutório, elementar e avançado). No capítulo I, foi apresentado o quadro 1, que se referia às avaliações formativas iniciais realizadas em cada modalidade. Na generalidade das modalidades a turma encontrava-se no nível introdutório, como o ténis, a ginástica, o atletismo e o badminton, sendo que algumas como o andebol, voleibol e o futsal, a turma encontrava-se metade no nível introdutório e metade no nível elementar. Relativamente às restantes, o basquetebol e a dança, tinha maioritariamente alunos no nível elementar e no basquetebol tinha três alunos no nível avançado.

Para a recolha da avaliação formativa inicial foram utilizadas grelhas com uma escala de quatro níveis (0- Recusa-se a executar, 1- Realiza com incorreções, 2-Executa, 3-Executa bem). Estas grelhas inicialmente tinham muitas componentes críticas, o que tornava as avaliações demoradas e difíceis de realizar. Com o feedback dos orientadores, fomos reduzindo o número de informações, objetivando a avaliação, de forma a ser mais rápida de preencher. Após a recolha dos dados avaliativos, procedemos ao tratamento dos mesmos com uma reflexão geral das dificuldades apresentadas e também os destaques positivos na mesma. Este permitiu-nos identificar o nível dos alunos, as suas dificuldades e capacidades, promovendo o ajuste adequado do processo de ensino para a realidade da turma.

A informação obtida serviu para inicialmente criar o ponto de partida de cada aluno e posteriormente realizar a extensão e sequência dos conteúdos tendo em conta o período temporal da UD. Esta avaliação permite ainda verificar a evolução do aluno ao longo das aulas, podendo ainda ajudar na avaliação sumativa, pois pode comparar-se a evolução que o aluno teve e ter mais um critério de classificação. Em algumas modalidades utilizei também a avaliação formativa inicial para criar grupos de nível para o desenvolvimento das aulas.

A criação de grupos de nível, permitiu-nos perceber quem necessitava de mais atenção e quem tinha um nível de proficiência mais elevado. Consideramos que um dos fatores que levou ao sucesso dos grupos de nível, foi o ouvir os alunos, estar atentos aos sinais de motivação ou descontentamento que estes demonstraram em certos exercícios. Tivemos o cuidado de proporcionar exercícios/jogos do agrado dos alunos, solicitando a sua participação para o planeamento das aulas seguinte, e apesar de nem todas as propostas serem exequíveis, esta abordagem motivou os alunos para as aulas.

Avaliação formativa processual

Segundo Quina (2009), a avaliação formativa permite a recolha sistemática e informal dos dados relativos ao comportamento dos alunos, com vista à sua melhoria. Esta permite aferir se objetivos estão a ir ao encontro das necessidades dos alunos, podendo ser fornecido feedback aos alunos sobre o seu desempenho. Barreira et al (2006), reforça que esta tem servido como referência para a realização de adaptações curriculares como forma de resposta às necessidades educativas dos alunos, essas reformulações, vão exigir aos professores uma reflexão disciplinar, curricular e interdisciplinar, com o objetivo de encontrar soluções adequadas e eficazes.

Esta avaliação foi realizada em todas as aulas lecionadas, pois é permitiu-nos receber dados imediatos sobre a execução e desenvolvimento dos alunos. No final de cada aula, realizamos uma reflexão escrita da mesma, onde tínhamos dedicado um dos pontos para esta temática. O registo era feito de forma informal no decorrer das aulas e servia de aferição para a programação das aulas seguintes, permitindo a correção de erros e introdução de soluções com vista à progressão dos alunos.

Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é entendida como um balanço final realizado no termino de um segmento de aprendizagem, com o intuito de verificar de que forma os alunos atingiram os objetivos previstos e valorar positiva ou negativamente o produto avaliado, permitindo, ainda, a tomada de decisões a médio ou longo prazo (Nobre, 2015).

Segundo Ribeiro (1989), este tipo de avaliação apresenta vantagens das quais se destacam: (1) permite aferir resultados de aprendizagem; (2) permite introduzir correções no processo de ensino; (3) o uso de testes sumativos presta-se à classificação. De salientar que por incidir numa grande área da matéria, o teste sumativo apresenta diferenças estruturais, comparado com um teste formativo (Nobre, 2015).

No que diz respeito à avaliação sumativa, esta teve em conta primeiramente os critérios de avaliação implementados pelo agrupamento escolar, que se referem às capacidades, conhecimentos e atitudes.

Para a avaliação das capacidades, ou seja, da parte prática da UD, foram criados instrumentos de avaliação, com o seu respetivo referencial de forma a realizar uma avaliação justa. Damos prioridade a uma avaliação continua da evolução dos alunos, tendo em conta o ponto de partida desde e o seu esforço e evolução final, esta foi realizada

no final de cada UD. As grelhas utilizadas tinham uma escala de cinco níveis (1- Não executa, 2 - Executa com dificuldade, 3 - Executa Satisfatoriamente, 4 - Executa Bem, 5 - Executa muito bem).

Para a avaliação dos conhecimentos, foram utilizados vários instrumentos, como a realização de minifichas, de *Quiz* na plataforma Wordwall e de questionamento em aula. Esta diversificação de avaliação permitiu os alunos terem diferentes estímulos, dando oportunidade de se evidenciarem em diferentes formas de avaliar. Na elaboração dos instrumentos, priorizamos a avaliação dos conteúdos mais abordados nas aulas, sendo estes compostos por perguntas abertas, escolha múltipla e associação. Como forma de criar uma avaliação justa, cada instrumento, tinha uma matriz de correção, com as percentagens de cada pergunta e o tipo de resposta associada. Para a sua correção foram utilizados os mesmos critérios para todos os alunos, definidos previamente antes da realização da avaliação. A correção dos instrumentos foi entregue aos alunos e sempre que necessário fizemos uma revisão de algum conteúdo em que os alunos mostraram mais dificuldades.

Para o tratamento dos dados, utilizamos o *Microsoft Excel*, com as grelhas de correção e posterior soma dos 3 domínios (capacidades, conhecimentos e atitudes). A percentagem atribuída a cada domínio foi definida pelo documento regulador dos critérios de avaliação do AEMGP.

Autoavaliação e Heteroavaliação

A autoavaliação refere-se à avaliação das próprias atuações do sujeito e está intimamente relacionada com a função formativa. Os alunos devem ser capazes de aferir o seu próprio desempenho ao longo do seu percurso escolar, no entanto para isso, o professor terá de fornecer informação detalhada no início de cada ciclo de aprendizagem. Esta deve conter informações dos parâmetros de autoavaliação, dos critérios aplicados e ainda indicações sobre como devem realizar os juízos de valor. Este tipo de avaliação permite ao aluno regular o seu próprio processo de aprendizagem de acordo com critérios definidos, e, ainda, realizar a aprendizagem de avaliar o processo a partir dos parâmetros comuns conhecidos, o que constitui por si uma componente transversal da sua formação como indivíduo e cidadão (Nobre, 2015).

A autoavaliação foi realizada maioritariamente no final de cada UD, sendo que só foi aplicada a meio desta, em duas UD. Não é o cenário ideal, pois esta devia servir para perceber as aprendizagens dos alunos e onde estes têm maior dificuldades.

Futuramente é uma lacuna a melhorar, a implementação da autoavaliação durante a UD, permitindo aos alunos revelar as suas dificuldades e sucessos e posteriormente com essa informação ajustar os conteúdos programados para o ensino.

Nas UD que aplicamos a autoavaliação a meio, os alunos mostraram entusiasmo por o fazer e empenharam-se no seu preenchimento. Com os dados que estes referiram, conseguimos ajustar o planeamento da UD, em função das sensações dos alunos, e também verificar se o percecionado por estes, era uma realidade, comparando os dados com as suas performances.

Não aplicámos mais vezes a autoavaliação no meio de cada UD, pela insegurança e escassez de tempo para esta. No entanto, agora em retrospectiva, percebemos que podiam ter sido evitados alguns erros e a progressão dos alunos podia ser mais significativa se o tivéssemos feito.

Questões Dilemáticas

Segundo Zabalza (2004), os dilemas são em conjunto de situações que oferecem ao professor a oportunidade de desenvolvimento na sua atividade profissional. O mesmo autor identifica dois aspetos a considerar nos dilemas, o primeiro refere-se ao facto de que os dilemas são construtos, descritivos e próximos da realidade, que surgem através de situações decorridas em aula, a segunda refere-se ao facto de que os dilemas, podem refletir um desejo ou um ideal, sem que a ação esteja clara.

A questão dilemática com que nos deparamos no decorrer do estágio, foi como lidar com comportamentos desviantes dentro e fora da tarefa por parte de alguns alunos da turma. Qual a melhor estratégia para lidar com este tipo de comportamento? Ignorar? Ir pelo diálogo? Ou aplicação de sanções?

Numa fase inicial não foi fácil perceber o que podia resultar, de forma a conseguirmos controlar estes comportamentos. Começamos pela constante repreensão verbal aos alunos, o que no nosso entender não resultou e despoletou comportamento inapropriados mais frequentes, dando a sensação de que estes queriam a atenção do professor. Com o conhecimento mais alargado da turma e após conversas com a diretora de turma e com os professores orientadores, decidimos começar a ignorar maior parte destes comportamentos que não comprometessem o normal desenvolvimento da aula. Este teve repercussões positivas, já que não havia uma constante paragem para repreensão e conseqüentemente sentíamos um menor nível de ansiedade perante a situação. Aplicamos também o diálogo a sós com os alunos, para os fazer perceber que esse tipo

de comportamento não era adequado para a aula e de alguma forma motivá-los a querer ser pessoas melhores. Em algumas situações limite, utilizamos a regras dos 2 minutos sentados, já que estes alunos gostam muito da prática, logo estar sentados a ver os colegas não era desejado para estes.

Este foi um dilema que nos acompanhou a totalidade do estágio pedagógico, pelo que futuramente as ações a tomar perante estas situações, devem ser logo desde início assertivas, não dando lugar a este tipo de comportamentos.

Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar

Assessoria ao Cargo de Gestão Intermédia (Diretora de Turma)

O acompanhamento de um cargo de gestão intermédia na escola está integrado dentro da área 2, do guia de estágio pedagógico para o ano 2021/2022. Foi escolhido por nós a assessoria a uma diretora de turma, da respetiva turma onde estamos a desenvolver o estágio pedagógico.

O objetivo deste cargo de assessoria é desenvolver competências de compreensão e manipulação das funções e atribuições do cargo de diretor de turma, com a definição ajustada e criteriosa de estratégias e instrumentos que permitam acompanhar o professor assessorado, e que possibilite a compreensão da complexidade das escolas, das situações educativas e da amplitude atual do trabalho dos professores, de desempenho de tarefas em colaboração com colegas de trabalho. Segundo Ribeiro (2013), o diretor de turma deve trabalhar em estreita colaboração com todos aqueles que estão implicados no processo educativo, contribuindo para a criação do ambiente mais adequado ao seu desenvolvimento.

Inicialmente desenvolvemos um projeto com o objetivo de definir o que era o cargo de diretor de turma, o seu perfil funcional, os objetivos específicos, as tarefas propostas para o decorrer da assessoria e o cronograma correspondente a estas. Demos seguimento ao projeto após a elaboração do mesmo, sendo que desde início a diretora de turma, mostrou abertura e predisposição para acompanhar e ensinar tudo, referente ao cargo de DT.

Foram propostos por nós os seguintes objetivos para o desenvolvimento do cargo: adquirir práticas de trabalho, desempenho de tarefas em equipa, reflexão sobre o cargo assessorado, colaboração com o Diretor de Turma na caracterização da turma, acompanhamento do Diretor de Turma no atendimento aos Encarregados de Educação,

participar no desenvolvimento de atividades da turma, de tarefas administrativas e comparecer nas reuniões auxiliando a sua preparação, condução e elaboração da ata.

No que diz respeito às tarefas propostas, estas foram: realizar a caracterização da turma, ir à reunião semanal com a diretora de turma, para uma aproximação do cargo, colaborando nas funções necessárias, estar presente nas reuniões de Conselho de Turma e nas reuniões com os Encarregados de Educação, e se possível, auxiliar nas tarefas referentes à sua preparação e execução, acompanhar a turma, nas atividades de contexto escolar, tais como, corta-mato, visitas de estudo, megas, entre outros, acompanhar o diretor de turma em todas as situações que sejam consideradas relevantes para a nossa aprendizagem e facilitação do processo para o diretor de turma, consultar a legislação existente para as funções de Diretor de Turma.

Em forma de balanço é possível desde já referir que o acompanhamento deste cargo de gestão intermédia, foi muito enriquecedor para o nosso futuro enquanto docentes. Em relação aos objetivos e tarefas propostas inicialmente, foram cumpridas totalmente, tendo sempre em conta todo o processo desenvolvido e FB dado pela DT, que foi uma peça chave para o sucesso.

A DT foi a principal facilitadora para a concretização do que foi proposto inicialmente, com a sua transmissão de conhecimentos, estratégias e forma de estar perante as situações adversas ao longo do ano letivo. Esta permitiu desde início que participássemos em todas as tarefas, dando abertura para questões sempre que necessário.

Relativamente às reuniões realizadas, demos o nosso contributo sempre que possível e após a realização destas, procedemos à elaboração das respetivas atas. Estivemos desde o início disponíveis para todas as tarefas, de forma a adquirir o conhecimento e as estratégias utilizadas pela professora para a resolução de problemas.

Só quem passa pela experiência de ser diretor de turma é que tem a noção real da importância do cargo, a forma como os alunos se dirigem ao DT, o papel fundamental que este desenvolve na turma e na própria envolvência dos pais com a escola. Este cargo tem uma grande responsabilidade, já que os professores, alunos e pais da turma dependem do seu trabalho. Antes das reuniões é necessário preparar o que vai ser abordado, quais os pontos em ordem de trabalhos e que situações relevantes devem ser abordadas. Já após as reuniões é preciso acompanhar as situações e verificar se as medidas decididas, estão a ser implementadas corretamente.

Foi perceptível ainda que o diretor de turma deve ser uma pessoa calma, social, e acima de tudo que conheça muito, de todos os alunos da turma, bem como deve realizar

um acompanhamento da rotina escolar dos alunos, caso seja necessário intervir perante os encarregados de educação.

Destacam-se as limitações percecionadas no cargo, como o tempo reduzido que os docentes dispõem, excesso de burocracias, dificuldades nos contactos com os encarregados de educação, o perfil dos encarregados de educação, o contexto familiar dos alunos, e a coordenação e bom ambiente dos alunos da turma.

O acompanhamento ao cargo de diretor de turma, foi uma parte importante do estágio pedagógico, pois fomentou o enriquecimento futuro enquanto docente. Este permitiu a aquisição de conhecimentos e competências, tanto a nível profissional como a nível pessoal.

Área 3 - Projetos e parcerias educativas

O desenvolvimento de projetos e parcerias educativas na escola, está integrado dentro da área 3, do guia de estágio pedagógico para o ano 2021/2022. O NEEF desenvolveu autonomamente 2 projetos, o “Fair Play” e o “SENTIR – *o corpo alcança o que a mente acredita*”.

O projeto “Fair Play”, é na ESEACD uma tradição, o NEEF organizou a 26ª edição do torneio, que teve 4 modalidades (Tração à corda; Voleibol; Basquetebol; Futebol). A sua organização envolveu uma projeção em papel do que era pretendido, com a realização do projeto, e todos os documentos necessários à implementação da mesma, como as fichas de inscrição das equipas, cartão de identidade das equipas, credencial do delegado da equipa, entre outros.

O torneio foi realizado dentro do espaço escolar (Polivalente; Relvado), tendo sido realizado nos dias 5 e 6 de abril com horários entre as 9h00 e as 19h00. Este contou com a presença de 15 equipas masculinas (157 alunos), 5 equipas femininas (54 alunas), com cerca de 30 árbitros, com os professores do grupo 620 e ainda com o NEEF que foram os principais organizadores. Após a estabilização da data foram elaborados os cartazes de divulgação, que foram colocados em pontos estratégicos da escola.

Procurámos angariar patrocínios e parcerias para a alimentação dos árbitros e águas para os participantes. Um hipermercado forneceu-nos 167 packs de 6 garrafas de água. Em relação aos prémios, conseguimos 4 patrocinadores que se disponibilizaram a fornecer experiências, de surf, arborismo e Padel. Já relativamente às parcerias estas foram com o curso de cozinha da escola, o curso de massagem e o curso de multimédia. As medalhas do torneio foram realizadas na totalidade pelo NEEF.

O contacto com as equipas inscritas, foi realizado com o delegado, via email, enviando todas as informações necessárias para o decorrer do torneio.

No que diz respeito à parte da realização e implementação do projeto, este decorreu dentro do esperado sem incidentes graves a registar. Foram realizados todos os jogos previstos, as equipas participantes cumpriram os jogos e comportaram-se devidamente no decorrer dos mesmos.

Em relação à adesão dos alunos ao torneio, podia ter sido mais considerável, mas sendo um ano de regresso a este tipo de atividades após o covid, era previsível que fosse dentro deste número de participantes, sendo que os objetivos pré-estabelecidos no projeto, foram cumpridos.

Durante o torneio foi-nos transmitido pelos professores e orientadores algumas sugestões de melhoria, sendo estas: criação de uma escala única, para os parâmetros de pontos fair-play, dando o mesmo peso a cada um destes, incluir mais uma modalidade (aproveitando o espaço do ginásio), numeração dos jogadores obrigatória de 1 a 10, criação de um quadro para cada modalidade com a sua sequência de jogos, sendo mais fácil a sua organização, formação dos árbitros e recrutamento de alunos com alguma formação na modalidade que vão arbitrar, fazer medalhas também para os segundos classificados e inscrições das equipas e dos árbitros realizadas através do google docs.

Destacamos ainda como pontos fortes: a angariação de patrocínios, parcerias com os cursos profissionais de cozinha, multimédia e massagem da escola, interação positiva com a comunidade escolar, a dinâmica da atividade e prémios interessantes para os vencedores.

O projeto “SENTIR – o corpo alcança o que a mente acredita”, foi organizado pelo NEEF, e decorreu entre o dia 16 de março de 2022 e o dia 20 de abril de 2022. Ao longo do período de estágio pedagógico fomos verificando que a ansiedade e a depressão têm-se revelado uma problemática na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, visto que, nos últimos tempos, têm sido registadas diversas ocorrências na comunidade escolar. Com o intuito de tentarmos combater esta problemática, e reconhecendo os benefícios que a prática de atividade física tem na saúde mental, decidimos elaborar um projeto- “SENTIR- *o corpo alcança o que a mente acredita*”. A intervenção passou pela integração de toda a comunidade escolar em atividades desportivas, do seu interesse, ao longo de cinco semanas, onde foram abordadas atividades no âmbito dos Jogos Tradicionais, Jogos Desportivos Coletivos, Danças Tradicionais/ *Goalball* e Jogos de Raquetes.

Relativamente à frequência do projeto, foram realizadas três sessões por semana, em que duas foram destinadas para os alunos com necessidades educativas especiais, e a outra para a restante comunidade. Consideramos que as atividades desenvolvidas foram enriquecedoras para os alunos participantes, visto que a abordagem de diversas temáticas permitiu que vivenciassem e experienciassem modalidades do seu interesse. Destacamos ainda, que ao longo das sessões, a adesão das mesmas aumentou consideravelmente, sendo que no evento culminante contámos com a maior taxa de participação.

Relativamente aos alunos do ensino especial, nem todas as sessões corresponderam aos objetivos propostos, devido à imprevisibilidade dos participantes e da predisposição para as tarefas. Deste modo, vimo-nos obrigados a reajustar as atividades em função da temática semanal.

Em suma, este período de intervenção permitiu-nos interagir de forma positiva com os alunos num registo mais informal, criando uma ligação de proximidade com estes. O maior desafio deste projeto foi o contacto e trabalho com a população especial, visto que ao longo das semanas a aprendizagem foi constante e enriquecedora, onde desenvolvemos competências cruciais para o nosso futuro enquanto professores.

Referimos algumas sugestões de melhoria como: mais formação por parte do NEFF sobre a população do ensino especial (aprofundamento de conhecimentos sobre a doença associada), ter mais dias destinados ao alunos de ensino especial e atividades com maior duração temporal.

Relativamente aos pontos fortes: disponibilidade da escola para a implementação do projeto, apoio por parte dos orientadores para o desenvolvimento do mesmo, interação positiva com a comunidade escolar e dinâmica da atividade.

Área 4 - Atitude ético-profissional

Ética Profissional

No Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto, publicado em diário de república está identificado o perfil geral de desempenho profissional do educador de infância, e dos professores dos ensinos básico e secundário. Na dimensão profissional, social e ética, é possível verificar que o professor deve assumir um papel de educador, recorrendo ao seu próprio saber, apoiado pela investigação e reflexão partilhada com a comunidade educativa; deve garantir que a sua prática de ensino é inclusiva, num quadro de aprendizagens diversas; é um veículo de fomentação de autonomia nos alunos; deve

respeitar todas as diferenças culturais e pessoais, não só dos alunos mas de toda a comunidade educativa; revela uma ótima capacidade relacional e de comunicação; assume uma dimensão cívica e formativa, procurando estar informado e atualizado no decorrer do seu percurso enquanto profissional de docência.

No guia de Estágio Pedagógico 2021/2022 é mencionado que a atitude ética do professor, deve estar sempre presente ao longo da sua carreira, este é muitas vezes um ídolo para os seus alunos e por isso as suas atitudes vão ser seguidas por estes. Como tal, o professor deve desenvolver comportamentos adequados, de responsabilidade, exigência, trabalho colaborativo, procura de novos conhecimentos, profissionalismo nas funções desempenhadas, revelando um enorme compromisso consigo próprio e com toda a comunidade educativa.

Desde o início do estágio demonstramos interesse em participar ativamente em todas as atividades desenvolvidas pelo grupo de recrutamento de EF, bem como noutras atividades desenvolvidas na escola, pelos alunos ou funcionários. Participamos em atividades como: Comemoração do Dia Europeu do Desporto na Escola, 24 de setembro, (ESEACD); Dia Mundial do Judo, 28 de outubro de 2021, (ESEACD); Marcação das linhas dos campos de badminton no ginásio da escola, 17 de janeiro de 2022, (ESEACD); Corta-mato escolar (Fase escola), 19 de janeiro de 2022, (Escola Guilherme Stephens); Visita de estudo a Lisboa: Museu da Eletricidade e ao MATT, 17 de fevereiro, 2022, (Lisboa); Concentração de Desporto Escolar (Voleibol), 3 de março de 2022, (Parque Municipal de Exposições (FAE) da Marinha Grande); Corta-mato escolar (Fase distrital), 9 de março de 2022, (Parque da cidade da Marinha Grande); Semana da Saúde, 23 de março de 2022, (ESEACD); Megafase agrupamento: Torneios Intra -Turmas e Torneios Inter-Turmas, 24 de março de 2022, (Estádio Municipal da Marinha Grande); Fair-Play, 5 e 6 de abril de 2022, (ESEACD); Projeto olimpíada Sustentada, de 16 de março a 20 de abril de 2022, (Escola Guilherme Stephens; Escola casal de malta; ESEACD); Festa da Criança 2022, dia 30 de maio, (Parque Mártires do Colonialismo), dinamização de atividades para os alunos do pré-escolar.

Formações realizadas

Como parte integrante do estágio, a formação continua é uma peça chave para a evolução, pois esta que vai permitir novos conhecimentos, novas experiências, conhecer outras realidades e até mesmo dar a conhecer a nossa experiência e vivência aos outros. Os certificados de participação entregues, encontram-se em anexo.

Relativamente às reuniões realizadas na escola, estivemos presentes em todas, as realizadas pelo NEEF, com o respetivo orientador, sendo estas semanais (quarta-feira), às 10h15 da manhã, e estivemos nas 2 obrigatórias por semestre do grupo de recrutamento e em todas as reuniões relativas às avaliações intercalares e finais de semestre.

Das formações realizadas pela UC, estivemos presentes em todas. A primeira relacionada com as *Metodologias Ativas de Aprendizagem - Aprendizagem por Serviço*, em que a oradora foi a Doutora Maria Luísa Santos da Universidade Autónoma de Madrid, que se realizou nos dias 3 e 10 de dezembro de 2021. Esta formação teve como objetivo dar a conhecer o que é uma aprendizagem por serviço, e quais os projetos que têm vindo a ser desenvolvidos, sendo esta enriquecedora não só em termos de conhecimento, como também em termos de sensibilização da humanidade para ajudar o próximo.

A segunda formação realizada pela UC foi o *Programa de Educação Olímpica*, sendo o orador do Comité Olímpico de Portugal, na data de 4 de fevereiro de 2022. Esta formação teve como objetivo dar a conhecer o projeto da era olímpica, mostrando o seu percurso ao longo do tempo e as atividades que têm sido desenvolvidas nas escolas, clubes e associações com vista à promoção do desporto em Portugal.

A terceira formação realizou-se com vista à evolução dos alunos na composição do relatório de estágio, a formação teve como tema a *Consulta de bases bibliográficas, uso das normas de citação e referências bibliográficas*, dirigido pela Dr^a Catarina Amorim, a dia 8 e 22 de abril de 2022.

A quarta formação, foi relacionada com os *concursos nacionais de professores*, em que foi explicado o acesso à plataforma, as diferentes vertentes do concurso nacional e as suas especificidades, dirigida pelo professor Rui Luzio e realizou-se a 22 de abril de 2022.

A quinta formação proporcionada pela UC foi o *FICEF (Fórum Internacional das Ciências da Educação Física)*, 28 e 29 de abril de 2022. Este é uma tradição da faculdade e realiza-se todos os alunos, tendo este ano o tema “Metodologias ativas de aprendizagem, de que falamos?”. Os dois dias foram marcados por apresentações dos alunos do MEEFEBS sobre o tema-problema que estão a desenvolver nas escolas cooperantes e ainda foram feitas várias comunicações, sendo estas: “Evaluación tradicional en Educación Física vs Evaluacion Formativa? Análisis de la Situación”, dirigida pelo professor Victor López-Pastor, da universidade de Valladolid; “Contextos transfronterizos y Aprendizaje-Servicio. Utilidad de la Actividad Física y Deportiva”

dirigida pelo Pedro Ruiz-Montero, da Facultad de Educación y Humanidades de Melilla, Universidade de Granada; “EUFITMOS – Rede de monitorização da aptidão física nos jovens europeus”, dirigido pelo Adilson Marques, da Faculdade de Motricidade Humana, da Universidade de Lisboa.

Além das formações obrigatórias, a estagiária participou de forma autónoma nas seguintes: *Ciclo de Conferências "Ciência Descomplicada"* - «FITescola®, 21 de setembro 2021, (Online); *Webinar Alimentação Saudável na Escola*, 13 de outubro de 2021, (Online); *LET'S TALK ABOUT I "A importância da psicologia no alto rendimento."*, 17 de novembro de 2021, (Online); *Leya Educação: A Boa Educação: Carta dos Direitos a uma Escola Amiga da Criança*, 20 de novembro de 2021, (Online); *Palestra - Jogo, Brincadeira e qualidade de vida na infância*, 23 de novembro de 2021, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, (Politécnico de Leiria); *Leya Educação: 31.º Encontro Digital - Cidadania Digital*, 27 de janeiro de 2022, (Online); *Leya Educação: O papel do papel...e qual é o nosso? Escola Amiga da Criança*, 10 de fevereiro de 2022, (Online); *Ciclo de conferências de Direito Desportivo – “Leis do Jogo”*, 25 de fevereiro, 2, 9 e 30 de março de 2022, (Online); *Formação em gestão de comportamentos*, 11 de março de 2022, (Online); *Seminário de Boas Práticas e Networking em Inclusão de Jovens pelo Desporto*, 18 de março de 2022, (Escola Superior de Desporto de Rio Maior); *Leya Educação: 32.º Encontro Digital - Avaliar e Aprender numa Cultura de Inovação Pedagógica*, 24 de março de 2022, (Online); *Jornadas Técnicas de Corrida*, dia 30 de abril de 2022, (14h00 às 18h00), Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, (Politécnico de Leiria); *Casa do professor: Formação “Quem manda no Excel sou eu”*, dirigido pelo professor João Ferreira, dia 3 de maio de 2022, (18h30), (Online); *Treinadores de Portugal- Webinar - "A comunicação entre treinadores e encarregados de educação"*, dirigido pela treinadora Inês Amado, dia 11 de maio de 2022, (21h00), (Online); *Leya Educação: 33.º Encontro Digital - Novos Desafios, novas soluções digitais*, 17 de maio de 2022, (17h30), (Online); *Treinadores de Portugal- Webinar - "Acompanhamento Nutricional no Desporto"*, dirigido por Carla Sá, 25 de maio de 2022, (21h00), (online).

A totalidade das formações perfaz cerca de 69 horas de formação, estas proporcionaram aprendizagens, umas mais significativas e outras mais superficiais, que contribuíram para o nosso desenvolvimento enquanto pessoas e futuros docentes. Como docentes, devemos estar em constante formação e busca pela aprendizagem, isto porque a escola está em constante mudança. Uma atitude ética deve acompanhar-nos sempre,

seguindo princípios, valores e condutas adequadas ao meio em que estamos. Assumimos desde início uma posição de empatia, estando cientes da responsabilidade de estar presente nos momentos importantes, cumprir horários impostos e ter um relacionamento cordial com todos os envolvidos. Encontramos um ambiente propício para a aprendizagem, rodeados de pessoas com valores e respeito o que facilitou a integração e nos proporcionou momentos únicos.

Capítulo III - Aprofundamento Tema/Problema

1. Introdução

O presente trabalho foi elaborado no âmbito do Estágio Pedagógico, referente ao segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra.

Na qualidade de professores estagiários de Educação Física (EF), realizámos um estudo com o objetivo de caracterizar a Perceção dos Alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física.

Neste sentido desenvolvemos um conjunto de procedimentos, que culminou com a aplicação de um questionário final ao Ensino Secundário (ES), constituído a partir de entrevistas realizadas aos alunos, este permitiu inquirir os estudantes sobre quatro blocos temáticos, a motivação, os conteúdos e matérias, currículo e avaliação e por fim, a Atividade física e Qualidade de Vida.

Neste estudo dedicamo-nos especificamente à perceção dos alunos da ESEACD sobre os conteúdos e matérias da Educação Física no ES. Neste sentido a aplicação do mesmo foi realizada na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte.

O trabalho está organizado em 6 partes. Em primeiro lugar faremos um enquadramento teórico acerca do tema, a apresentação da questão de partida e dos objetivos, a metodologia, os participantes do estudo, os instrumentos e procedimentos, e por fim a apresentação e discussão dos resultados dividida em 3 capítulos: (i) Opinião sobre a Educação Física; (ii) Conteúdos e Matérias e (iii) Grau de Satisfação global das aulas de Educação Física. Este termina com as considerações finais acerca dos dados obtidos, dando resposta ao problema apresentado, as suas limitações e constrangimentos sentidos.

2. Enquadramento Teórico

O presente estudo pretende contribuir para a melhoria do conhecimento sobre a Perceção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física.

O Núcleo de Estágio procurou definir uma estratégia de recolha de dados que permitisse caracterizar a perceção dos alunos sobre quatro blocos temáticos, a Motivação, os Conteúdos e Matérias, Currículo e Avaliação e por fim, a Atividade Física e Qualidade de Vida.

O tema que abordamos neste trabalho refere-se aos Conteúdos e Matérias, por considerarmos importante conhecer como é que os alunos percecionam a disciplina de Educação Física, de modo a futuramente enquanto docentes, podermos melhorar as nossas aulas, tendo em conta as opiniões recebidas.

Relativamente aos três outros blocos temáticos em estudo, são também de relevância, sendo que a motivação é elemento essencial na vida do ser humano devido ao seu cariz emocional, biológico e social, responsável por iniciar, direcionar e manter comportamentos relacionados com o cumprimento de objetivos (Todorov & Moreira, 2005). Em relação ao currículo e avaliação em Portugal, é definido através de linhas orientadoras presentes no Decreto-lei nº55/2018, 6 de julho, que se reaproxima da lógica processual (Stenhouse, 1984, citado por Nobre, 2021), tendo sido a mesma iniciada na reforma de 2001 e centrada na ação do professor como profissional do currículo. Por fim, a Atividade Física e Qualidade de Vida depende de fatores individuais estando sujeito a influências do quotidiano, do ambiente onde vive, do hábito de atividade física, dos níveis socioeconómicos, entre outros fatores referentes ao estilo de vida (Interdonato & Greguol, 2011).

Com base no tema abordado no presente trabalho, consideramos que é muito importante saber como funciona a disciplina de Educação Física em Portugal, quais as suas finalidades, os conteúdos e matérias abordados, de forma a conseguirmos interpretar as respostas dadas pelos alunos.

As Aprendizagens Essenciais são um documento de orientação curricular base na planificação, realização e avaliação do ensino-aprendizagem, que tem como objetivo promover as competências mencionadas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, em relação ao ES o documento é homologado pelo Despacho n.º 8476-A/2018, de 31 de agosto. No ES definem-se duas etapas de desenvolvimento, no 10º ano de escolaridade existe um carater de revisão de conteúdos, enquanto no 11.º ano e 12º

ano, é permitida a opção dos alunos, em cada turma, pelas matérias que preferem aperfeiçoar ou desenvolver. Estas opções devem respeitar as características do ecletismo da proposta curricular, garantido que os alunos terminem a escolaridade com um conjunto de conhecimentos, capacidades e atitudes necessárias a uma cidadania responsável, ativa e saudável.

O Decreto-lei nº55/2018, 6 de julho, define uma política educativa centrada nas pessoas que garanta a igualdade de acesso à escola pública, promovendo o sucesso educativo e, por essa via, a igualdade de oportunidades. O Decreto- -Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, assume um compromisso de educação inclusiva, em que cada aluno tem o direito a uma educação que responda às suas potencialidades, expectativas e necessidades no âmbito de um projeto educativo comum e plural que proporcione a todos a participação e o sentido de pertença em efetivas condições de equidade, contribuindo assim, decisivamente, para maiores níveis de coesão social.

As aulas de EF são constituídas por uma série de conteúdos e matérias a abordar, os alunos recebem informações acerca dos conteúdos e matérias, através de aulas teóricas e aulas práticas. Segundo as Aprendizagens Essenciais os alunos devem adquirir conhecimentos em 3 áreas (área das atividades físicas, área da aptidão física e área dos conhecimentos). Dentro de cada ano escolar, estes têm matérias obrigatórias, que podem ser de nível introdutório, nível elementar e de nível avançado, distribuídas por subáreas: subárea jogos desportivos coletivos, subárea ginástica, subárea atividades rítmicas expressivas, subáreas atletismo, patinagem, raquetas e outras.

As aprendizagens essenciais previstas referem-se a objetivos gerais, obrigatórios em todas as escolas, definindo as competências comuns a todas as áreas que se expressam através de:

1. Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e o do grupo:
 - a) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários;
 - b) Aceitando o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por ele(s);
 - c) Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreaajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);
 - d) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na atividade da turma;

- e) Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objetividade;
 - f) Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes;
 - g) Combinando com os companheiros decisões e tarefas de grupo com equidade e respeito pelas exigências e possibilidades individuais
2. Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, entre outras.
 3. Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo das atividades físicas, analisando a sua prática e respetivas condições como fatores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral.
 4. Identificar e interpretar os fatores limitativos das possibilidades de prática desportiva, da aptidão física e da saúde das populações, tais como:
 - ✓ o fenómeno da industrialização;
 - ✓ o urbanismo;
 - ✓ a poluição.
 5. Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança.
 6. 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.
 7. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente de resistência geral de longa e média durações, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.

No Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, é possível observar um quadro de referência que pressupõe a liberdade, a responsabilidade, a valorização do trabalho, a consciência de si próprio, a inserção familiar e comunitária e a participação na sociedade que nos rodeia, de forma a ir ao encontro do primeiro objetivo mundial da UNESCO, a educação para todos, Diário da República, 2.^a série — N.º 143 — 26 de julho de 2017, despacho n.º 6478/2017.

No Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, são enumerados alguns princípios que os alunos devem cumprir, sendo estes:

- Base humanista;
- Saber;
- Aprendizagem;
- Inclusão;
- Coerência e flexibilidade;
- Adaptabilidade e ousadia;
- Sustentabilidade;
- Estabilidade.

A Educação Física é uma parte muito importante no currículo dos alunos, os seus conteúdos e aprendizagens são uma mais-valia para a quem os aprende. Segundo Fortes et al (2012), a Educação Física na escola é percebida como uma disciplina que trata da cultura corporal, com a finalidade de dar oportunidade aos alunos a vivência de um conjunto articulado de conhecimentos que inclui os jogos, danças, lutas, ginástica e diversas outras atividades. Já para Lovisolo et al (1995) a Educação Física é definida como um tempo e espaço no currículo escolar destinado ao bem-estar dos alunos.

O gosto pela prática nas aulas de Educação Física desenvolve-se devido a vários fatores, estes devem ser cada vez mais tidos em conta. É necessário perceber o que motiva os alunos, as suas possíveis escolhas, o tipo de atividade mais atrativa, a continuidade da prática ao longo da vida e ainda que fatores podem levar à desmotivação, (Lima et al 2018).

No entanto ao longo dos anos, há sempre quem questione a real importância da disciplina. É necessário que os professores coloquem em questão se as suas aulas oferecem oportunidades reais de aprendizagem, ou se são apenas espaços de expressão de habilidades já adquiridas. É importante estar ciente de que as aulas de Educação Física devem integrar oportunidades iguais de satisfação e desenvolvimento tanto para alunos do sexo masculino ou do sexo feminino, sendo estes mais ou menos habilidosos.

Segundo Brandolin et al (2015), é necessário fazer uma reflexão sobre até que ponto o desejo de participação nas aulas de Educação Física não está associado ao facto de esta disciplina ser encarada como um tempo de rutura com a rotina das outras disciplinas em sala de aula, levando os alunos a identificar esta como um tempo de recreação ou lazer do espaço escolar. Soares et al (2010), menciona que a literatura específica da área tem indicado que o tempo e espaço da Educação Física na escola, se

constitui numa área de distensão das normas escolares em função de por vezes, não existir sistematização dos conteúdos, a não obrigatoriedade de participação por parte dos alunos, dando entrada ao pensamento de espaço de recreação sem pedagogia inerente, transformando o professor em supervisor de um recreio dirigido.

Configura-se assim a urgência de perceber o que os alunos sentem em relação aos conteúdos abordados, à maneira como estes lhes são transmitidos, o que gostam mais e menos nas aulas, para que futuramente se possa dar prestígio a esta disciplina, conseguindo cumprir efetivamente com as suas finalidades, proporcionando inúmeros benefícios aos alunos. Neste seguimento Fortes et al (2012), recomenda a incorporação de novos saberes nas aulas de Educação Física, tais como a inclusão de conhecimentos da cultura corporal como ferramenta pedagógica, oferecendo aos alunos uma formação mais integrada e qualificada. É necessário repensar a intervenção do professor neste processo, as mudanças precisam ser direcionadas em diferentes frentes, passando pela recuperação do prestígio do professor, através de uma intervenção mais qualificada, apoiada por políticas educacionais e ações governamentais.

Relativamente aos dados a abordar no decorrer do trabalho, estes vão ao encontro da questão de partida e dos objetivos propostos para o trabalho, referindo-se essencialmente ao bloco temático dos Conteúdos e Matérias.

2.1 Apresentação da Questão de partida e dos objetivos

Com vista ao desenvolvimento do trabalho, iniciamos o mesmo com a seguinte questão de partida: “Qual a perceção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física, relativamente aos conteúdos e matérias lecionados?”

Os objetivos do presente estudo situam-se em:

- Identificar a opinião dos alunos sobre a disciplina de Educação Física;
- Determinar as perceções sobre os conteúdos e matérias lecionados;
- Identificar as perceções dos alunos em relação à EF e os motivos consoante o sexo;
- Identificar as perceções dos alunos em relação à EF e os motivos consoante o curso;
- Identificar o grau de satisfação dos alunos face às aulas de EF, tendo em conta as variáveis de sexo e curso.

3. Metodologia

Este trabalho assume uma natureza exploratória e descritiva, envolvendo uma componente qualitativa e quantitativa. Numa abordagem inicial, através da realização de entrevistas, pretendemos recolher dados e indicadores através do discurso original dos alunos, de forma a permitir a construção de um questionário acerca da perceção dos mesmos face à disciplina de Educação Física, tendo em conta as temáticas da Motivação, dos Conteúdos e Matérias, do Currículo e Avaliação e da Atividade Física e Qualidade de Vida. Cada elemento do NEEF ficou responsável pela abordagem pormenorizada de uma temática em específico, neste caso os Conteúdos e Matérias. A metodologia adotada para a análise e tratamento de dados encontra-se justificada na seguinte contextualização metodológica.

3.1 Fases do procedimento metodológico

3.1.1 1ª Fase: A Entrevista Exploratória

Para a investigação exploratória, baseada em entrevistas de grupo, os participantes foram selecionados entre os cursos científico-humanístico e profissional, sendo que contamos com a participação de 6 de cada curso, perfazendo um total de 12 alunos, distribuídos pelos três anos do ES. Os alunos foram selecionados de forma aleatória, de acordo com as variáveis curso, sexo, ano de escolaridade e grau de proficiência.

Do ponto de vista metodológico, através da pesquisa bibliográfica e da sua leitura, foi construído pelo NEEF um guião que serviu de orientação às entrevistas semiestruturadas e em grupo, com a supervisão do professor doutor Paulo Nobre. De acordo com Bogdan e Biklen (1994), a entrevista é uma técnica que serve para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, o que permite ao investigador desenvolver uma ideologia com base nas perspetivas dos entrevistados.

No respeito pelo Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD), foi elaborado um termo de consentimento, o qual foi sujeito a aprovação igualmente pelo supervisor de estágio e também pelo diretor da escola. Uma vez aprovado, foi entregue aos 12 alunos selecionados para autorização dos encarregados de educação.

Participaram nas entrevistas somente oito alunos, 4 do sexo masculino e 4 sexo feminino, por constrangimentos associados à pandemia. Para a realização da entrevista foram observadas as condições de isolamento da sala, a disposição dos alunos com o devido distanciamento social, de forma que pudessem estar em conversação se o

entendessem, sentados em semicírculo. As duas entrevistas foram dirigidas pelo mesmo investigador no sentido de garantir uniformidade de procedimentos. No quadro abaixo, encontra-se a identificação dos participantes nesta parte do estudo.

Quadro 2- Identificação dos participantes na entrevista.

| Aluno | Sexo | Grau de proficiência | Ano de escolaridade |
|--------------|-------------|-----------------------------|----------------------------|
| 1 | Masculino | + | 11º |
| 2 | Masculino | - | 11º |
| 3 | Masculino | + | 10º |
| 4 | Feminino | + | 10º |
| 5 | Masculino | - | 12º |
| 6 | Feminino | + | 11º |
| 7 | Feminino | - | 12º |

As entrevistas foram gravadas tendo sido respeitado o anonimato e confidencialidade dos participantes, conforme as normas previstas segundo as normas de proteção de dados em vigor, sendo o registo unicamente utilizado para fins desta investigação e será destruído após a sua conclusão. No quadro da Lei nº 58/2019 de 8 de agosto, são respeitadas as disposições constantes do Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais e à livre circulação desses dados, e Recomendações e instruções emitidas pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPD).

Foram realizadas perguntas abertas e fechadas, dando oportunidade aos entrevistados de expressarem as suas opiniões. As entrevistas, depois de transcritas, foram sujeitas a análise de conteúdo. Segundo Landry (2003), este tipo de análise interpreta o material com a ajuda de algumas categorias analíticas, realçando e descrevendo particularidades específicas mencionadas, permitindo continuar fiel às particularidades dos conteúdos à custa de uma certa subjetividade. Para a análise de conteúdo, de forma que as inferências fossem válidas e reproduzíveis a partir dos textos analisados, utilizámos uma grelha de análise mista com uma reconstrução do sistema de categorias prévias, a partir do conteúdo da entrevista (Landry, 2003).

Após a análise e exploração dos resultados das entrevistas, foi possível determinar um conjunto de indicadores que são apresentados em seguida organizados de acordo com os quatro blocos temáticos abordados.

Apresentamos de seguida os indicadores relativamente ao bloco temático da Motivação.

Quadro 3 – Indicadores do Bloco temático Motivação.

| Objetivo | Categoria | Indicadores |
|--|---------------------------------------|---|
| 1. Identificar os fatores associados pelos alunos à motivação durante as aulas. Verificar o que potencia/inibe a motivação dos alunos face à disciplina de Educação Física | 1.1 Fatores de motivação | 1.1.1 Abordar uma modalidade cativante |
| | | 1.1.2 Qualidade de ensino |
| | | 1.1.3 Dinamismo da aula |
| | | 1.1.4 Variabilidade de tarefas |
| | | 1.1.5 Trabalhar em grupo |
| | | 1.1.6 Tempo de prática |
| | | 1.1.7 Disposição do aluno para a prática |
| | | 1.1.8 Motivação do próprio professor |
| | 1.2 Elementos que potenciam motivação | 1.2.1 Incentivo do professor |
| | | 1.2.2 Empatia entre professor -aluno |
| | | 1.2.3 Tarefas adaptadas ao nível de aprendizagem do aluno |
| | | 1.2.4 Modalidades do interesse dos alunos |
| | | 1.2.5 Tarefas do interesse dos alunos |
| | | 1.2.6 Exigência do professor |
| | | 1.2.7 Diminuição do tempo das tarefas de aquecimento |
| | | 1.2.8 Trabalho em grupos heterogéneos |

Apresentamos de seguida os indicadores relativamente ao bloco temático dos Conteúdos e Matérias.

Quadro 4 - Indicadores do bloco temático Conteúdos e Matérias.

| Objetivo | Categoria | Indicadores | | |
|--|--|--|-----------------------------|-------------------|
| 1. Identificar de que forma os alunos percecionam os conteúdos | 1.1 Importância da Educação Física | 1.1.1 Fazer desporto | | |
| | | 1.1.2 Aprender os diferentes desportos | | |
| | | 1.1.3 Permite fazer atividades em grupo com os amigos fora da escola | | |
| | | 1.2.1 Por dificuldade | | |
| | | 1.2.2 Não é precisa organização | | |
| | 1.2 Organização dos Conteúdos | 1.2.3 Dependente do professor | | |
| | | 1.2.4 Diversificação dos conteúdos | | |
| | | 1.2.5 Diversificação dos espaços | | |
| | | 1.3 Conteúdos mais interessantes | Jogos Desportivos Coletivos | 1.3.1 Basquetebol |
| | | | | 1.3.2 Futebol |
| | 1.3.3 Voleibol | | | |
| | 1.3.4 Andebol | | | |
| | Desportos Individuais | | 1.3.5 Atletismo | |
| | 1.3.6 Ginástica | | | |
| | 1.3.7 Escalada | | | |
| | 1.3.8 Ténis | | | |
| | 1.3.9 Badminton | | | |
| | 1.4 Motivos da preferência dos Conteúdos | 1.4.1 Prática | | |
| 1.4.2 Aptidão Física | | | | |
| 1.4.3 Vivências Pessoais | | | | |
| 1.4.4 Espírito de equipa | | | | |
| 1.4.5 Intensidade | | | | |
| 1.5 Conteúdos que gostavam de aprender | 1.5.1 Equitação | | | |
| | 1.5.2 Patinagem no gelo | | | |
| | 1.5.3 Patinagem | | | |
| | 1.5.4 Bodyboard | | | |
| | 1.5.6 Natação | | | |
| | 1.6 Tempo atribuído aos Conteúdos | 1.6.1 Manter | | |
| 1.6.2 Mais tempo para os mais difíceis | | | | |

| | |
|---|-----------------------|
| 1.7 Regularidade da abordagem dos conteúdos | 1.7.1 Todos os anos |
| | 1.7.2 Anos diferentes |

Apresentamos de seguida os indicadores relativamente ao bloco temático do Currículo e Avaliação.

Quadro 5 - Indicadores do bloco temático Currículo e Avaliação.

| Objetivo | Categoria | Indicadores |
|--|--|------------------------------------|
| 1. Identificar de que forma os alunos percebem a forma como são avaliados. | 1.1 Realização da Avaliação em Educação Física | 1.1.1 Em função da modalidade |
| | | 1.1.2 Em função de parâmetros |
| | | 1.1.3 Em função da forma |
| | 1.2 Critérios de Avaliação de Educação Física | 1.2.1 Não Conhecem |
| | | 1.3.1.1 Professor |
| | 1.3 Processo de Avaliação | 1.3.1 Quem avalia |
| | | 1.3.2 Quando se realiza |
| | | 1.3.3 Importância da Autoavaliação |
| | | 1.3.4 Forma de ser avaliado |
| | | 1.3.5 Mudavam alguma coisa |

Apresentamos de seguida os indicadores relativamente ao bloco temático da Atividade Física e Qualidade de vida.

Quadro 6 – Indicadores do bloco temático Atividade Física e Qualidade de Vida.

| Objetivo | Categoria | Indicadores |
|--|---|--|
| 1. Identificar de que forma os alunos percebem a importância da EF em relação à sua qualidade de vida. | 1.1 Criação e fortalecimento de amizades | 1.1.1 Influência da exigência de resultados |
| | | 1.1.2 Influência do agente que constitui os grupos |
| | | 1.1.3 Influência do jogo de equipa |
| | | 1.1.4 Influência da competição |
| | | 1.1.5 Influência da motivação em aula |
| | | 1.1.6 Influência do comportamento da turma |
| | 1.2 Melhoria do bem-estar | 1.2.1 Perceção do corpo |
| | | 1.2.2 Saúde mental |
| | | 1.2.3 Saúde física |
| | | 1.2.4 Horário das aulas |
| 1.3 Motivação para a prática de exercício físico | 1.2.5 EF ao colmatar a rotina sedentária | |
| | 1.3.1 Sobrecarga nas aulas | |
| | 1.3.2 Insatisfação face às limitações motoras | |
| 1.4 Desempenho nas outras disciplinas | 1.3.3 Desporto específico | |
| | 1.4.1 Comportamento | |
| | 1.4.2 Disposição para a aula | |

| | |
|--|---|
| | 1.4.3 Sobrecarga nas aulas de EF 1.4.4 Relação nula |
| 1.5 Compreensão de um desporto | 1.5.1 Método de ensino 1.5.2 Inexistência de progressão pedagógica 1.5.3 Tempos letivos de EF 1.5.4 Instrumentos de avaliação 1.5.5 Professor que leciona 1.5.6 Especificidade do desporto 1.5.7 Retenção de conhecimentos básicos 1.5.8 Relação inversa |
| 1.6 Prática de uma modalidade/atividade desportiva no futuro | 1.6.1 Variedade de modalidades na EF 1.6.2 Dificuldade em se identificar com as modalidades da EF 1.6.3 Desmotivação relacionada com o método de ensino 1.6.4 Tempo livre 1.6.5 Atividades desportivas que podem praticar futuramente |

3.1.2 2ª Fase: A construção do questionário

Com base nos indicadores obtidos na análise da entrevista e no quadro teórico deste trabalho, consultada a legislação e as orientações curriculares de EF, procedemos à elaboração de uma matriz do questionário, constituída com cerca de 8 a 10 perguntas por bloco temático. Após a produção do questionário, foi sujeito a validação pelos professores orientadores, da escola e da FCDEF, e por um professor do grupo de recrutamento de EF. Em seguida, procedemos a uma pré-testagem contando com a colaboração de 6 alunos do ES (2 do 10º, 2 do 11º e 2 do 12º ano). Tendo em conta os diferentes FB recebidos, alterámos o questionário, procedendo à sua redação final.

À semelhança das entrevistas, também o questionário foi realizado de forma a assegurar o anonimato e confidencialidade dos participantes, conforme as normas previstas de proteção de dados em vigor.

Para o questionário contámos com a participação dos alunos do ES da escola ESEACD, com uma população de 903 alunos. Os participantes foram selecionados através de uma amostragem aleatória estratificada proporcional, tendo sido identificados 392 participantes a inquirir. Os dados recolhidos foram sujeitos a procedimentos de estatística descritiva.

A amostra aleatória estratificada consiste na divisão da população em subgrupos ou estratos, onde se pretende que os mesmos sejam, entre si, o mais homogéneos possível. Segundo Antunes (2011), a amostra aleatória estratificada é utilizada para garantir uma representação proporcional, devendo identificar-se os subgrupos ou estratos, calcular o peso relativo, em percentagem, de cada um dos estratos que se obtiveram da população,

e por último utilizar em cada estrato um procedimento de amostra aleatória simples, para garantir que os sujeitos de cada estrato que integram a amostra, estão na mesma proporção em que estão representados na população.

Tendo em conta a população total, foram criados subgrupos (estratos) face à diferença do número de alunos por turma, tendo em conta os respetivos sexos. Desta forma, foi calculado o peso relativo (%) de cada um dos estratos da população. Em cada um destes, selecionamos os participantes por amostragem aleatória simples na mesma proporção em que estão representados na população.

Procedemos, posteriormente, à utilização de uma técnica de amostragem estratificada uniforme, que se está representada nos quadros seguintes.

No quadro seguinte encontra-se representada a população de alunos do ES, por cursos Profissional e Científico- Humanístico, na ESEACD.

Quadro 7 - População de estudantes do Ensino Secundário da ESEACD por tipo de curso.

| Curso | Nº de alunos por sexo | Percentagem (%) |
|------------------------|-----------------------|-----------------|
| Profissional | 259 | 28,68% |
| Científico-Humanístico | 644 | 71,32% |
| Total | 903 | 100% |

No quadro seguinte é apresentada a população do ES da ESEACD tendo em conta a distribuição por sexos.

Quadro 8- População de estudantes do Ensino Secundário da ESEACD por sexo.

| Sexo | Nº de alunos por sexo | Percentagem (%) |
|-----------|-----------------------|-----------------|
| Masculino | 396 | 43,85% |
| Feminino | 507 | 56,15% |
| Total | 903 | 100% |

No quadro seguinte encontra-se representado o número de alunos por turma, bem como sexo e as respetivas percentagens representativas das referidas turmas.

Quadro 9 - Amostragem aleatória estratificada das turmas.

| Turma | Freq. Absol | | % | | Proporcionalidade | | N/ Turma | |
|--------|-------------|----|-------|-------|-------------------|------|----------|---|
| | M | F | M | F | M | F | M | F |
| 10ªA | 10 | 17 | 37,03 | 62,96 | 3,70 | 6,30 | 4 | 6 |
| 10ªB | 12 | 13 | 48,00 | 52,00 | 4,80 | 5,20 | 5 | 5 |
| 10ªC | 10 | 16 | 38,46 | 61,54 | 3,85 | 6,15 | 4 | 6 |
| 10ªD | 17 | 5 | 77,27 | 22,73 | 7,73 | 2,27 | 8 | 2 |
| 10ªE | 6 | 22 | 21,43 | 78,57 | 2,14 | 7,86 | 2 | 8 |
| 10ªF | 11 | 17 | 39,29 | 60,71 | 3,93 | 6,07 | 4 | 6 |
| 10ªG+H | 11 | 2 | 84,62 | 15,38 | 8,46 | 1,54 | 8 | 2 |
| 10ªI | 15 | 14 | 51,72 | 48,28 | 5,17 | 4,83 | 5 | 5 |

| | | | | | | | | |
|----------|-----|-----|--------|-------|-------|------|-----|-----|
| 10°J | 6 | 22 | 21,43 | 78,57 | 2,14 | 7,86 | 2 | 8 |
| 11°A | 6 | 19 | 24,00 | 76,00 | 2,40 | 7,60 | 2 | 8 |
| 11°B | 8 | 14 | 36,36 | 63,64 | 3,64 | 6,36 | 4 | 6 |
| 11°C | 9 | 13 | 40,91 | 59,09 | 4,09 | 5,91 | 4 | 6 |
| 11°D | 17 | 7 | 70,83 | 29,17 | 7,08 | 2,92 | 7 | 3 |
| 11°E | 6 | 10 | 37,50 | 62,50 | 3,75 | 6,25 | 4 | 6 |
| 11°F | 15 | 14 | 51,72 | 48,28 | 5,17 | 4,83 | 5 | 5 |
| 11°G | 11 | 16 | 40,74 | 59,26 | 4,07 | 5,93 | 4 | 6 |
| 11°H | 11 | 12 | 47,83 | 52,17 | 4,78 | 5,22 | 5 | 5 |
| 11° I+J | 3 | 10 | 23,08 | 76,92 | 2,31 | 7,69 | 2 | 8 |
| 12°A | 9 | 18 | 33,33 | 66,67 | 3,33 | 6,67 | 3 | 7 |
| 12°B | 11 | 19 | 36,67 | 63,33 | 3,67 | 6,33 | 4 | 6 |
| 12°C | 8 | 19 | 29,63 | 70,37 | 2,96 | 7,04 | 3 | 7 |
| 12°D | 17 | 3 | 85,00 | 15,00 | 8,50 | 1,50 | 9 | 2 |
| 12°E | 7 | 18 | 28,00 | 72,00 | 2,80 | 7,20 | 3 | 7 |
| 12°F | 15 | 11 | 57,69 | 42,31 | 5,77 | 4,23 | 6 | 4 |
| 12°G+J | 14 | 13 | 51,85 | 48,15 | 5,19 | 4,81 | 5 | 5 |
| 12°H | 2 | 7 | 22,22 | 77,78 | 2,22 | 7,78 | 2 | 8 |
| 12°I | 6 | 20 | 23,07 | 76,93 | 2,31 | 7,69 | 2 | 8 |
| 1°O+P* | 19 | 6 | 76,00 | 24,00 | 7,60 | 2,40 | 8 | 2 |
| 1° Q+R | 6 | 17 | 26,09 | 73,91 | 2,61 | 7,39 | 3 | 7 |
| 1° L+M | 8 | 19 | 29,63 | 70,37 | 2,96 | 7,04 | 3 | 7 |
| 1°N | 17 | 3 | 85,00 | 15,00 | 8,50 | 1,50 | 9 | 2 |
| 2°Q+R** | 2 | 15 | 11,76 | 88,24 | 1,18 | 8,82 | 1 | 9 |
| 2°L+M | 8 | 20 | 28,57 | 71,43 | 2,86 | 7,14 | 3 | 7 |
| 2°N+O | 12 | 10 | 54,56 | 45,44 | 5,46 | 4,54 | 5 | 5 |
| 2°P | 22 | 0 | 100,00 | 0 | 10,00 | 0 | 10 | 0 |
| 3°N+O*** | 11 | 6 | 64,71 | 35,29 | 6,47 | 3,53 | 6 | 4 |
| 3°P+Q | 13 | 0 | 100,00 | 0 | 10,00 | 0 | 10 | 0 |
| 3°R+S | 1 | 22 | 4,35 | 95,65 | 0,44 | 9,57 | 0 | 10 |
| 3°L+M | 4 | 18 | 18,18 | 81,82 | 1,82 | 8,18 | 2 | 8 |
| Totais | 392 | 507 | 43,85 | 56,15 | | | 176 | 216 |

Nota: *Turmas do 10º ano do curso profissional; ** Turmas do 11º ano do curso profissional; *** Turmas do 12º ano do curso profissional.

O número total de participantes na investigação é apresentado no quadro seguinte de acordo com a distribuição por sexo. Esta metodologia possibilitou-nos trabalhar com amostragens menores, dada a grande dimensão da população da escola, mantendo a proporção no sexo, no tipo de curso e no ano de escolaridade.

Quadro 10 - Número total de participantes.

| Sexo | n em estudo | Percentagem (%) |
|-----------|-------------|-----------------|
| Masculino | 178 | 45,87% |
| Feminino | 210 | 54,12% |
| Total | 388 | 100% |

A aplicação da amostragem aleatória simples permitiu-nos seleccionar os participantes no estudo, nos estratos criados (ano de escolaridade, sexo e curso).

3.2 Participantes no estudo

A população na qual foi realizado o estudo é constituída pelos alunos do ES, Científico-humanístico e Profissional, nos respectivos anos de escolaridade, 10.º, 11.º, e 12.º, conforme apresentado no quadro 9. Na ESEACD frequentam, no presente ano letivo de 2021/2022, 903 alunos (10º- 321; 11º-290; 12º-292) 507 do sexo feminino, e 392 do sexo masculino, com idades compreendida entre os 15 e os 19 anos.

Apresentamos de seguida os dados relativos à caracterização dos participantes do estudo.

Quadro 11- Caraterização dos Participantes em Estudo (N=388).

| Variáveis | | n em estudo | Percentagem (%) |
|---------------------|------------------------|-------------|-----------------|
| Sexo | Masculino | 178 | 45,87% |
| | Feminino | 210 | 54,12% |
| Idade | 15 | 71 | 18,3 |
| | 16 | 121 | 31,2 |
| | 17 | 122 | 31,4 |
| | 18 | 55 | 14,2 |
| | 19 | 16 | 4,1 |
| | 20 | 2 | 0,5 |
| | 21 | 1 | 0,3 |
| Ano de Escolaridade | 10º | 134 | 34,5 |
| | 11º | 132 | 34,0 |
| | 12º | 122 | 31,4 |
| Curso | Científico-Humanístico | 276 | 71,1 |
| | Profissional | 112 | 28,9 |

É possível verificar que 54,12% dos alunos participantes são do sexo feminino e 45,87% do sexo masculino. Estes têm idades compreendidas entre os 15 e os 21 anos ($M=17$ anos), em que a faixas etárias com mais participação são as dos 16 e 17 anos com 31,2% e 31,4% de participantes. Relativamente ao ano de escolaridade a participação foi equilibrada, com 34,5% para o 10º ano, 34,0% para o 11º ano e 31,4% para o 12ºano, estes dividiam-se entre cursos Científico-Humanístico com 71,1% e cursos Profissionais, com 28,9%.

3.3 Instrumentos

O questionário produzido pelo NEEF foi aplicado, sob a supervisão do professor doutor Paulo Nobre. O questionário organiza-se em 6 partes: Identificação dos alunos; Motivação: Conteúdos e Matérias; Currículo e Avaliação; Atividade Física e Qualidade

de Vida; Grau de Satisfação face às aulas de EF. Os inquiridos responderam às questões com escala de Likert (em que 1 é Discordo totalmente e 5 é concordo totalmente).

Como referido anteriormente, neste estudo vamo-nos debruçar apenas sobre o bloco temático Conteúdos e Matérias.

3.4 Procedimentos

Os blocos temáticos foram analisados separadamente, por cada elemento do NEEF. Contudo, uma vez que os blocos se encontram interligados, poderá haver cruzamento de informação entre estes.

3.5 Procedimentos de recolha

A recolha de dados foi desenvolvida através da aplicação do questionário na plataforma *Google Forms*, sendo este em formato digital. Mediante a apresentação do QR Code (Anexo 37), os alunos tiveram acesso ao mesmo, facultado nas aulas de EF pelos investigadores. Esta aplicação, realizou-se entre os dias 20 de abril a 6 de maio de 2022.

3.5.1 Procedimentos de análise de dados

Os dados foram sujeitos a procedimentos de análise estatística descritiva e inferencial com recurso ao *software IBM SPSS Statistics 28*. Para o efeito, foi criada uma base de dados no *SPSS*, onde foram introduzidos os dados obtidos no questionário, procedendo-se, posteriormente, à sua análise estatística [com recurso complementar ao *Microsoft Excel*]. A análise descritiva permitiu calcular as frequências, as médias, a percentagem, o desvio padrão e a moda. Para a análise inferencial foi utilizado o teste não paramétrico Teste U de Mann-Whitney e o teste do Coeficiente de Correlação ponto Bisserial. Em todos os testes, fixou-se o valor 0.05 como limite de significância (5%, $p < 0.05$).

4. Apresentação e Discussão dos Resultados

Neste capítulo apresentamos os dados obtidos a partir da análise dos resultados do questionário, o qual de encontra organizado em 3 capítulos: 1- Opinião sobre a Educação Física; 2-Conteudos e Matérias; 3- Grau de satisfação global em relação à EF.

No primeiro capítulo, as condicionantes da opinião sobre a Educação Física são referentes aos pontos: 4.1.1 - Grau de Importância da disciplina de Educação Física na

escola; 4.1.2 - Compreender e identificar a participação nas aulas de Educação Física; 4.1.3 - Influência da família e do meio para as atitudes em relação à Educação Física.

No segundo capítulo referente aos conteúdos e matérias são: 4.2.1 - Frequência dos conteúdos e matérias durante o Ensino Secundário; 4.2.2 - Organização dos Conteúdos e Matérias pelo Professor; 4.2.3 - Conteúdos e Matérias mais interessantes (Coletivas); 4.2.4 - Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Coletivas); 4.2.5 - Conteúdos e Matérias mais interessantes (Individuais); 4.2.6 - Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Individuais); 4.2.7- Conteúdos que gostavam de aprender e por último no terceiro capítulo relativamente ao grau de satisfação, 4.3 - Grau de Satisfação global das aulas de Educação Física.

Os inquiridos responderam às questões com escala de Likert (em que 1 é Discordo totalmente e 5 é concordo totalmente)

4.1 Opinião sobre a Educação Física

No primeiro capítulo pretende-se abordar o grau de importância que os alunos atribuem à disciplina de Educação Física, perceber se estes dão importância à compreensão e identificação dos fatores que levam os alunos a querer participar nas aulas e ainda se para estes a família e o meio em que estão inseridos têm influência nas atitudes em relação à Educação Física.

4.1.1 Grau de Importância da disciplina de Educação Física na escola

Em seguida são apresentados os dados relativos à percepção dos alunos sobre a importância da Educação Física, no que diz respeito à estatística e à frequência.

Quadro 12 – Frequência e Estatística do Grau Global da Importância da disciplina de EF na escola.

| | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|---------------------------|------------|-------|------------------|------|
| Válido | | | | |
| Discordo totalmente | 2 | 0,5 | 4,37 (±0,804) | 5 |
| Discordo | 12 | 3,1 | | |
| Nem concordo nem discordo | 32 | 8,2 | | |
| Concordo | 137 | 35,3 | | |
| Concordo totalmente | 205 | 52,8 | | |
| Total | 388 | 100,0 | | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência da importância da EF, por curso e sexo. É apresentado ainda o teste de Mann-Whitney, onde é demonstrado o grau de significância, tendo em conta as variáveis de sexo e curso.

Quadro 13 – Grau de Importância da disciplina de EF na escola, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | Discordo totalmente | Discordo | Nem concordo nem Discordo | Concordo | Concordo totalmente | Média sexo Masculino | Media Sexo Feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Teste Mann-Whitney (sexo) | Curso M (DP) | Total por curso | Teste Mann-Whitney (curso) | | |
|------------------------------|-----------|---------------------|-----------|---------------------------|-------------|---------------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------|---------------------------|---------------------|-----------------|----------------------------|-----|---------------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | | | | | | | |
| Curso Científico-Humanístico | Masculino | 0 (0,00%) | 4 (3,33%) | 4 (3,33%) | 40 (33,33%) | 72 (60,00%) | 4,46 (±0,714) | 4,30 (±0,869) | 4,50 (±0,722) | 120 | U=17,096 p=0,107 | 4,38 (0,834) | 276 | U=14,496 p=0,286 | | |
| | Feminino | 2 (1,28%) | 7 (4,49%) | 14 (8,97%) | 54 (34,62%) | 79 (50,64%) | | | 4,29 (±0,902) | 156 | | | | | | |
| Curso Profissional | Masculino | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 7 (12,07%) | 23 (39,66%) | 28 (48,28%) | 4,46 (±0,714) | 4,30 (±0,869) | 4,36 (±0,693) | 58 | | U=17,096 p=0,107 | 4,34 (0,730) | | 112 | U=14,496 p=0,286 |
| | Feminino | 0 (0,00%) | 1 (1,85%) | 7 (12,96%) | 20 (37,04%) | 26 (48,15%) | | | 4,31 (±0,773) | 54 | | | | | | |
| Total | | 2 | 12 | 28 | 137 | 205 | | | | 388 | | | | 388 | | |

Como se observa nos quadros anteriores, a EF é considerada importante para quase a totalidade dos inquiridos (88,1%), apresentando uma média global de 4,37 ($DP=0,804$). Os alunos do sexo masculino revelam uma opinião ligeiramente mais favorável ($M=4,46$; $DP=0,714$), comparativamente ao sexo feminino que apresenta ($M=4,30$; $DP=0,869$). Em relação à importância na EF, não se verificam diferenças com significado estatístico ($U=17,096$, $p=.107$).

Relativamente à comparação da opinião entre cursos, o curso CH apresenta maior expressão ($M=4,38$; $DP=0,834$), do que o CP ($M=4,34$; $DP=0,730$), com uma diferença sem significado estatístico ($U=14,496$, $p=.286$).

4.1.2 Compreender e identificar a participação nas aulas de Educação Física

Em seguida são apresentados os dados relativos à importância que os alunos atribuem sobre a compreensão e identificação da participação nas aulas de Educação Física, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 14 – Frequência e Estatística da compreensão e identificação da participação nas aulas de EF.

| | | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|--------|---------------------------|------------|-------|---------------|------|
| Válido | Discordo | 2 | 0,5 | 4,22 (±0,659) | 4 |
| | Nem concordo nem Discordo | 45 | 11,6 | | |
| | Concordo | 208 | 53,6 | | |
| | Concordo totalmente | 133 | 34,3 | | |
| | Total | 388 | 100,0 | | |

É apresentado de seguida o gráfico com os dados obtidos.

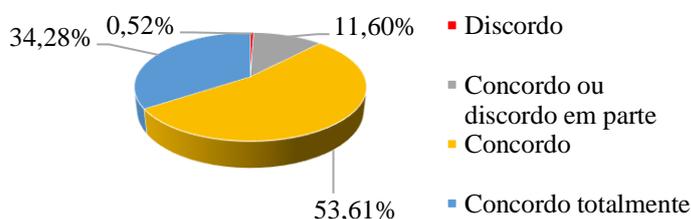


Gráfico 1- Compreender e identificar a participação nas aulas de EF

Apresentamos ainda o quadro com a frequência da compreensão e identificação da participação nas aulas de EF, por curso e sexo. É apresentado ainda o teste de Mann-Whitney, onde é demonstrado o grau de significância.

Quadro 15 - Frequência da compreensão e identificação da participação nas aulas de EF, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | Discordo totalmente | Discordo | Não concordo nem discordo | Concordo | Concordo totalmente | Média sexo masculino | Média sexo feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Teste Mann-Whitney (sexo) | Curso M (DP) | Total por curso | Teste Mann-Whitney (curso) | |
|------------------------|-----------|---------------------|-----------|---------------------------|-------------|---------------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------|---------------------------|---------------|-----------------|----------------------------|-----|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | | | | | | |
| Científico-Humanístico | Masculino | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 11 (9,17%) | 67 (55,83%) | 42 (35,00%) | 4,20 (±0,641) | 4,23 (±0,674) | 4,26 (±0,615) | 120 | U=19,238 p=0,579 | 4,28 (±0,647) | 276 | U=12,987 p=0,006 | |
| | Feminino | 0 (0,00%) | 1 (0,64%) | 16 (10,26%) | 76 (48,72%) | 63 (40,38%) | | | | | | | | | |
| Profissional | Masculino | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 11 (18,97%) | 31 (53,45%) | 16 (27,59%) | | | | 4,09 (±0,683) | | 58 | 4,07 (±0,667) | | 112 |
| | Feminino | 0 (0,00%) | 1 (1,85%) | 7 (12,96%) | 34 (62,96%) | 12 (22,22%) | | | | | | | | | |
| Total | | 0 | 2 | 45 | 208 | 133 | | | | 388 | | | 388 | | |

Como se observa nos quadros e gráfico anterior, 87,9% dos inquiridos concorda com a afirmação, apresentando uma média global de 4,22 ($DP=0,659$). Os alunos do sexo feminino demonstram uma opinião ligeiramente mais favorável ($M=4,23$; $DP=0,674$), comparativamente ao sexo masculino que apresenta ($M=4,20$; $DP=0,641$). Em relação ao grau de compreensão e identificação da participação nas aulas de EF em relação ao sexo, não se verificam diferenças com significado estatístico ($U=19,238$, $p=.579$).

Quando verificada a comparação entre cursos, o curso CH apresenta maior expressão ($M=4,28$; $DP=0,647$), do que o CP ($M=4,07$; $DP=0,667$). Estes apresentam uma diferença estatisticamente significativa ($U=12,987$, $p=0,006$), sendo que os alunos do curso CH, revelam uma maior preocupação na compreensão e identificação dos motivos de participação nas aulas de EF.

Segundo Lima et al (2018), o gosto pela Educação Física está dependente de vários fatores, no entanto este considera que é necessário perceber o que motiva os alunos, as suas possíveis escolhas, tornando as atividades desenvolvidas mais atrativas. Ao realizar-mos este tipo de questões aos alunos, vamos despertar de certa forma o interesse neles em participar ativamente nesta compreensão e identificação do que os pode motivar a querer participar nas aulas de EF.

4.1.3 Influência da família e do meio para as atitudes em relação à Educação Física

Em seguida são apresentados os dados relativos à influência da família e do meio para as atitudes dos alunos em relação à Educação Física, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 16 - Frequência e Estatística da influência da família e do meio.

| | | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|--------|---------------------------|------------|-------|------------------|------|
| Válido | Discordo totalmente | 12 | 3,1 | 3,56 (±0,880) | 4 |
| | Discordo | 24 | 6,2 | | |
| | Nem concordo nem Discordo | 128 | 33,0 | | |
| | Concordo | 182 | 46,9 | | |
| | Concordo totalmente | 42 | 10,8 | | |
| | Total | 388 | 100,0 | | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência da influência da família e do meio, por curso e sexo. É apresentado ainda o teste de Mann-Whitney, onde é demonstrado o grau de significância.

Quadro 17 - Frequência da influência da família e do meio, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | Discordo totalmente | Discordo | Não concordo nem discordo | Concordo | Concordo totalmente | Média sexo masculino | Média sexo feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Teste Mann-Whitney (sexo) | Curso M (DP) | Total por curso | Teste Mann-Whitney (curso) |
|------------------------|-----------|---------------------|------------|---------------------------|-------------|---------------------|----------------------|---------------------|------------------|----------------|---------------------------|------------------|-----------------|----------------------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | | | | | |
| Científico-Humanístico | Masculino | 2 (1,67%) | 9 (7,50%) | 40 (33,33%) | 56 (46,67%) | 13 (10,83%) | 3,57 (±0,808) | 3,55 (±0,938) | 3,58 (±0,847) | 120 | U=19,006 p=0,757 | 3,54 (±0,924) | 276 | U=15,794 p=0,716 |
| | Feminino | 9 (5,77%) | 11 (7,05%) | 45 (28,85%) | 74 (47,44%) | 17 (10,90%) | | | 3,51 (±0,980) | 156 | | | | |
| Profissional | Masculino | 0 (0,00%) | 3 (5,17%) | 24 (41,38%) | 26 (44,83%) | 5 (8,62%) | | | 3,57 (±0,728) | 58 | | | | |
| | Feminino | 1 (1,85%) | 1 (1,85%) | 19 (35,19%) | 26 (48,15%) | 7 (12,96%) | | | 3,69 (±0,797) | 54 | | 3,62 (±0,761) | 112 | |
| Total | | 12 | 24 | 128 | 182 | 42 | | | | 388 | | | | |

Nos quadros anteriores estão representados os dados relativos à influência da família e do meio, 57,7% dos inquiridos concorda com a afirmação, no entanto é possível também verificar que 33% dos inquiridos, não concorda nem discorda, demonstrando indiferença com a afirmação apresentada. Apresenta uma média global de 3,56 ($DP=0,880$). Relativamente à diferenciação do sexo, o sexo masculino apresenta maior concordância ($M=3,57$; $DP=0,808$) do que o sexo feminino ($M=3,55$; $DP=0,938$), não se verificando diferenças com significado estatístico ($U=19,006$, $p=.757$).

Quando realizada a comparação entre cursos, verifica-se uma maior expressão de concordância no curso CP ($M=3,62$; $DP=0,761$), do que o CH ($M=3,54$; $DP=0,924$), não se verificando tal como no sexo, diferenças com significado estatístico ($U=15,794$, $p=.716$).

Em 2020, Paulo Pereira, Fernando Santos e Daniel Marinho, analisaram as atitudes dos alunos em relação à Educação Física em Portugal, com alunos do (7º, 8º e 9º ano), em cinco escolas publicas portuguesas. Neste conseguiram perceber que as atitudes positivas dos alunos em relação à EF, tendem a diminuir ao longo dos anos de

escolaridade, observando que as atitudes são influenciadas pelo gênero, prática desportiva extracurricular e as notas.

Em pesquisas anteriores foi demonstrado também que os estudantes do sexo feminino têm atitudes mais positivas em relação às atividades que valorizam dimensões estéticas (por exemplo, dança, ginástica), que são uma parte importante do currículo de EF, enquanto os alunos do sexo masculino apresentam uma atitude mais favorável em atividades que envolvem assumir desafios e riscos, como o futebol, (Pereira et al 2020).

4.2 Conteúdos e Matérias

No segundo capítulo serão abordados os Conteúdos e Matérias da EF, relativamente à sua frequência no ES, se os alunos concordam que os conteúdos devem ser organizados pelo professor tendo em conta o espaço atribuído, os Conteúdos e Matérias mais interessantes coletivas, os Conteúdos e Matérias mais interessantes individuais, relativamente às escolhas realizadas, perceber o porque das suas escolhas e por fim, auscultar os alunos sobre conteúdos e matérias que gostariam de poder aprender na escola.

4.2.1 Frequência dos conteúdos e matérias durante o Ensino Secundário

Em seguida são apresentados os dados relativos à frequência dos conteúdos e matérias durante o Ensino Secundário, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 18 - Frequência dos conteúdos e matérias durante o ES.

| | | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|--------|---------------------------|------------|-------|------------------|------|
| Válido | Discordo totalmente | 64 | 16,5 | 2,37 (±0,983) | 2 |
| | Discordo | 182 | 46,9 | | |
| | Nem concordo nem Discordo | 90 | 23,2 | | |
| | Concordo | 39 | 10,1 | | |
| | Concordo totalmente | 13 | 3,4 | | |
| Total | | 388 | 100,0 | | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência dos conteúdos e matérias no ES, por curso e sexo. É apresentado ainda o teste de Mann-Whitney, onde é demonstrado o grau de significância.

Quadro 19 - Frequência dos conteúdos e matérias no ES, por curso e sexo.

| Discordo totalmente | Discordo | Não concordo nem discordo | Concordo | Concordo totalmente | Média sexo masculino | Média sexo feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Teste Mann-Whitney (sexo) | Curso M (DP) | Total por curso | Teste Mann-Whitney (curso) |
|---------------------|--------------|---------------------------|--------------|---------------------|----------------------|---------------------|-------------|----------------|---------------------------|--------------|-----------------|----------------------------|
| <i>n (%)</i> | <i>n (%)</i> | <i>n (%)</i> | <i>n (%)</i> | <i>n (%)</i> | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

| Curso | Sexo | Respostas | | | | | M | DP | n | U | p | M | DP | n | U | p | | | | | |
|--------------|-----------|-----------|----------|----------|----------|---------|----------|----------|------|----------|---------|------|----------|-----|----------|---------|------|----------|-----|------|----------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Profissional | Masculino | 17 | 52 | 31 | 14 | 6 | 2,57 | (±1,062) | 120 | U=15,063 | p=0,001 | 2,29 | (±0,931) | 276 | U=17,611 | p=0,022 | | | | | |
| | | (14,17%) | (43,33%) | (25,83%) | (11,67%) | (5,00%) | | | | | | | | | | | 2,50 | (±1,037) | | | |
| | Feminino | 32 | 82 | 34 | 7 | 1 | | | | | | | | | | | 2,20 | (±0,878) | 156 | 2,12 | (±0,806) |
| | | (20,51%) | (52,56%) | (21,79%) | (4,49%) | (0,64%) | | | | | | | | | | | 2,72 | (±1,105) | 58 | 2,41 | (±1,037) |
| Feminino | 9 | 25 | 11 | 7 | 2 | 2,41 | (±1,037) | 54 | 2,57 | (±1,080) | 112 | | | | | | | | | | |
| | (16,67%) | (46,30%) | (20,37%) | (12,96%) | (3,70%) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Total | | 64 | 182 | 90 | 39 | 13 | | | 388 | | | | | | | | | | | | |

Como se observa, mais de metade dos inquiridos discorda com a afirmação (63,4%), revelando que gostariam de ter conteúdos diferentes nos 3 anos de ES. Verifica-se uma média global de 2,37 ($DP=0,983$), sendo que as alunas do sexo feminino revelam uma opinião com mais discordância ($M=2,20$; $DP=0,878$), do que os alunos do sexo masculino ($M=2,57$; $DP=1,062$). Verificam-se diferenças com significado estatístico ($U=15,063$, $p=.001$), em que as alunas do sexo feminino revelam maior grau de preocupação em que as modalidades não sejam as mesmas todos os anos durante o ES.

Relativamente à comparação entre cursos, o curso CH, apresenta um maior grau de discordância com a afirmação ($M=2,29$; $DP=0,931$), comparativamente ao CP ($M=2,57$; $DP=1,080$), tal como no sexo, aqui também existem diferenças com significado estatístico ($U=17,611$, $p=.022$). Os alunos do curso CH, revelam maior grau de preocupação em que as modalidades não sejam as mesmas todos os anos durante o ES.

Nas Aprendizagens Essenciais para o ES está mencionado que o 10º ano de escolaridade deve ser um ano de revisão de conteúdos, enquanto no 11.º ano e 12º ano, é permitida a opção dos alunos, em cada turma, pelas matérias que preferem aperfeiçoar ou desenvolver. No entanto esta situação parece não se verificar muitas vezes nas escolas, com sobreposição de conteúdos já lecionados e de cariz superficial, não dando lugar a novas aprendizagens, mais desafiantes para os alunos.

4.2.2 Organização dos Conteúdos e Matérias pelo Professor

Apresentamos no quadro seguinte os dados relativos ao sobre a organização dos Conteúdos e Matérias ser realizada pelo professor tendo em conta os espaços atribuídos, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 20 - Frequência e Estatística da organização dos conteúdos e matérias.

| | | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|--------|---------------------------|------------|-------|------------------|------|
| Válido | Discordo | 6 | 1,5 | 4,14 (±0,629) | 4 |
| | Nem concordo nem Discordo | 35 | 9,0 | | |
| | Concordo | 245 | 63,1 | | |
| | Concordo totalmente | 102 | 26,3 | | |
| | Total | 388 | 100,0 | | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência da organização dos conteúdos e matérias pelo professor, por curso e sexo. É apresentado ainda o teste de Mann-Whitney, onde é demonstrado o grau de significância.

Quadro 21 – Organização dos conteúdos e matérias, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | Discordo totalmente | Discordo | Não concordo nem discordo | Concordo | Concordo totalmente | Média sexo masculino | Média sexo feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Teste Mann-Whitney (sexo) | Curso M (DP) | Total por curso | Teste Mann-Whitney (curso) |
|------------------------|-----------|---------------------|--------------|---------------------------|----------------|---------------------|----------------------|---------------------|------------------|----------------|---------------------------|------------------|-----------------|----------------------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | | | | | |
| Científico-Humanístico | Masculino | 0 (0,00%) | 2 (1,67%) | 9 (7,50%) | 80 (66,67%) | 29 (24,17%) | 4,15 (±0,621) | 4,14 (±0,638) | 4,13 (±0,607) | 120 | U=18,665 p=0,979 | 4,15 (±0,626) | 276 | U=14,951 p=0,555 |
| | Feminino | 0 (0,00%) | 3 (1,92%) | 12 (7,69%) | 97 (62,18%) | 44 (28,21%) | | | 4,17 (±0,641) | | | | | |
| | Masculino | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 8 (13,79%) | 32 (55,17%) | 18 (31,03%) | | | 4,17 (±0,653) | 58 | | | | |
| | Feminino | 0 (0,00%) | 1 (1,85%) | 6 (11,11%) | 36 (66,67%) | 11 (20,37%) | | | 4,06 (±0,627) | | | | | |
| Total | | 0 | 6 | 35 | 245 | 102 | | | | 388 | | | | |

É possível observar nos quadros apresentados que os alunos revelam um parecer favorável em que seja o professor a organizar os conteúdos e matérias tendo em conta o espaço que lhe é atribuído na escola (89,4%), apresentado uma média global de 4,14 ($DP=0,629$). Verifica-se a mesma tendência por parte dos dois sexos, embora com maior expressão por parte do sexo masculino ($M=4,15$; $DP=0,621$), do que o sexo feminino ($M=4,14$; $DP=0,638$), não apresentando diferenças estatisticamente significativas ($U=18,665$; $p=.979$).

Relativamente à comparação entre os cursos, dois seguem a mesma tendência com maior expressão para o curso CH ($M=4,15$; $DP=0,626$), do que o CP ($M=4,12$; $DP=0,640$), uma diferença sem significado estatístico ($U=14,951$; $p=.555$).

Nesta escola, existe um documento criado pelo grupo de recrutamento de Educação Física, que pressupõe 8 rotações pelos espaços desportivos disponíveis, sendo que cada turma passa duas vezes por cada espaço. Segundo a opinião demonstrada pelos alunos, estes concordam com o tipo de organização implementada pela ESEACD.

4.2.3 Conteúdos e Matérias mais interessantes (Coletivas)

Em seguida apresentamos os dados relativos aos conteúdos e matérias coletivas mais interessantes para os inquiridos, tendo em conta as aprendizagens essenciais do Ensino Secundário. Os quadros representam os valores respetivos à estatística e à frequência.

Quadro 22- Conteúdos e matérias coletivas mais interessantes.

| | | Frequência | (%) |
|--------|-------------------------|------------|-------|
| Válido | 1- Andebol | 90 | 11,60 |
| | 2- Basquetebol | 200 | 25,77 |
| | 3- Futebol | 155 | 19,97 |
| | 4- Ginástica Acrobática | 72 | 9,28 |
| | 5- Ginástica Rítmica | 46 | 5,93 |
| | 6- Voleibol | 213 | 27,45 |
| | Total | 776 | 100,0 |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência das matérias coletivas mais interessantes, por sexo.

Quadro 23 – Frequência dos conteúdos e Matérias coletivas mais interessantes por sexo.

| | | 1-Andebol | 2-Basquetebol | 3-Futebol | 4- Ginástica Acrobática | 5-Ginástica Rítmica | 6-Voleibol |
|-------|-----------|----------------|-----------------|-----------------|-------------------------|---------------------|-----------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) |
| Sexo | Masculino | 38 (10,68%) | 111 (31,18%) | 104 (29,21%) | 11 (3,09%) | 5 (1,41%) | 87 (24,43%) |
| | Feminino | 52 (12,38%) | 89 (21,19%) | 51 (12,14%) | 61 (14,53%) | 41 (9,76%) | 126 (30,00%) |
| Total | | 90 | 200 | 155 | 72 | 46 | 213 |

Foram apresentadas aos alunos as modalidades lecionadas ao longo do Ensino Secundário, tendo em conta a lista apresentada, foi pedido que estes seleccionassem duas respostas, sendo que estas não tinham uma ordem específica, desta forma, as respostas são 776, porque equivalem a duas respostas de cada aluno inquirido.

Destaca-se que as modalidade mais escolhidas por estes foi o Voleibol (25,45%), seguido do Basquetebol (25,77%) e o Futebol (19,97%), já as menos escolhidas foram o Andebol (11,60%), a Ginástica Acrobática (9,28%) e a Ginástica Rítmica (5,93%).

No que diz respeito às opções mais interessantes para os alunos do sexo masculino, estas situam-se no Basquetebol (31,18%), Futebol (29,22%) e no Voleibol (24,43%), enquanto os inquiridos do sexo feminino têm mais preferência pelo Voleibol (30%), pelo Basquetebol (21,19%) e pela Ginástica Acrobática (14,53%)

Das modalidades apresentadas, tanto os inquiridos do sexo masculino, como do sexo feminino, considera a Ginástica Rítmica, a modalidade menos interessante.

4.2.4 Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Coletivas)

Ainda referente à questão anterior, apresentamos os dados relativos dos motivos de preferência dos Conteúdos e materiais das Modalidades Coletivas, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 24- Frequência e Estatística dos motivos de preferência das modalidades coletivas.

| | Frequência | (%) | Média (DP) |
|--|------------|-------|------------------|
| Válido | 237 | 61,1 | 1,87 (±1,292) |
| 1-Gostar da prática de determinada modalidade | 55 | 14,2 | |
| 2-Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade | 31 | 8,0 | |
| 3-Pelas minhas vivências pessoais passadas | 40 | 10,3 | |
| 4-Pelo espírito de equipa que estas modalidades têm | 25 | 6,4 | |
| Total | 388 | 100,0 | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência dos motivos da preferência dos conteúdos e matérias coletivas, por curso e sexo.

Quadro 25 - Motivos da preferência dos conteúdos e matérias coletivas, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | 1-Gostar da prática de determinada modalidade | 2-Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade | 3-Pelas minhas vivências pessoais passadas | 4-Pelo espírito de equipa que estas modalidades têm | 5-Pela intensidade da modalidade | Média sexo masculino | Média sexo feminino | Sexo M (DP) | Total por sexo | Curso M (DP) | Total por curso |
|------------------------|-----------|---|--|--|---|----------------------------------|----------------------|---------------------|---------------|----------------|---------------|-----------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | | | |
| Científico-Humanístico | Masculino | 90 (75,00%) | 12 (10,00%) | 5 (4,17%) | 7 (5,83%) | 6 (5,00%) | 1,74 (±1,294) | 1,98 (±1,283) | 1,56 (±1,136) | 120 | 1,79 (±1,239) | 276 |
| | Feminino | 88 (56,41%) | 23 (14,74%) | 15 (9,62%) | 23 (14,74%) | 7 (4,49%) | | | 1,96 (±1,290) | 156 | | |
| Profissional | Masculino | 33 (56,90%) | 8 (13,79%) | 3 (5,17%) | 6 (10,34%) | 8 (13,79%) | | | 2,10 (±1,518) | 58 | 2,07 (±1,292) | 112 |
| | Feminino | 26 (48,15%) | 12 (22,22%) | 8 (14,81%) | 4 (7,41%) | 4 (7,41%) | | | 2,04 (±1,273) | 54 | | |
| Total | | 237 | 55 | 31 | 41 | 25 | | | | 388 | | 388 |

Como se pode observar, os inquiridos demonstram que o motivo que os leva a escolher determinada matéria, é devido a “Gostar da prática de determinada modalidade” com 61,1%.

Relativamente à diferenciação entre os sexos e curso, tanto os alunos do sexo feminino, como do sexo masculino, com o curso CH e CP, têm como preferência a primeira opção.

4.2.5 Conteúdos e Matérias mais interessantes (Individuais)

Em seguida apresentamos os dados relativos aos conteúdos e matérias individuais mais interessantes para os inquiridos, tendo em conta as aprendizagens essenciais do Ensino Secundário. O quadro representa os valores respetivos à estatística e à frequência.

Quadro 26 – Frequência e Estatística das matérias coletivas mais interessantes.

| | | Frequência | (%) |
|--------|--------------------------|------------|-------|
| Válido | 1-Atletismo | 217 | 27,96 |
| | 2-Escalada | 106 | 13,66 |
| | 3-Ginástica de Aparelhos | 88 | 11,34 |
| | 4-Ginástica de Solo | 98 | 12,63 |
| | 5-Orientação | 161 | 20,75 |
| | 6-Patinagem | 106 | 13,66 |
| | Total | 776 | 100,0 |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência das matérias individuais mais interessantes, por sexo.

Quadro 27- Frequência de Conteúdos e Matérias individuais mais interessantes por sexo.

| | | 1-Atletismo | 2-Escalada | 3-Ginástica de Aparelhos | 4-Ginástica de Solo | 5-Orientação | 6-Patinagem |
|------|-----------|-----------------|----------------|--------------------------|---------------------|----------------|----------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) |
| Sexo | Masculino | 130 (36,52%) | 59 (16,57%) | 40 (11,24%) | 19 (5,34%) | 74 (20,78%) | 34 (9,55%) |
| | Feminino | 87 (20,72%) | 47 (11,19%) | 48 (11,43%) | 79 (18,81%) | 87 (20,71%) | 72 (17,14%) |
| | Total | 217 | 106 | 88 | 98 | 161 | 106 |

Foram apresentados aos alunos as modalidades lecionadas ao longo do Ensino Secundário, tendo em conta a lista apresentada, foi pedido aos inquiridos que seleccionassem duas respostas, sendo que estas não tinham uma ordem específica, desta forma, as respostas são 776, porque equivalem a duas respostas de cada aluno inquirido.

Destaca-se que as modalidades mais escolhidas por estes foram Atletismo (27,96%), a Orientação (20,75%), a Patinagem (13,66%) e a Escalada (13,96%), as menos escolhidas foram a Ginástica de Solo (12,63%) e por fim a Ginástica de Aparelhos (11,34%).

No que diz respeito às opções mais interessantes para os alunos do sexo masculino, estas situam-se no Atletismo (36,52%), a Orientação (20,78%) e a Escalada

(16,57%), verifica-se a mesma escolha por parte dos inquiridos do sexo feminino nas duas primeiras opções, com Atletismo (20,72%) e Orientação (20,71%) e a terceira opção é a Ginástica de Solo (18,81%).

Das modalidades apresentadas, os inquiridos do sexo masculino consideram a Ginástica de Solo (5,34%), a modalidade menos interessante e os inquiridos do sexo feminino, considera a Escalada (11,19%).

4.2.6 Motivos da preferência dos Conteúdos e Matérias (Individuais)

Ainda referente à questão anterior, apresentamos os dados relativos dos motivos de preferência dos Conteúdos e materiais das Modalidades Individuais, no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 28 - Frequência e Estatística dos motivos de preferência das modalidades Individuais.

| | Frequência | (%) | Média (DP) |
|--|------------|-------|------------------|
| Válido | | | |
| 1-Gostar da prática de determinada modalidade | 208 | 53,6 | 2,06 (±1,382) |
| 2-Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade | 60 | 15,5 | |
| 3-Pelas minhas vivências pessoais passadas | 44 | 11,3 | |
| 4-Pelas características técnicas | 39 | 10,1 | |
| 5-Pela intensidade da modalidade | 37 | 9,5 | |
| Total | 388 | 100,0 | |

Apresentamos de seguida o quadro com a frequência dos motivos da preferência dos conteúdos e matérias individuais, por curso e sexo.

Quadro 29- Frequência dos motivos da preferência dos conteúdos e matérias individuais, por curso e sexo.

| Curso | Sexo | 1-Gostar da prática de determinada modalidade | 2-Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade | 3-Pelas minhas vivências pessoais passadas | 4-Pelas características técnicas | 5-Pela intensidade da modalidade | Sexo M (DP) | Total por sexo | Curso M (DP) | Total por curso |
|------------------------|-----------|---|--|--|----------------------------------|----------------------------------|------------------|----------------|------------------|-----------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | | | | |
| Científico-Humanístico | Masculino | 60 (50,00%) | 23 (19,17%) | 14 (11,67%) | 12 (10,00%) | 11 (9,17%) | 2,09 (±1,360) | 120 | 1,97 (±1,304) | 276 |
| | Feminino | 92 (58,97%) | 22 (14,10%) | 21 (13,46%) | 11 (7,05%) | 10 (6,41%) | 1,88 (±1,256) | | | |
| Profissional | Masculino | 32 (55,17%) | 7 (12,07%) | 2 (3,45%) | 9 (15,52%) | 8 (13,79%) | 2,21 (±1,565) | 58 | 2,29 (±1,540) | 112 |
| | Feminino | 24 (44,44%) | 8 (14,81%) | 7 (12,96%) | 7 (12,96%) | 8 (14,81%) | 2,39 (±1,522) | | | |
| Total | | 208 | 60 | 44 | 39 | 37 | | 388 | | |

Como se pode observar, os inquiridos demonstram que o motivo que os leva a escolher determinada matéria, é devido a “Gostar da prática de determinada modalidade” com 53,6%.

Relativamente à diferenciação entre os sexos e curso, tanto os alunos do sexo feminino, como do sexo masculino, com o curso CH e CP, têm como preferência a primeira opção.

4.2.7 Conteúdos que gostavam de aprender

De seguida apresentamos os dados relativos aos conteúdos que os alunos gostavam de aprender na escola., no que diz respeito à estatística e frequência.

Quadro 30- Frequência e Estatística dos conteúdos que os alunos gostavam de aprender.

| | | Frequência | (%) | Média (DP) | Moda |
|--------|----------------------------|------------|------|------------------|------|
| Válido | 1-Canoagem | 13 | 3,4 | 5,57 (±2,166) | 7 |
| | 2-Corfebol | 6 | 1,5 | | |
| | 3-Equitação | 48 | 12,4 | | |
| | 4-Natação | 89 | 22,9 | | |
| | 5-Patinagem | 29 | 7,5 | | |
| | 6-Râguebi | 30 | 7,7 | | |
| | 7-Surf ou Bodyboard | 105 | 27,1 | | |
| | 8-Tiro com arco | 60 | 15,5 | | |
| | 9-Esgrima | 1 | 0,3 | | |
| | 10-Basebol | 1 | 0,3 | | |
| | 11-Patinagem de velocidade | 2 | 0,5 | | |
| | 12-Golfe | 1 | 0,3 | | |
| | 13-Ténis de mesa | 1 | 0,3 | | |
| | 14-Badminton | 1 | 0,3 | | |
| | 15-Arte marcial | 1 | 0,3 | | |
| Total | 388 | 100,0 | | | |

Foi apresentado aos alunos uma lista de modalidades alternativas a aprender na escola e ainda tinham uma caixa, onde poderiam sugerir outra para além das apresentadas.

Destaca-se que as modalidades mais escolhidas foram o Surf ou Bodybord (27,1%), Natação (22,9%) e o Tiro com arco (15,5%).

Quadro 31 - Conteúdos que gostavam de aprender, por curso e sexo.

| | | 1-Canoagem | 2-Corfebol | 3-Equitação | 4-Natação | 5-Patinagem | 6-Râguebi | 7-Surf ou Bodyboard | 8-Tiro com arco | 9-Esgrima | 10-Basebol | 11-Patinagem de velocidade | 12-Golfe | 13-Ténis de mesa | 14-Badminton | 15-Arte marcial |
|------------------------------|-----------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------------------|-----------------|--------------|--------------|----------------------------|--------------|------------------|--------------|-----------------|
| | | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) | n (%) |
| Curso Científico-Humanístico | Masculino | 3 (2,50%) | 4 (3,33%) | 6 (5,00%) | 20 (16,67%) | 2 (1,67%) | 19 (15,83%) | 42 (35,00%) | 20 (16,67%) | 0 (0,00%) | 1 (0,83%) | 0 (0,00%) | 1 (0,83%) | 1 (0,83%) | 1 (0,83%) | 0 (0,00%) |
| | Feminino | 5 (3,21%) | 2 (1,28%) | 31 (19,87%) | 37 (23,72%) | 19 (12,18%) | 1 (0,64%) | 39 (25,00%) | 20 (12,82%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 1 (0,64%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) |
| Curso Profissional | Masculino | 3 (5,17%) | 0 (0,00%) | 4 (6,90%) | 13 (22,41%) | 3 (5,17%) | 8 (13,79%) | 13 (22,41%) | 12 (20,69%) | 1 (1,72%) | 0 (0,00%) | 1 (1,72%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) |
| | Feminino | 2 (3,70%) | 0 (0,00%) | 7 (12,96%) | 19 (35,19%) | 5 (9,26%) | 2 (3,70%) | 11 (20,37%) | 8 (14,81%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) | 0 (0,00%) |
| Total | | 13 | 6 | 48 | 89 | 29 | 30 | 105 | 60 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 |

No que diz respeito à análise da diferenciação dos sexos, as alunas do sexo feminino têm mais preferência em aprender a Natação, Surf ou Bodybord e ainda a Equitação. Já no sexo masculino as escolhas vão para Surf ou Bodybord, Natação e Tiro com arco. No que diz respeito às escolhas por curso o CH, aponta as suas escolhas para o Surf ou bodyboard, Natação e Tiro com Arco e o CP, Natação, Surf ou Bodybord e Tiro com arco, os dois cursos têm as mesmas escolhas, mas com percentagens diferentes de preferência.

4.3 Grau de Satisfação global com as aulas de Educação Física

Em seguida apresentamos um gráfico com a frequência dados relativos ao grau de satisfação dos alunos em relação as aulas de Educação Física.

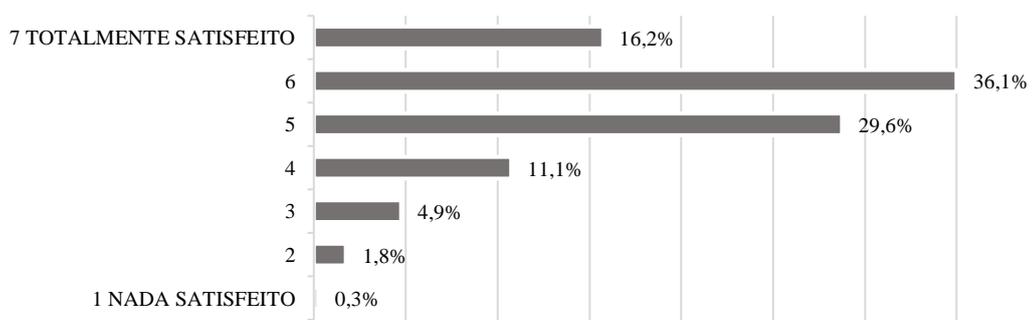


Gráfico 2 – Frequência do Grau de Satisfação Global em relação às aulas de EF.

As diferenças entre cursos e sexos, são apresentadas a seguir, com identificação das médias e desvios-padrão e os dados do teste não paramétrico U de Mann-Whitney, para o que foi fixado o valor limite de significância de $p < 0,005$.

Quadro 32 - Grau de Satisfação das aulas de EF, por sexo e curso

| | Média (DP) | Média Sexo Masculino (DP) | Média Sexo Feminino (DP) | Teste Mann-Whitney (sexo) | Teste Mann-Whitney (curso) |
|-------------------------|------------------|---------------------------|--------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Válido | | | | | |
| 1 NADA SATISFEITO | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | 5,41 (±1,164) | 6 (±1,000) | 5 (±1,000) | U=12,255 $p=0,001$ | U=14,801 $p=0,496$ |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 TOTALMENTE SATISFEITO | | | | | |

Como se observa, os alunos têm um grau de satisfação em relação à EF positivo, com 81,9% entre o 5 e o 7, estes apresentam uma média global de 5,41 ($DP=1,164$), verificando-se um maior grau de satisfação por parte do sexo masculino ($M=6$;

$DP=1,000$) do que no sexo feminino ($M=5$; $DP=1,000$), com uma diferença estatisticamente significativa ($U=12,255$, $p=.001$).

Relativamente aos cursos, estes não apresentam uma diferença estatisticamente significativa ($U=14,801$, $p=.486$).

Apresentamos de seguida o resultado do teste ao Coeficiente de Correlação ponto Bisserial (r_{pb}).

Quadro 33 - Satisfação global com as aulas de Educação Física vs. Sexo

| | Correlações | Sexo |
|---|-----------------------|---------|
| Satisfação global com as aulas de Educação Física | Correlação de Pearson | -.305** |
| | Sig. (2 extremidades) | .000 |
| | N | 388 |

** . A correlação é significativa no nível 0,01 (2 extremidades).

Há associação entre o sexo e o grau de satisfação dos alunos com as aulas de Educação Física. Existe uma correlação negativa entre o grau de satisfação dos alunos e o sexo ($r_{pb} = -.305$, $p = 0,000$). O maior grau de satisfação está associado aos alunos do sexo masculino, como já referido anteriormente.

Após a análise do grau de satisfação dos alunos acerca das aulas de Educação Física, apresentamos os dados relativos ao motivo do satisfação das aulas de EF.

Quadro 34 - Frequência dos motivos de satisfação global das aulas de EF.

| | | Frequência | % |
|--|--|------------|-------|
| O nível de satisfação global em relação às aulas de EF, deve-se a: | Sentir-me motivado(a) para as aulas | 137 | 35,31 |
| | Pelos conteúdos e matérias abordados em aula | 121 | 31,19 |
| | Pela organização das matérias e a avaliação adotados na disciplina | 39 | 10,05 |
| | Pelo impacto da Educação Física para a minha qualidade de vida | 91 | 23,45 |

Relativamente ao motivo que leva os alunos a estarem satisfeitos com as aulas é em primeiro lugar “Sentir-me motivado(a) para as aulas”, com 35,31% e em segundo com “Pelos conteúdos e matérias abordados em aula”, com 31,19%.

5. Conclusão

De acordo com os dados apresentados, no primeiro capítulo tínhamos como objetivo perceber a opinião dos alunos em relação à Educação Física, tendo em conta as variáveis do sexo e do curso. Os alunos têm uma opinião positiva em relação à importância da EF, revelando um grau de concordância de 88,1%, com uma média e

desvio padrão de (M=4,37; DP=0,804). Relativamente à compreensão e identificação do que leva os alunos a querer participar na aulas, 87,9% concorda com a afirmação, com (M=4,22; DP=0,659), ainda em relação a este indicador, os alunos apresentam uma diferença estatisticamente significativa (U=12,987, p=0,006), sendo que os alunos do curso CH, revelam uma maior preocupação na compreensão e identificação dos motivos de participação nas aulas de EF. Num estudo realizado por Jansson et al (2022), em que analisaram a aprendizagem percebida pelos alunos na educação física na Suécia, verificaram que para vários alunos, a questão de “fazer” atividades físicas está intimamente associada à aprendizagem em EF, ou seja, é interessante perceber que um dos motivos que pode levar o aluno a querer participar nas aulas, é este ter a percepção que a prática efetiva lhe vai proporcionar aprendizagens.

No que diz respeito à influência da família e do meio, os alunos tendem a dividir-se mais nas opiniões, sendo que 57,7% concorda com a afirmação, com (M=3,56; DP=0,880). Beni et al (2017), realizaram uma revisão da literatura sobre as experiências significativas na Educação Física, estes destacaram um estudo feito por MacDonald, & Groom (2003), em que estes identificaram os pais como uma influência extrínseca na forma como os alunos atribuem significados às experiências na Educação Física. A localização dos alunos vai diferenciar o que estes valorizam nas suas comunidades, influenciado por fatores culturais, políticos e circunstanciais.

De seguida tínhamos como objetivo determinar as percepções sobre os conteúdos e matérias, tendo em conta o sexo e o curso. Quando questionados sobre a frequência em que devem ocorrer os conteúdos e matérias, 63,4% dos alunos revelam que gostariam de ter conteúdos diferentes nos 3 anos de ES, destacamos ainda que as alunas do sexo feminino revelam maior grau de preocupação que os conteúdos não sejam os mesmos todos os anos no ES, com diferença significativa estatisticamente (U=15,063, p=.001).

Quando questionados sobre a organização das aulas, os alunos revelam um parecer favorável em que seja o professor a organizar os conteúdos e matérias, tendo em conta o espaço que lhe é atribuído na escola (89,4%), apresentado uma média global de 4,14 (DP=0,629).

Como modalidades coletivas mais interessantes os inquiridos escolheram o Voleibol (25,45%), o Basquetebol (25,77%) e o Futebol (19,97%), demonstrando que o motivo que mais leva a ter esta escolha é “Gostar da prática de determinada modalidade” com 61,1% dos inquiridos a escolher esta resposta.

Relativamente às modalidades individuais, os inquiridos consideram como mais interessantes o Atletismo (27,96%), a Orientação (20,75%), a Patinagem (13,66%) e a Escalada (13,96%), demonstrando que o motivo que mais leva a ter esta escolha é “Gostar da prática de determinada modalidade” com 53,6% dos inquiridos a escolher esta resposta. Beni et al (2017), realizaram uma revisão da literatura sobre as experiências significativas na Educação Física, em que mencionam um estudo feito por Chen’s em 1998, onde a sua pesquisa demonstrou que o empenho em determinados conteúdos pode variar tendo em conta as experiências de vida do indivíduo, sendo que o seu envolvimento é fortemente influenciado pelas experiências desportivas anteriores do aluno fora da escola. Apesar de inicialmente no nosso estudo (entrevistas), ter sido mencionado este pressuposto, agora na aplicação do questionário, os alunos não consideraram relevante para que a matéria fosse mais interessante.

É ainda, demonstrando o resultado relativamente à escolha dos alunos sobre uma modalidade que gostariam de aprender na escola, sendo que as mais escolhidas foram o Surf ou Bodybord (27,1%), Natação (22,9%) e o Tiro com arco (15,5%).

Por fim, tivemos como objetivo identificar o grau de satisfação dos alunos face às aulas de EF, tendo em conta as variáveis de sexo e curso. Os alunos demonstram um bom grau de satisfação em relação às aulas de EF, com 81,9% dos inquiridos a estarem entre o número 5 e o número 7. Verifica-se uma diferença estatisticamente significativa ($U=12,255$, $p=.001$), com os alunos do sexo masculino a demonstrarem um grau de satisfação maior. O motivo que leva a este grau de satisfação divide-se em “Sentir-me motivado(a) para as aulas”, com 35,31% e “Pelos conteúdos e matérias abordados em aula”, com 31,19%.

Avaliando os dados obtidos no estudo, é possível perceber que a perceção dos alunos da ESEACD em relação aos conteúdos e matérias é positiva. Demonstraram ao longo do estudo reações positivas às afirmações apresentadas, salientando que os alunos sentem alguma urgência em aprender conteúdos novos, mais alternativos, que se enquadrem nas linhas orientadoras dos documentos do currículo. Todos os dados do estudo serão entregues à escola, estes devem ser utilizados para a melhoria das aulas de EF e consequente aumento de satisfação dos alunos em relação às aulas.

5.1 Limitações do estudo e indicadores de ação futura

O desenvolvimento de estudos sobre a Educação Física e todo o que isso pode envolver é muito importante para o desenvolvimento e reconhecimento desta na sociedade. Como futuros professores, esta é uma aprendizagem muito significativa e marcante para o nosso desenvolvimento. A escola está em constante desenvolvimento e por isso é necessário estarmos atentos às mudanças e conseqüentemente adaptarmo-nos.

Como forma de proposta para estudos futuros propomos que o estudo pode-se ser realizado em 2 momentos, primeiro no início do ano, depois realização da aplicação das medidas que poderiam melhorar a EF e no final realizar novamente o estudo para verificar se as percepções dos alunos se mantinham ou não.

Outro dado relevante é a extensão do questionário, pelo que este não deve exceder os 10 minutos de realização, pois corre-se o risco de os alunos não responderem com concentração às última perguntas, demonstrando saturação no final do mesmo.

Como limitações do estudo, foi inicialmente a pandemia da covid 19, que nos retirou uma parte da amostra selecionada para as entrevistas.

A segunda limitação é que o estudo não é representativo da comunidade escolar toda, já que não foram englobadas as turmas de 9º ano que têm aulas na escola, representando só o ES e não a generalidade da ESEACD.

Por fim, recomendamos que em estudos futuros seja feita uma abordagem também às variáveis do ano de escolaridade e idade do aluno.

Considerações finais sobre o Estágio Pedagógico

Ser professor em Portugal é um desafio constante, pois temos de estar preparados para as mudanças, para as novas tecnologias e aprendizagens, para as mudanças no currículo e saber lidar com as interações com diferentes colegas de profissão.

Podemos concluir que após o estágio pedagógico, a vontade de ensinar é real, sentimos que este fortaleceu o nosso interesse pelo ensino. Estar presente durante um ano letivo na escola é uma mais-valia para a nossa formação, dando oportunidade de vivenciar as situações reais, encontrar estratégias para os problemas e celebrar as vitórias.

Segundo Lima (2018), a docência é um processo que envolve as experiências vividas desde a entrada para a licenciatura e outras atividades profissionais não relacionadas com a escola. Neste sentido, a docência deve ser compreendida a partir de uma perspetiva ampla e integradora, que envolve a identidade do sujeito, as experiências, a trajetória profissional e as relações com os alunos e colegas.

Na nossa opinião, querer ser professor é algo que nasce com a pessoa, a paixão de ensinar, de sentir que fazemos a diferença na vida daquelas crianças e jovens, é uma sensação inexplicável de satisfação. Poder exercer essa função é de extrema responsabilidade e deve ser realizada com respeito e empatia por todos os envolventes no processo de ensino.

Terminamos este estágio com a sensação de que as aprendizagens foram muitas, mas que ainda existe um longo caminho por percorrer. Ser professor é estar em constante formação e busca pelo conhecimento, consolidando das capacidades já existentes e desenvolvendo outras ainda por explorar. Para colmatar algumas situações de falhas identificadas, procurámos durante o estágio formações que agregassem saber aquela já existente. Para além das formações realizadas, procuramos ajuda dentro do grupo de recrutamento, com partilha de experiências e pedidos de auxílio para o desenvolvimento de algumas das matérias, junto dos mais experientes em cada uma destas.

Durante o estágio aprendemos que por vezes algumas situações que parecem muito difíceis, com o passar do tempo passam a ser vividas de forma mais tranquila, e isto deve-se muito à experiência que é adquirida durante o mesmo.

No Decreto-lei nº. 240/2001 de 30 de agosto é mencionado que o professor exerce a sua atividade profissional nas diferentes dimensões da escola, como instituição educativa e no contexto da comunidade em que esta se insere. Neste sentido procurámos

a participação em todas as atividades desenvolvidas, projetos e ações relacionadas com o âmbito desportivo.

A sensação sentida no final desta etapa é muito positiva, sobretudo porque termina uma das etapas duras, mas também porque inicia a carreira como docente, sendo esta um sonho que finalmente se realiza.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barreira, C., Boavida, J., & Araújo, N. (2006). Avaliação formativa: novas formas de ensinar e aprender. *Revista portuguesa de Pedagogia*, 95-133.
- Beni, S., Fletcher, T., & Ní Chróinín, D. (2017). Experiências significativas em educação física e esporte juvenil: uma revisão da literatura. 69 (3), 291-312.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora.
- Bossle, F. (2002). Planejamento de ensino na Educação Física-uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8(1), 31-39.
- Bossle, F. (2003). Planejamento de ensino dos professores de Educação Física do 2º. E 3º. Ciclos da rede municipal de ensino de Porto Alegre: um estudo do tipo etnográfico em quatro escolas desta Rede de ensino.
- Cuellar Moreno, M. D. J., & Delgado, M. A. (2001). Estudio sobre los estilos de enseñanza en Educación Física. *Educación Física y Deportes*, 5(25).
- Dalla Valle, P. R., & Rezer, R. (2021). A prática pedagógica dos professores de Educação Física: desafios para formação continuada. *Motrivivência*, 33(64), 1-22.
- Fonseca, F. et al. (2008). Demonstração e prática mental na aquisição de habilidades motoras. *Motricidade*, v.4 n.2, jun.
- Fortes, M. D. O., Azevedo, M. R., Kremer, M. M., & Hallal, P. C. (2012). A Educação Física escolar na cidade de Pelotas-RS: contexto das aulas e conteúdos. *Revista da Educação Física/UEM*, 23, 69-78.
- Januário, N. et al. (2015). Retención de la información transmitida por el profesor en las clases de educación física en función de las características de la información. *Infancia y Aprendizaje*, 38:1, 226-242.
- Jansson, A., Brun Sundblad, G., Lundvall, S., Bjärsholm, D., & Norberg, J. R. (2022). Students perceived learning in physical education: variations across students gender and migration background in Sweden. *Sport, Education and Society*, 27(4), 421-433.
- Libâneo, J.C. (1994). Didática. São Paulo:Cortez.
- Lima, J. P. R. D. (2018). *Ser professor: Um estudo da identidade docente na área de Ciências Contábeis* (Doctoral dissertation, Universidade de São Paulo).
- Marcon, D., Graça, A. B. D. S., & Nascimento, J. V. D. (2012). Práticas pedagógicas como cenário para a construção do conhecimento pedagógico do conteúdo dos futuros professores de Educação Física. *Revista da Educação Física/UEM*, 23(2), 295-306.

- McCullagh, P., Weiss, M. R., & Ross, D. (1989). Modeling considerations in motor skill acquisition and performance: Ver integrated, approach. *Exercise and sport sciences reviews*, 17(1), 475-514.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1985). Estilos de Ensino. *Revista Horizonte*, n.1, 23-32.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos. Tese de doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física na especialidade de Ciências da Educação Física. Universidade de Coimbra.
- Nobre, P. (2017). Estilos de ensino. Ténis: Estratégia, Perceção e Ação, 145–155. https://doi.org/10.14195/978-989-26-1286-7_5.
- Padilha, P. R. (2001). Planejamento dialógico: como construir o projeto político-pedagógico da escola.
- Pereira, P., Santos, F., & Marinho, D.A. (2020). Examining Portuguese high school students attitudes toward physical education. *Frontiers in Psychology*, v. 11.
- Quina, J. D. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. *A organização do processo de ensino em Educação Física*.
- Ribeiro, A. I. (2013). O diretor de turma: líder ou gestor? Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação) - Universidade Católica Portuguesa, Porto.
- Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education*, Second edition. Palo Alto: Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a Enseñar la Educación Física*, Barcelona: INDE
- Silva, E. (2012). Didática da Educação Física – Material de Apoio da unidade curricular. FCDEF-UC.
- Tani, G., Bruzi, A., Bastos, F., & Chiviakowsky, S. (2011). O estudo da demonstração em aprendizagem motora: estado da arte, desafios e perspectivas. *Ver Bras Cineantropom Desempenho Hum*, 13(5), 392- 403.
- Zabalza, M. A. (2004). Diários de Aula: um instrumento de pesquisa e desenvolvimento pessoal. *Trad. de Ernani F. Rosa. Porto Alegre: ArtMed*.

LEGISLAÇÃO CONSULTADA:

Decreto-Lei n.º 22/2014, de 11 de fevereiro

Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho

Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho

Despacho n.º 6478/2017, de 26 de julho de 2017

Despacho n.º 6944-A/2018, de 19 de julho de 2018

Despacho n.º 779/2019, de 18 de janeiro de 2019

Despacho n.º 8476-A/2018, de 31 de agosto de 2018

Lei n.º 51/2012, de 5 de setembro de 2012

ANEXOS

Índice de Anexos

| | |
|--|-----|
| Anexo 1 - Instalações Desportivas..... | 83 |
| Anexo 2 - Calendário Escolar..... | 84 |
| Anexo 3 - Questionário aplicado à turma..... | 85 |
| Anexo 4 - Planificação anual da turma – 1º semestre..... | 86 |
| Anexo 5 – Planificação anual da turma – 2º semestre | 87 |
| Anexo 6 – Planograma – 1º semestre..... | 88 |
| Anexo 7 – Planograma – 2º semestre..... | 89 |
| Anexo 8 - Modelo de plano de aula..... | 90 |
| Anexo 9 - Exemplo de Avaliação Formativa Inicial | 91 |
| Anexo 10 - Exemplo de Referencial de Avaliação - Futsal | 92 |
| Anexo 11 – Exemplo de Avaliação Sumativa das Capacidades | 94 |
| Anexo 12 - Exemplo de Referencial da Avaliação – Dança | 95 |
| Anexo 13 – Exemplo de Autoavaliação..... | 96 |
| Anexo 14- Exemplo de Minificha | 97 |
| Anexo 15 - Grelha de Avaliação Final - 1º semestre..... | 99 |
| Anexo 16 – Cartaz Fair-Play | 100 |
| Anexo 17 - Cartaz Projeto Sentir..... | 101 |
| Anexo 18 - Certificado Leya - Escola Amiga 1 | 102 |
| Anexo 19 - Certificado Leya – Cidadania Digital..... | 103 |
| Anexo 20 - Certificado Leya - Escola Amiga 2 | 104 |
| Anexo 21 – Certificado Leya – Inovação Pedagógica..... | 105 |
| Anexo 22 - Certificado - Inclusão de Jovens pelo Desporto | 106 |
| Anexo 23 - Certificado – A Importância da Psicologia no alto rendimento..... | 106 |
| Anexo 24 - Certificado - Tempos Brilhantes | 107 |

| | |
|---|-----|
| Anexo 25- Certificado - Casa do Professor..... | 107 |
| Anexo 26 - Certificado - Jornadas Técnicas de Corrida IPL | 108 |
| Anexo 27 - Certificado - FITescola UL..... | 109 |
| Anexo 28 - Certificado - Treinadores de Portugal (Comunicação) Treinadores..... | 110 |
| Anexo 29- Certificado – Treinadores de Portugal (Nutrição No Desporto) | 110 |
| Anexo 30 - Certificado Leya - Encontro Digital | 111 |
| Anexo 31 – Certificado Programa de Educação Olímpica | 112 |
| Anexo 32 - Certificado FICEF | 113 |
| Anexo 33 - Legitimação da entrevista e identificação do entrevistador | 114 |
| Anexo 34- Distribuição Equitativa das Diferentes Variáveis | 116 |
| Anexo 35 – Termo de Consentimento - Entrevistas | 117 |
| Anexo 36 - Matriz do Questionário- A perceção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física..... | 118 |
| Anexo 37 - QRCode do Questionário | 127 |

Anexo 1 - Instalações Desportivas



Relvado Sintético



Estádio Municipal MG



Relvado Municipal MG



Ginásio



Campos de Ténis



Polivalente

Anexo 2 - Calendário Escolar

| | SETEMBRO | OUTUBRO | NOVEMBRO | DEZEMBRO | JANEIRO | FEVEREIRO | MARÇO | ABRIL | MAIO | JUNHO |
|---|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|--------------------------------|-----------------------|--------------------------------|----------------------|-----------------------------------|-----------------------|----------------------|
| S | | | | | 1 | | | | | |
| D | | | | | 2 | | | | 1 | |
| S | | | 1 | | 3 | | | | 2 | |
| T | | | 2 | | 4 | 1 | 1 | | 3 | |
| Q | 1 | | 3 Aula 90' Voleibol | 1 Restauração da independência | 5 | 2 Aula 90' Ginástica | 2 Aula 90' Fair Play | | 4 Aula 90' Atletismo | 1 Aula 90' Badminton |
| Q | 2 | | 4 Aula 45' Voleibol | 2 Aula 45' Tênis | 6 | 3 Aula 45' Ginástica | 3 Aula 45' Fair Play | | 5 Aula 45' Atletismo | 2 Aula 45' Badminton |
| S | 3 | 1 | 5 | 3 | 7 | 4 | 4 | 1 | 6 | 3 |
| S | 4 | 2 | 6 | 4 | 8 | 5 | 5 | 2 | 7 | 4 |
| D | 5 | 3 | 7 | 5 | 9 | 6 | 6 | 3 | 8 | 5 |
| S | 6 | 4 | 8 | 6 | 10 | 7 Avaliação Final 1º semestre | 7 | 4 | 9 | 6 |
| T | 7 | 5 Implantação da republica | 9 | 7 | 11 | 8 | 8 | 5 | 10 | 7 Final 2º semestre |
| Q | 8 | 6 Aula 90' Basquetebol | 10 1º Avaliação intercalar | 8 Imaculada conceição | 12 Aula 90' Ginástica | 9 | 9 Aula 90' Dança | 6 Aula 90' Atletismo | 11 Aula 90' Badminton | 8 |
| Q | 9 | 7 Aula 45' Basquetebol | 11 | 9 Aula 90' Tênis | 13 Aula 45' Ginástica | 10 Aula 45' 2ºsemestre Futebol | 10 Aula 45' Dança | 7 Avaliação intercalar 2ºsemestre | 12 Aula 45' Badminton | 9 |
| S | 10 | 8 | 12 | 10 | 14 | 11 | 11 | 8 Páscoa | 13 | 10 Dia de Portugal |
| S | 11 | 9 | 13 | 11 | 15 | 12 | 12 | 9 | 14 | 11 |
| D | 12 | 10 | 14 | 12 | 16 | 13 | 13 | 10 | 15 | 12 |
| S | 13 | 11 | 15 | 13 | 17 | 14 | 14 | 11 | 16 | 13 |
| T | 14 | 12 | 16 | 14 | 18 | 15 | 15 | 12 | 17 | 14 |
| Q | 15 | 13 Aula 90' Andebol | 17 Aula 90' Voleibol | 15 Aula 90' Tênis | 19 Aula 90' Ginástica | 16 Aula 90' Futebol | 16 Aula 90' Dança | 13 | 18 Aula 90' Badminton | 15 |
| Q | 16 Aula 45' 1ºsemestre FITescola | 14 Aula 45' Andebol | 18 Aula 45' Voleibol | 16 Aula 45' Tênis | 20 Aula 45' Ginástica | 17 Aula 45' Futebol | 17 Aula 45' Dança | 14 | 19 Aula 45' Badminton | 16 Corpo de Deus |
| S | 17 | 15 | 19 | 17 | 21 | 18 | 18 | 15 Sexta-Feira Santa | 20 | 17 |
| S | 18 | 16 | 20 | 18 | 22 | 19 | 19 | 16 | 21 | 18 |
| D | 19 | 17 | 21 | 19 | 23 | 20 | 20 | 17 | 22 | 19 |
| S | 20 | 18 | 22 | 20 | 24 | 21 | 21 | 18 | 23 | 20 |
| T | 21 | 19 | 23 | 21 | 25 | 22 | 22 | 19 | 24 | 21 |
| Q | 22 Aula 90' FITescola | 20 Aula 90' Basquetebol e Andebol | 24 Aula 90' Voleibol | 22 Aula 90' Tênis | 26 Aula 90' Ginástica | 23 Aula 90' Futebol | 23 Aula 90' Dança | 20 Aula 90' Atletismo | 25 Aula 90' Badminton | 22 |
| Q | 23 Aula 45' FITescola | 21 Aula 45' Basquetebol | 25 Aula 45' Voleibol | 23 Ferias Natal | 27 Aula 45' Ginástica | 24 Aula 45' Futebol | 24 Aula 45' Dança | 21 Aula 45' Atletismo | 26 Feriado MG | 23 |
| S | 24 | 22 | 26 | 24 | 28 | 25 | 25 | 22 | 27 | 24 |
| S | 25 | 23 | 27 | 25 | 29 | 26 | 26 | 23 | 28 | 25 |
| D | 26 | 24 | 28 | 26 | 30 | 27 | 27 | 24 | 29 | 26 |
| S | 27 | 25 | 29 | 27 | 31 | 28 Carnaval | 28 | 25 De abril | 30 | 27 |
| T | 28 | 26 | 30 | 28 | | | 29 | 26 | 31 | 28 |
| Q | 29 Aula 90' FITescola | 27 Aula 90' Basquetebol e Andebol | | 29 | | | 30 Aula 90' Dança | 27 Aula 90' Atletismo | | 29 |
| Q | 30 Aula 45' Basquetebol | 28 Aula 45' Basquetebol e Andebol | | 30 | | | 31 Aula 45' Dança | 28 Aula 45' Atletismo | | 30 |
| S | | 29 | | 31 | | | | 29 | | |
| S | | 30 | | | | | | 30 | | |
| D | | 31 | | | | | | | | |
| | Interrupções letivas | | | 1º Semestre | | 2º Semestre | | Feriados | | |

Anexo 3 - Questionário aplicado à turma

| | | | |
|--|-------------------------|-----------------|-------------|
| Nome: | Data Nascimento: | | |
| Problemas de saúde (asma; entorses; visão): | | | |
| Tomas medicação? Se sim qual? | | | |
| A disciplina de Educação Física é importante para ti? | | | |
| Muito importante | Importante | Nada importante | |
| Gosto pela disciplina de Educação Física: | | | |
| Não gosto | Gosto pouco | Gosto | Gosto muito |
| Quais as matérias que mais gostas em Educação Física? Enumera 3. | | | |
| 1. | 2. | 3. | |
| Quais as matérias que menos gostas em Educação Física? Enumera 3. | | | |
| 1. | 2. | 3. | |
| Existe alguma matéria que gostavas de ver abordada nas aulas? | | | |
| Praticas alguma atividade desportiva fora das aulas de Educação Física? Qual? | | | |
| A prática é federada? Em que dias? E quantas horas? | | | |
| Observações: | | | |

Anexo 4 - Planificação anual da turma – 1º semestre

| Meses | | Setembro | | | | Outubro | | | | Novembro | | | | Dezembro | | | | Janeiro | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|--|----|----|----|---------|---|----|----|----------|----|------------------|----|----------|----|-------------------------|----|---------|----|----|---------|----------------------------|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|------------------|----|----|----|----|----|----------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| Dias | | 22 | 23 | 29 | 30 | 6 | 7 | 13 | 14 | 20 | 21 | 27 | 28 | 3 | 4 | Avaliação intercalar | 17 | 18 | 24 | 25 | Feriado | 2 | Feriado | 9 | 15 | 16 | 22 | 5 | 6 | 12 | 13 | 19 | 20 | 26 | 27 | 2 | 3 | Avaliações finais | | | | | | | | | |
| Semanas | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | | | | | | |
| Nº aula | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 |
| Semestre | | 1º Semestre | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Rotação dos Espaços de aula | | Rotação 1 | | | | | | | | | | Rotação 2 | | | | | | | | | | Rotação 3 | | | | | | | | | | Rotação 4 | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bloco 90' | | Relvado | | | | | | | | | | Polivalente | | | | | | | | | | Exterior (Campos de Ténis) | | | | | | | | | | Ginásio | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bloco 45' | | Escola Guilherme | | | | | | | | | | Escola Guilherme | | | | | | | | | | Escola Guilherme | | | | | | | | | | Escola Guilherme | | | | | | | | | | | | | | | |
| Unidade Didática | | Bateria de testes Fit escola (Composição corporal, Flexibilidade membros inferiores) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Bateria de testes Fit escola (Flexões de braços, impulsão horizontal e vertical, Flexibilidade de ombros) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Bateria de testes Fit escola (Vaivém, Abdominais) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação formativa inicial Basquetebol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Basquetebol (passes, recepção, drible, lançamento na passada e lançamento em apoio) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Basquetebol (Ressalto, posição básica defensiva e deslocamento defensivo) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação formativa inicial Andebol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Andebol (posição base, recepção, passe picado, passe de ombro, do drible e remate em apoio) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Basquetebol (paragem a 1 e 2 tempos, pé eixo e drible de proteção) + Andebol (remate em suspensão, marcação individual e desmarcação). | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Basquetebol (Consolidação dos gestos técnicos em jogo) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Função Didática | | Avaliação Sumativa Basquetebol + Andebol (Domínio psicomotor) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Autoavaliação + Avaliação Sumativa Basquetebol/Andebol (minificha) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação formativa inicial Voleibol | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Situação de jogo 1x1 e 3x3 (Passe alto; serviço por cima e por baixo) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliações Intercalares | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Situação de jogo (manchete, bloco e remate) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Arbitragem: Avaliação formativa processual do passe, manchete e serviço por baixo. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Quiz (Aula Digital); Jogo 3x3 (regras do jogo) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação Sumativa Voleibol (Domínio psicomotor) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Feriado | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Carga (Aptidão Física) | | Avaliação formativa inicial Ténis | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Feriado | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Batimentos de direita e de esquerda; Serviço | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Jogo 1x1 (regras de jogo) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Batimentos de direita e de esquerda; Serviço; Jogo 1x1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação Sumativa Ténis (domínio psicomotor) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Semana de contenção | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Semana de contenção | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação formativa inicial Ginástica | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Introdução das sequências gímnicas | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Função Didática | | Corta-Mato Escolar | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Sequências Gímnicas + Exercícios de progressão do apoio (aeróbico invertido e do rolamento em frente) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Ginástica de aparelhos e Ginástica de Solo (Auto-Avaliação) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Exercitação das sequências gímnicas | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliação Sumativa de ginástica de solo e aparelhos | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Autoavaliação + Avaliação Sumativa Ginástica (minificha) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Avaliações Finais 1º semestre | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Anexo 6 – Planograma – 1º semestre

| Turma:9ºH Planograma Ano letivo 2021/2022 | | | | |
|--|---------------------------|------------------------|-----------------------------------|---------------|
| 1º Semestre | | | | |
| Semana | Espaço | Modalidade | Nº Aulas U.D. | Nº Aula Total |
| 22 e 23 de setembro | Polivalente | Aptidão Física | 1, 2 e 3 de 5 | 1-3 |
| 29 de setembro | Polivalente | Aptidão Física | 4 e 5 de 5 | 4-5 |
| 30 de setembro | Relvado | Basquetebol | 1 de 10 | 6 |
| 6 e 7 de outubro | Relvado | Basquetebol | 2, 3 e 4 de 10 | 7-9 |
| 13 e 14 de outubro | Relvado | Andebol | 1,2 e 3 de 8 | 10-12 |
| 20 e 21 de outubro | Relvado | Basquetebol Andebol | 5, 6 e 7 de 10 4 e 5 de 8 | 13-15 |
| 27 e 28 de outubro | Relvado | Basquetebol Andebol | 8, 9 e 10 de 10 6,7 e 8 e de 8 | 16-18 |
| 3 e 4 de novembro | Polivalente | Voleibol | 1,2, e 3 de 9 | 19-21 |
| 17 e 18 de novembro | Polivalente | Voleibol | 4, 5 e 6 de 9 | 22-24 |
| 24 e 25 de novembro | Polivalente | Voleibol | 7, 8 e 9 de 9 | 25-27 |
| 2 de dezembro | Exterior Campos C.M.MG | Tênis | 1 de 7 | 28 |
| 9 de dezembro | Exterior Campos C.M.MG | Tênis | 2 de 7 | 29 |
| 15 e 16 de dezembro | Exterior Campos C.M.MG | Tênis | 3, 4 e 5 de 7 | 30-32 |
| 22 de dezembro | Exterior Campos C.M.MG | Tênis | 6 e 7 de 7 | 33-34 |
| 12 e 13 de janeiro | Ginásio | Ginástica | 1, 2 e 3 de 12 | 35-37 |
| 19 e 20 de janeiro | Ginásio | Ginástica | 4,5 e 6 de 12 | 38-40 |
| 26 e 27 de janeiro | Ginásio | Ginástica | 7, 8, 9 de 12 | 41-43 |
| 2 e 3 de fevereiro | Ginásio | Ginástica | 10, 11 e 12 de 12 | 44-46 |

Anexo 7 – Planograma – 2º semestre

| Turma:9ºH Planograma Ano letivo 2021/2022 | | | | |
|--|---------------------------------|-------------------|----------------------|----------------------|
| 2º Semestre | | | | |
| Semana | Espaço | Modalidade | Nº Aulas U.D. | Nº Aula Total |
| 10 de fevereiro | Relvado | Futebol | 1 de 10 | 47 |
| 16 e 17 de fevereiro | Relvado | Futebol | 2,3 e 4 de 10 | 48-50 |
| 23 e 24 de fevereiro | Relvado | Futebol | 5, 6 e 7 de 10 | 51-53 |
| 2 e 3 de março | Relvado | Futebol | 8,9 e 10 de 10 | 54-56 |
| 9 e 10 de março | Polivalente | Dança | 1, 2 e 3 de 13 | 57-59 |
| 16 e 17 de março | Polivalente | Dança | 4,5 e 6 de 13 | 60-62 |
| 23 e 24 de março | Polivalente | Dança | 7, 8, 9 de 13 | 63-65 |
| 30 e 31 de março | Polivalente | Dança | 10, 11 e 12 de 13 | 66-68 |
| 6 de abril | Fair-Play | | | 69-70 |
| 7 de abril | Polivalente | Dança | 13 de 13 | 71 |
| 20 e 21 de abril | Exterior – Estádio municipal MG | Atletismo | 1,2 e 3 de 9 | 72-74 |
| 27 e 28 de abril | Exterior – Estádio municipal MG | Atletismo | 4,5 e 6 de 9 | 75-77 |
| 4 e 5 de maio | Exterior – Estádio municipal MG | Atletismo | 7,8 e 9 de 9 | 78-80 |
| 11 e 12 maio | Ginásio | Badminton | 1,2 e 3 de 11 | 81-83 |
| 18 e 19 maio | Ginásio | Badminton | 4,5 e 6 de 11 | 84-86 |
| 25 maio | Ginásio | Badminton | 7 e 8 de 11 | 87-88 |
| 1 e 2 de junho | Ginásio | Badminton | 9, 10 e 11 de 11 | 89-91 |

Anexo 8 - Modelo de plano de aula

| Plano de Aula | | | |
|-------------------------------------|---|----------------------------|---------------------|
| Professor(a): Sara Espinha | Data: 25/05/2022 | Hora: 11h55 à 13h25 | Duração: 90' |
| U.D.: Badminton | Nº aula: 87 e 88 Nº aula UD: 7 e 8 de 11 | Local: Ginásio | |
| Função didática: Exercitação | | Turma: 9ºH | |
| Recursos materiais: | | | |
| Objetivos da aula: | | | |
| Sumário: | | | |

| Fundamentação/Justificação das opções tomadas (tarefas e sua sequência): |
|--|
| |

| Tempo | | Objetivos específicos/Componentes Críticas | Descrição da tarefa / Organização | Critérios de Êxito | Estilos de Ensino | Palavras- Chave |
|-------------------|---|--|-----------------------------------|-----------------------|-------------------------|--------------------|
| T | P | | | | | |
| Parte inicial | | | | | | |
| | | | | | | |
| Parte fundamental | | | | | | |
| | | | | | | |
| Parte final | | | | | | |
| | | | | | | |

| Formação das equipas |
|----------------------|
| |
| Anotações: |
| |

Anexo 9 - Exemplo de Avaliação Formativa Inicial

| Avaliação Formativa Inicial - Futsal | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|------|------------------------------------|------------------|------------------------------------|--------|--------------------------------------|-----------------------|------------------------|--------|------------------------------|--------------------------|
| Critérios de Referência de Avaliação | | | | | | | | | | | |
| Parâmetros | | Situação de Jogo 3x3 | | | | | | Conhecimentos | | Média | Em situação de Jogo 3x3: |
| Alunos | | Fase Ofensiva | | | | Fase Defensiva | | Objetivos | Regras | | |
| | | Sem Bola | Com Bola | | | | | | | | |
| Nº | Nome | Desmarcação | Condução de bola | Passe | Remate | Marcação | Recuperação Defensiva | | | | |
| Grupo 1 | | | | | | | | | | | |
| 1 | | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 3,87 | |
| 5 | | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4,75 | |
| 6 | | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,62 | |
| 8 | | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4,75 | |
| 4 | | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,37 | |
| 9 | | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | |
| 15 | | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 5 | 4 | |
| 18 | | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4,75 | |
| 19 | | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,12 | |
| 21 | | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,62 | |
| Grupo 2 | | | | | | | | | | | |
| 2 | | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2,5 | |
| 10 | | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2,5 | |
| 12 | | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3,37 | |
| 13 | | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3,37 | |
| 14 | | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2,62 | |
| 16 | | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3,25 | |
| 20 | | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3,25 | |
| 22 | | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3,12 | |
| Legenda: | | 1 – Realiza com incorreções | | 2 - Realiza com dificuldade | | 3 – Realiza Satisfatoriamente | | 4 - Realiza Bem | | 5 - Realiza muito bem | |

Fase Ofensiva:
Com Bola:
 - Conduz a bola (em progressão) para penetração para finalizar ou fixar adversário(s);
 - Passa a um colega em desmarcação para a baliza ou em apoio;
 - Remata, se em posição de vantagem;

Sem Bola:
 - Após passe, desmarca-se em diagonal ou no mesmo corredor, explorando situações de vantagem numérica;
 - Desmarca-se, em apoio ou rutura (penetração) procurando explorar vantagem numérica (garantindo ocupação racional espaço de jogo);

Fase Defensiva:
 - Após perda de bola, tenta recuperá-la marcando o seu adversário direto ou outros em posição mais ofensiva (recuperação defensiva);
 - Reduz o espaço ofensivo dos adversários e procura o desarme;

Anexo 10 - Exemplo de Referencial de Avaliação - Futsal

| Indicadores | | | Notas | | | | |
|---------------|----------|-------------------------|---------------------------|---|---|--|---|
| | | | Não satisfaz 0-19% (1) | Não Satisfaz 20%-49% (2) | Satisfaz 50%-69% (3) | Satisfaz Bem 70%-89% (4) | Muito Bom 90%-100% (5) |
| Fase ofensiva | Sem bola | Desmarcação | Não realizou a tarefa. | Com Bola: - Conduz a bola; - Passa a um colega; - Não realiza remate, se tiver em posição de vantagem; Sem Bola: - Após passe, desmarca-se para voltar a receber a bola; - Desmarca-se, mas não consegue fazer uma ocupação racional do espaço. | Com Bola: - Conduz a bola por alguns momentos sem ser interceptado; - Passa a um colega; - Remata, se em posição de vantagem; Sem Bola: - Após passe, desmarca-se para voltar a receber a bola; - Desmarca-se, em apoio ou rutura, ocupando o espaço de forma racional. | Com Bola: - Conduz a bola em progressão; - Passa a um colega, que esteja em melhor posição; - Remata, se tiver em posição favorável. Sem Bola: - Após passe, desmarca-se em diagonal ou no mesmo corredor; - Desmarca-se, em apoio ou rutura (penetração) procurando explorar vantagem numérica. | Com Bola: - Conduz a bola (em progressão) para penetração para finalizar ou fixar adversário(s); - Passa a um colega em desmarcação para a baliza ou em apoio; - Remata, se tem posição de vantagem; Sem Bola: - Após passe, desmarca-se em diagonal ou no mesmo corredor, explorando situações de vantagem numérica; - Desmarca-se, em apoio ou rutura (penetração) procurando explorar vantagem numérica (garantindo ocupação racional espaço de jogo). |
| | Com bola | Condução de bola | Não realizou a tarefa. | - Realiza com uma das partes do pé (interna, externa ou peito do pé); - Mantem a cabeça levantada só por alguns segundos; - Mantem a bola junto ao solo, só por frações de segundo; - Condução com um dos pés, independentemente de onde se encontra o adversário. | - Realiza com a parte interna, externa ou peito do pé; - Mantem a cabeça levantada; - Mantem a bola junto ao solo; - Condução com um dos pés, independentemente de onde se encontra o adversário. | - Realiza com a parte interna, externa ou peito do pé; - Mantem a cabeça levantada, com o corpo ligeiramente inclinado para a frente; - Mantem a bola junto ao solo; - Condução com o pé do MI exterior relativamente ao adversário direto. | - Realiza com a parte interna, externa e peito do pé; - Mantem a cabeça levantada, com o corpo ligeiramente inclinado para a frente; - Mantem a bola junto ao solo, dentro do espaço próprio, o mais próximo possível do pé condutor; - Condução com o pé do MI exterior relativamente ao adversário direto. |
| | | | Passe | Não realizou a tarefa. | - Executa o passe com uma das partes elegíveis do pé | - Executa o passe com a parte interna ou externa do pé; | - Executa o passe com a parte interna e externa do pé; |

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------------------------------|------------------------|---|--|--|--|
| | | | (Parte interna ou externa; planta do pé ou calcanhar); - Não consegue fazer o passe com nenhuma outra parte do corpo (coxa, cabeça ou peito); - Coloca o pé de apoio perto da bola. | - Executa o passe com planta ou calcanhar; - Executa o passe com a coxa ou peito ou cabeça. do pé, e ainda com a coxa, peito ou cabeça; - Coloca o pé de apoio sensivelmente ao lado da bola; - Balança o MI a partir da anca; | - Executa o passe com planta ou calcanhar; - Executa o passe com 2 outras partes do corpo (coxa; peito ou cabeça); - Coloca o pé de apoio sensivelmente ao lado da bola; - Balança o MI a partir da anca e após o contacto com a bola, continua o movimento da perna. | - Mantem a cabeça levantada. - Coloca o pé de apoio sensivelmente ao lado da bola. --Balança o MI a partir da anca e, após o contacto com a bola, continua o movimento na direção do passe. |
| | Remate | Não realizou a tarefa. | -Efetua o remate com o pé; - O olhar mantém-se dirigido para a bola; -Não realiza a extensão total do membro inferior no contacto com a bola; -Não contacta a bola no centro da mesma. | -Efetua o remate com a parte interna ou externa do pé; -Coloca o pé de apoio ao lado da bola; -Tronco ligeiramente inclinado à frente; -Extensão do membro inferior no contacto com a bola | -Efetua o remate com a parte interna ou externa, peito ou ponta do pé; -Coloca o pé de apoio ao lado da bola, na direção do remate; -Tronco ligeiramente inclinado à frente; -Extensão do membro inferior no contacto com a bola; | -Efetua o remate com a parte interna, externa, peito e ponta do pé; -Coloca o pé de apoio ao lado da bola, na direção do remate; -Tronco ligeiramente inclinado à frente; - O olhar mantém-se dirigido para o alvo; -Extensão do membro inferior no contacto com a bola -O pé contacta com a bola no centro. |
| Fase defensiva | Marcação Recuperação Defensiva | Não realizou a tarefa. | -Não acompanha o adversário após a perda de bola.; - Não realiza uma ocupação racional do espaço; - Não procura o desarme do adversário. | - Acompanha por vezes a movimentação do adversário; - Consegue por momentos fazer uma ocupação racional do espaço; - Por vezes é bem-sucedido no desarme ao adversário. | - Após perda de bola, tenta recuperá-la, conseguindo marcar o seu adversário direto; - Reduz o espaço ofensivo dos adversários e procura o desarme, tendo muitas vezes sucesso no mesmo. | - Após perda de bola, tenta recuperá-la marcando o seu adversário direto ou outros em posição mais ofensiva (recuperação defensiva); - Reduz o espaço ofensivo dos adversários e procura o desarme; |

Anexo 11 – Exemplo de Avaliação Sumativa das Capacidades

| Avaliação Sumativa do domínio das capacidades – Dança | | | | | | | | Anotações |
|---|-----------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------|-----------------------|-------------|-----------|
| Critérios de Referência de Avaliação | | | | | | | Média | |
| Parâmetros | | | | | | | | |
| Alunos | | Coordenação motora | Postura | Ritmo | Expressividade | Vivência Relacional | Coreografia | Média |
| Nº | Nome | | | | | | | |
| Chapelloise | | | | | | | | |
| 10 | | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3,5 |
| 1 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 2 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4,16 |
| 13 | | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4,5 |
| 20 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 21 | | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4,33 |
| Sariquité | | | | | | | | |
| 22 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 |
| 5 | | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4,66 |
| 9 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 8 | | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4,66 |
| 12 | | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,5 |
| 19 | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| Regadinho | | | | | | | | |
| 15 | | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4,83 |
| 16 | | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4,33 |
| 18 | | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,83 |
| 14 | | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4,83 |
| 6 | Edgar Bernardes | 4 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4,5 |
| 4 | Dinis Gonçalves | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4,16 |
| Legenda: | | 1 – Realiza com incorreções | 2 - Realiza com dificuldade | 3 – Realiza Satisfatoriamente | 4 - Realiza Bem | 5 - Realiza muito bem | | |

A turma demonstrou melhoria ao longo das aulas, não só na execução das danças, como no relacionamento com os colegas. Na aula anterior foi realizado um sorteio da dança em que os alunos iriam ser avaliados. No entanto todos os alunos dançaram as 3 danças.

Anexo 12 - Exemplo de Referencial da Avaliação – Dança

| Indicadores | Notas | | | | |
|----------------------------|---------------------------|--|--|--|--|
| | Não satisfaz 0-19% (1) | Não Satisfaz 20%-49% (2) | Satisfaz 50%-69% (3) | Satisfaz Bem 70%-89% (4) | Muito Bom 90%-100% (5) |
| Coordenação motora | Não realizou a tarefa. | Coordena isoladamente os membros inferiores ou superiores. | Relaciona os membros superiores com os inferiores. | Boa relação entre os membros superiores e inferiores. | Excelente relação entre os membros superiores e inferiores. |
| Postura | Não realizou a tarefa. | Pouco alinhamento corporal. Pouca estabilização da cintura escapular. | Algum alinhamento corporal. Alguma estabilização da cintura escapular. | Bom alinhamento corporal. Boa estabilização da cintura escapular. | Excelente alinhamento corporal. Excelente estabilização da cintura escapular. |
| Ritmo | Não realizou a tarefa. | Pouca relação música / movimento. | Alguma relação música / movimento. | Boa relação música / movimento. | Excelente relação música / movimento. |
| Expressividade | Não realizou a tarefa. | Pouca comunicação corporal através do movimento. | Alguma comunicação corporal através do movimento. Alguma realização de gestos expressivos. | Boa comunicação corporal através do movimento. Boa realização de Gestos expressivos. | Excelente comunicação corporal através do movimento. Excelente realização de gestos expressivos. |
| Vivência Relacional | Não realizou a tarefa. | Pouca sincronização das ações individuais com as ações do parceiro. Pouca cooperação com o parceiro. | Alguma sincronização das ações individuais com as ações do parceiro. Alguma cooperação com o parceiro. | Boa sincronização das ações individuais com as ações do parceiro. Boa cooperação com o parceiro. | Excelente sincronização das ações individuais com as ações do parceiro. Excelente cooperação com o parceiro. |
| Coreografias | Não realizou a tarefa. | Alguma flexibilidade de raciocínio. Incapacidade de transmitir sensações | Alguma flexibilidade de raciocínio. Alguma capacidade de transmitir sensações. | Boa flexibilidade de raciocínio. Boa capacidade de transmitir sensações. | Excelente flexibilidade de raciocínio. Excelente capacidade de transmitir sensações |

Anexo 13 – Exemplo de Autoavaliação

Ano Letivo: 20__/20__

Aluno _____ Turma _____ Semestre _____

| Conteúdos | Parâmetros | | | | |
|--|-------------|-------------------------|---------------------------|-------------|-------------------|
| | Não Executo | Executo com dificuldade | Executo satisfatoriamente | Executo bem | Executo muito bem |
| Futsal | | | | | |
| Faço passes direcionados ao meu colega de equipa | | | | | |
| Consego receber a bola do colega e controlá-la | | | | | |
| Em situação de jogo, quando a minha equipa está a atacar consego manter a minha posição e recebo a bola para finalizar | | | | | |
| Em situação de jogo faço marcação a um colega | | | | | |
| Quando assumo a posição de Guarda-Redes consego defender | | | | | |
| Conheço e aplico as regras do jogo | | | | | |
| Dança | | | | | |
| Consego coordenar os meus movimentos com os do meu par | | | | | |
| Mantenho a postura durante a realização da coreografia | | | | | |
| Consego manter o ritmo tendo em conta a música | | | | | |
| Tenho expressividade no decorrer da coreografia | | | | | |
| Tenho uma boa vivência relacional com os meus colegas | | | | | |
| Sei as coreografias e consego realizá-las com sucesso | | | | | |
| Empenho / Participação / Relacionamento | | | | | |
| Participo com interesse nas atividades propostas nas aulas | | | | | |
| Trago equipamento adequado | | | | | |
| Relaciono-me com cordialidade e respeito pelos colegas e professor | | | | | |
| Sou assíduo e pontual | | | | | |

Coloca um (X) no quadrado onde achas que corresponde o teu desempenho

Professor(a): _____

Anexo 14- Exemplo de Minificha

Nome: _____

Ano/Turma: _____

Nº: _____

Data: _____

Nota: _____

Professor: _____

E.E.: _____

*Esta ficha tem como propósito avaliar os teus conhecimentos sobre a unidade didática de Ginástica de solo e Aparelhos, estando a mesma dividida em dois grupos. **Lê todas as questões na sua totalidade.** A ficha terá a duração de **15 minutos.***

Grupo I (50%)

1. Estabelece ligação entre as imagens e a legenda correspondente – (25%)



A

1. Apoio facial invertido (pino)



B

2. Rolamento em frente de pernas estendidas



C

3. Roda



D

4. Ponte



E

5. Bandeira

2. Selecciona os elementos de ligação com um X - (25%)

A. Queda facial

E. Rolamento em frente

B. Roda

F. Afundo lateral

C. Salto de gato

G. ½ pirueta

D. Bandeira

Grupo II (50%)

1. *Identifica os aparelhos identificados nas imagens com a legenda correta - (25%)*



A

1. Trampolim Reuther



B

2. Trave



C

3. Plinto



D

4. Boque



E

5. Minitrampolim

2. *Classifica as afirmações como verdadeiras ou falsas*

A. O trampolim Reuther é utilizado para ajudar na impulsão de saltos no plinto.

B. O salto ao eixo é realizado no Minitrampolim.

C. No Minitrampolim, a chamada deve ser realizada com os 2 pés em simultâneo (1 tempo).

D. Qualquer que seja o salto realizado, a receção deve ser realizada com um pé de cada vez (2 tempos).

Anexo 15 - Grelha de Avaliação Final - 1º semestre

| Percentagem (%) | | 5% | Capacidades + Conhecimentos+Atitudes | | | | | Classificação Final (0-5) |
|-----------------|------|--------------------|--------------------------------------|---------------|----------------|-------------|-----------------|---------------------------|
| | | | 95% | | | | | |
| Nº | Nome | (A) FITescola (5%) | Basquetebol (19%) | Andebol (19%) | Voleibol (19%) | Ténis (19%) | Ginástica (19%) | |
| 1 | | 0,15 | 0,76475 | 0,73625 | 0,836 | 0,7752 | 0,8645 | 4,1267 |
| 2 | | 0,15 | 0,5871 | 0,5586 | 0,6346 | 0,608 | 0,81396 | 3,35226 |
| 4 | | 0,15 | 0,7258 | 0,7543 | 0,6688 | 0,6764 | 0,81016 | 3,78546 |
| 5 | | 0,15 | 0,84075 | 0,81225 | 0,836 | 0,8588 | 0,8265 | 4,3243 |
| 6 | | 0,15 | 0,8208 | 0,7923 | 0,8208 | 0,8208 | 0,81871 | 4,22341 |
| 8 | | 0,15 | 0,8208 | 0,80655 | 0,8208 | 0,8208 | 0,8398 | 4,25875 |
| 9 | | 0,15 | 0,6745 | 0,7315 | 0,7125 | 0,6232 | 0,722 | 3,6137 |
| 10 | | 0,05 | 0,662625 | 0,662625 | 0 | 0,741 | 0,8455 | 2,96175 |
| 12 | | 0,1 | 0,57285 | 0,5871 | 0,6631 | 0,5852 | 0,7866 | 3,29485 |
| 13 | | 0,15 | 0,72675 | 0,7125 | 0,8075 | 0,7068 | 0,86963 | 3,97318 |
| 14 | | 0,15 | 0,5833 | 0,5833 | 0,5738 | 0,6308 | 0,86241 | 3,38361 |
| 15 | | 0,1 | 0,66975 | 0,66975 | 0,8075 | 0,7904 | 0,85291 | 3,89031 |
| 16 | | 0,15 | 0,6251 | 0,5966 | 0,6346 | 0,646 | 0,81396 | 3,46626 |
| 18 | | 0,15 | 0,67165 | 0,7144 | 0,7904 | 0,8056 | 0,74556 | 3,87761 |
| 19 | | 0,15 | 0,78375 | 0,78375 | 0,8075 | 0,6916 | 0,82916 | 4,04576 |
| 20 | | 0,15 | 0,5833 | 0,5833 | 0,7353 | 0,7296 | 0,88616 | 3,66766 |
| 21 | | 0,15 | 0,73815 | 0,7809 | 0,7619 | 0,7676 | 0,74898 | 3,94753 |
| 22 | | 0,15 | 0,58805 | 0,5738 | 0,7353 | 0,608 | 0,88046 | 3,53561 |

Anexo 16 – Cartaz Fair-Play



5 E 6 DE ABRIL
ESCOLA SECUNDÁRIA ENGº ACÁCIO
CALAZANS DUARTE



**26º TORNEIO
FAIR-PLAY
(À SEGUNDA É DE VEZ)**



INSCRIÇÕES ATÉ
28 DE MARÇO

11 FESTIVIDADES
POR EQUIPA

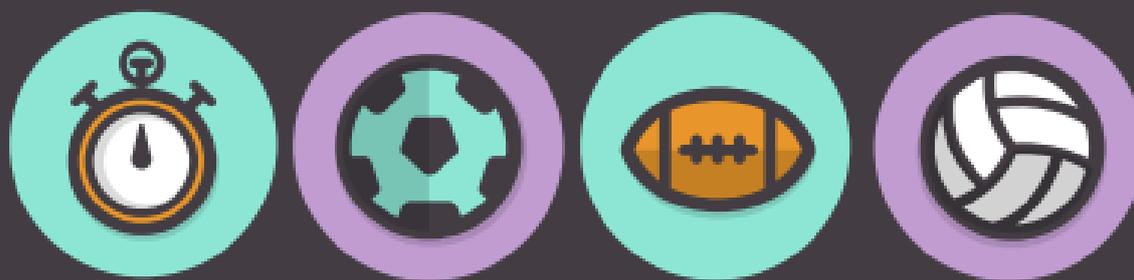
FUTSAL | BASQUETEBOL | VOLEIBOL | TRAÇÃO À CORDA

NÃO PODES TER:

- MAIS DO QUE 50 FALTAS INJUSTIFICADAS
- 2 OU MAIS PARTICIPAÇÕES INDISCIPLINARES

EQUIPAS DE 8 A 10 ELEMENTOS + 1 DELEGADO





PROJETO OLIMPIADA SUSTENTADA
"NINGUÉM DEVE SER DEIXADO
PARA TRÁS"

SENTIR
"O CORPO ALCANÇA O
QUE A MENTE
ACREDITA."

ATIVIDADES DESPORTIVAS

16 DE MARÇO A 21 DE ABRIL
ESCOLA SECUNDÁRIA ENGº ACÁCIO
CALAZANS DUARTE

PARA MAIS INFORMAÇÕES, FALA COM O TEU
PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA OU COM OS
ELEMENTOS DO NÚCLEO DE ESTÁGIO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA



Anexo 18 - Certificado Leya - Escola Amiga 1



Certifica-se que Sara Espinha assistiu ao evento EAC - Direito a uma Escola Amiga!

Este evento decorreu no Youtube LeYa Educação, no dia 20 de Novembro de 2021 das 17:30h às 18:15h, tendo uma duração total de 45min.

A sessão foi dinamizada por Eduardo Sá, Adelino Calado, David Rodrigues, Bárbara Wong.

Notas biográficas:

Eduardo Sá

Doutorado pela Universidade de Coimbra, é psicólogo clínico, psicanalista e professor da Universidade de Coimbra e do ISPA. É autor de artigos e de livros científicos na área da psicanálise e da psicossomática e de livros de divulgação no âmbito da saúde familiar e da educação parental. É diretor da clínica "Bebés & Crescidos" e do "BabyLab" – Laboratório de Psicologia do Bebê da Universidade de Coimbra.

Adelino Calado

Licenciado em Educação Física e Desporto e pós-graduado em Administração e Gestão Escolar, é uma referência na área da educação e uma voz ativa em múltiplas fóruns de debate e discussão da educação em Portugal. Professor aposentado, liderou, durante 16 anos, o Agrupamento de Escolas de Carcaveiros, pioneiro na inovação pedagógica. É consultor no âmbito da gestão, administração e liderança escolar e tem uma vasta experiência na dinamização e no desenvolvimento de projetos educativos inovadores com vista ao combate do insucesso escolar.

David Rodrigues

Professor de Educação Especial, obteve o doutoramento e o título de "Agregado" pela Universidade de Lisboa. Lecionou em universidades portuguesas e estrangeiras (Bélgica, Brasil e China) e cessou a sua carreira docente em 2015 como Professor Catedrático. Trabalhou em projetos internacionais para a UNESCO, UNICEF e Humanité & Inclusion sobre temáticas de Direitos

A Direção de Marketing Escolar
LeYa Educação. Um ponto de encontro.



Anexo 19 - Certificado LeYa – Cidadania Digital



Certifica-se que Sara Espinha assistiu ao evento LeYa Educação | 31.º Encontro Digital - Cidadania Digital.

Este evento decorreu no Youtube LeYa Educação, no dia 27 de Janeiro de 2022 das 17:30h às 18:15h, tendo uma duração total de 45min.

A sessão foi dinamizada por Carlos Pinheiro.

Notas biográficas:

Carlos Pinheiro

Professor bibliotecário e coordenador intermunicipal da Rede de Bibliotecas Escolares. Área de especialização em Ciências da Comunicação. Formador de professores nas áreas das Tecnologias Educativas e das Bibliotecas Escolares. Participa com regularidade em conferências nacionais e internacionais, com comunicações no âmbito das novas tecnologias e do seu impacto no ensino e na leitura. Editor do repositório «Apps para Educação» e da plataforma MLD - Manual de Instruções para a Literacia Digital. Tem vários artigos publicados em jornais e revistas sobre tecnologias educativas, leitura e bibliotecas escolares.

A Direção de Marketing Escolar

LeYa Educação. **Um ponto de encontro.**



Anexo 20 - Certificado Leya - Escola Amiga 2



Certifica-se que Sara Espinha assistiu ao evento EAC | O papel do papel...e qual é o nosso? | Escola Amiga da Criança.

Este evento decorreu no Youtube LeYa Educação, no dia 10 de Fevereiro de 2022 das 17:30h às 18:15h, tendo uma duração total de 45min.

A sessão foi dinamizada por José Alberto Rodrigues.

Notas biográficas:

José Alberto Rodrigues

Professor da área de artes e tecnologias e docente das disciplinas de EV, ET e TIC. É mestre e doutor em Multimédia em Educação pela Universidade de Aveiro. Desde 1999 que é formador acreditado pelo Conselho Científico-Pedagógico da Formação Contínua de Professores, tendo sido formador em dezenas de ações de formação desde essa data até à atualidade. Foi presidente da APEVT e diretor do seu Centro de Formação de Professores; Membro do Conselho Nacional de Educação de 2014 a 2016; De 1998 a 2017 pertenceu à Comissão Organizadora do CINANIMA e foi Coordenador do Serviço Educativo deste festival; foi Juri em vários festivais de cinema como ShortCutz Ovar, IFF, FEST, CINANIMA, Curtas Sadinas, entre outros. É membro do secretariado nacional e permanente da ATE - Associação dos Trabalhadores da Educação, da FENED - Federação Nacional do Ensino e Investigação e membro da direção da Associação para Formação - ATE XXI e diretor do seu Centro de Formação. Autor de livros e manuais escolares, publica também, regularmente, em revistas científicas e em atas de encontros e congressos nacionais e internacionais. É Consultor Científico, Didático e Pedagógico do espaço online Cinema Sem Conflitos. Desde 2016 que se dedica à formação, promoção e colecionismo de livros móveis, animados e pop-up, dedicando parte do seu tempo disponível à paixão pela engenharia do papel e sendo autor e dinamizador do espaço online Up Up Pop-Up no Facebook.

A Direção de Marketing Escolar

LeYa Educação. **Um ponto de encontro.**



Anexo 21 – Certificado LeYa – Inovação Pedagógica

LEYa EDUCAÇÃO



Certifica-se que Sara Espinha assistiu ao evento LeYa Educação | 32.º Encontro Digital - Avaliar e Aprender numa Cultura de Inovação Pedagógica.

Este evento decorreu no Youtube LeYa Educação, no dia 24 de Março de 2022 das 17:30h às 18:15h, tendo uma duração total de 45min.

A sessão foi dinamizada por Domingos Fernandes.

Notas biográficas:

Domingos Fernandes

Professor Catedrático no Dep. Ciência Política e Políticas Públicas do ISCTE e investigador integrado da Unidade de Investigação & Desenvolvimento em Educação e Formação no Instituto de Educação da Universidade de Lisboa. Tem sido coordenador de programas de Mestrado e de Doutoramento em Educação na especialidade de Avaliação em Educação. Tem sido professor visitante numa diversidade de universidades internacionais tais como a Texas A&M University, nos Estados Unidos, a Universidade de São Paulo (USP), a Universidade Federal de Uberlândia (UFU) e a Universidade Federal do Paraná (UFPA), no Brasil, e a Universidade de La Salle, na Colômbia. É autor de cerca de 200 publicações. O seu último trabalho intitula-se Para Um Enquadramento Teórico da Avaliação Formativa e da Avaliação Sumativa das Aprendizagens Escolares e foi publicado no Brasil, em 2019. É coordenador nacional do Projeto MAIA.

A Direção de Marketing Escolar

LeYa Educação. Um ponto de encontro.

LEYa EDUCAÇÃO

ASA

SECRETARIA

SECRETARIA

Teledo

Anexo 23 - Certificado – A Importância da Psicologia no alto rendimento



Anexo 22 - Certificado - Inclusão de Jovens pelo Desporto



Anexo 25- Certificado - Casa do Professor

Centro de Formação
casadoprofessor



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Certifica-se que Sara Margarida Monteiro Espinha

participou no webinar "Quem manda no Excel sou eu!" com a duração de 1h30, que decorreu no dia 3 de maio de 2022 das 18h30 às 20h00.

Diretor do Centro de Formação



instituição de utilidade pública
av. central, 106-110 // 4710-229 braga
tel 253 609 250

casadoprofessor.pt
geral@casadoprofessor.pt
nipc 500862192

wbyxv3w



CF IMP 204.0

Anexo 24 - Certificado - Tempos Brilhantes

escola ON



GESTÃO DE COMPORTAMENTOS

Certificado de Participação

Certificamos que Sara Margarida Monteiro Espinha, portador(a) do NIF. 266177417 participou na ação de capacitação **Gestão de Comportamentos** realizada no dia **11/03/2022** com a duração total de **2 horas**, através da **Plataforma Escola ON**, com o objetivo de desenvolver/aperfeiçoar competências e enfatizar o seu papel enquanto gestor(a) e modelo de comportamentos assertivos.

Formadores/as:

Ana Rita Tomás e Lorena Alvarez

Anexo 26 - Certificado - Jornadas Técnicas de Corrida IPL



Certificado

Paula Marisa Lopes Gomes, Diretora dos Serviços da Escola Superior Educação e Ciências Sociais, (ESECS), de Leiria, do Politécnico de Leiria certifica que **Sara Margarida Monteiro Espinha** portador do documento de identificação n.º 266177417 participou como formando na ação de formação abaixo identificada:-----

Designação: Jornadas Técnicas da Corrida. -----

Código: 254931061. -----

Entidade Formadora: Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, de Leiria. -----

Data: 30 de abril de 2022. -----

Duração: 4 horas. -----

Tipologia: Formação presencial. -----

Unidades de Crédito: 0.8. -----

Leiria, 06 de maio de 2022-----

A Diretora dos Serviços,

Paula Marisa Lopes Gomes

(No uso da competência delegada pelo Despacho nº 8237/2021, do Sr. Diretor da ESECS, publicado no D.R. n.º 161, 2.ª série, em 19 de agosto)

Anexo 27 - Certificado - FITescola UL

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

f MH FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA

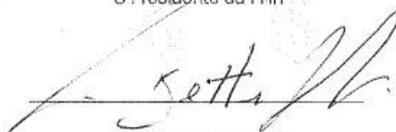
CERTIFICADO WEBINAR

Sara Espinha

Certifica-se que Sara Espinha, portadora do cartão cidadão n.º14548091, assistiu ao Webinar com o tema **"Ciclo de Conferências «Ciência Descomplicada» - FITescola@ -** que se realizou no dia 20 de setembro de 2021.

Cruz Quebrada, 20 de setembro de 2021

O Presidente da FMH



Luis Bettencourt Sardinha



Anexo 28 - Certificado - Treinadores de Portugal (Comunicação)



CERTIFICADO

A Confederação de Treinadores de Portugal certifica que

Sara Espinha

portador do NIF nº 266177417 participou na ação de formação à distância com o código nº 202531598, intitulada "*Comunicação entre o Treinador e os Encarregados de Educação*", com a duração de 2 horas, creditada com 0.4 Unidades de Crédito.

Oeiras, 13 de maio de 2022

Pedro Sequeira
Presidente da Confederação de
Treinadores de Portugal



Anexo 29- Certificado – Treinadores de Portugal (Nutrição No Desporto)



CERTIFICADO

A Confederação de Treinadores de Portugal certifica que

Sara Margarida Monteiro Espinha

portador do NIF nº 266177417 participou na ação de formação à distância com o código nº 202531706, intitulada "*Acompanhamento Nutricional no Desporto*", com a duração de 2 horas, creditada com 0.4 Unidades de Crédito.

Oeiras, 25 de maio de 2022

Pedro Sequeira
Presidente da Confederação de
Treinadores de Portugal



Anexo 30 - Certificado Leya - Encontro Digital



Certifica-se que Sara Espinha assistiu ao **evento LeYa Educação | 33.º Encontro Digital - Novos Desafios, novas soluções digitais.**

Este evento decorreu no Youtube LeYa Educação, no dia 17 de Maio de 2022 das 17:30h às 18:15h, tendo uma duração total de 45min.

A sessão foi dinamizada por Carlos Nunes.

Notas biográficas:

Carlos Nunes

Licenciado em Ensino de Informática. Formador de professores na área das Tecnologias Educativas e professor de informática no Agrupamento de Escolas de Silves Sul. Autor de diversos manuais escolares da disciplina de TIC e de vídeos didáticos, sobre diversas ferramentas e aplicações, no canal YouTube «A Pensar em», que contam mais de 3 milhões de visualizações

A Direção de Marketing Escolar

LeYa Educação. **Um ponto de encontro.**



Anexo 31 – Certificado Programa de Educação Olímpica



CERTIFICADO

O Comité Olímpico de Portugal confere o presente Certificado a

Sara Espinha

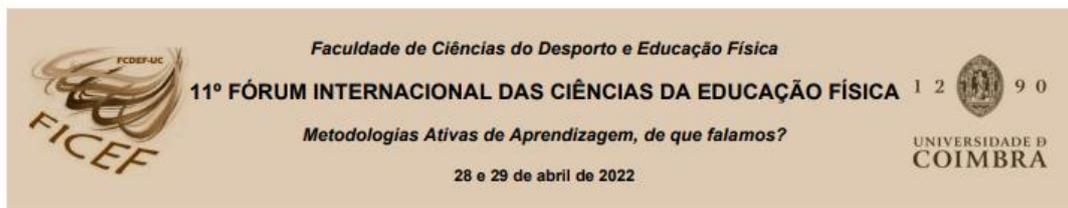
pele trabalho desenvolvido na promoção da
Educação Olímpica através da implementação do projeto
Olimpíada Sustentada: ninguém deve ser deixado para trás

Lisboa, 3 de junho de 2022

José Manuel Constantino
Presidente do Comité Olímpico de Portugal

www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt

Anexo 32 - Certificado FICEF



DIPLOMA

Sara Margarida Monteiro Espinha apresentou o trabalho *A percepção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física* no 11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Portugal.

Coimbra, 28 e 29 de abril de 2022

A coordenadora do MEEFEBS

Assinado por: **ELSA MARIA FERRO RIBEIRO DA SILVA**
Num. de Identificação: 05333351
Data: 2022.06.08 12:19:21+01'00'

(Prof.^a Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

Organização: Elsa Silva - Catarina Amorim - Duarte Messias - Josué Vieira - Mariana Sousa

Anexo 33 - Legitimação da entrevista e identificação do entrevistador

Na qualidade de professores estagiários de Educação Física, a realização da entrevista proposta surge na sequência de um trabalho no âmbito da unidade curricular de Investigação-Ação com o objetivo de caracterizar a perceção dos alunos do ensino secundário, em relação à disciplina de Educação Física. Com a entrevista, procuramos recolher dados, a partir do próprio discurso dos alunos e alunas, que permitam a construção de um questionário para posterior aplicação. O público-alvo são os alunos e alunas do ensino secundário do Agrupamento. A seleção dos participantes nas entrevistas, procede a partir de uma seleção de seis alunos dos cursos científico-humanísticos e de seis alunos dos Cursos Profissionais, das turmas que serão sorteadas, com igual distribuição por sexo, perfazendo 6 alunos e 6 alunas entrevistadas no total. Uma outra variável que pretendemos incluir na seleção é o seu nível de desempenho na Educação Física, tendo para o efeito criado uma tabela (anexo 1) com base nos critérios ano de escolaridade, turma, nível de desempenho em EF no ano letivo anterior, de forma a garantir uma distribuição equitativa de participantes por critério. As entrevistas serão realizadas em grupo (6 alunos por curso). Existindo consentimento por parte dos respetivos encarregados, a voz dos alunos e alunas será captada em gravador, com respeito pelas definições de anonimato e de confidencialidade, e demais condições previstas normas de proteção de dados em vigor, sendo o registo unicamente utilizado para fins desta investigação e destruído após a sua conclusão.

| Blocos Temáticos | Objetivos | Questões | Observações |
|-------------------------|--|---|--|
| Motivação | <ul style="list-style-type: none">Identificar os fatores associados pelos alunos à motivação durante as aulas. | <ul style="list-style-type: none">O que vos motiva numa aula?Consideram que o tempo de prática influencia a vossa motivação?O que vos poderia aumentar a motivação? Porquê? | A motivação pode estar: <ul style="list-style-type: none">no prazer sentido da aula;no gosto das modalidades;na perceção de capacidade de cada um;pelo sentido de obrigação;estar com outros;mostrar que se sabe. |

| | | | |
|---|--|---|---|
| Conteúdos | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a importância atribuída aos diferentes conteúdos da EF. • Conhecer a experiência vivida pelos alunos na abordagem aos conteúdos ao longo da escolaridade. | <ul style="list-style-type: none"> • Consideram que os conteúdos abordados em aula são importantes? Porquê? • Como é que acham que os conteúdos deviam estar organizados? • Quais os conteúdos (matérias) que consideram mais interessantes? Porquê? • Há conteúdos que deveriam ter mais/menos tempo? E deviam ser trabalhados em todos os anos? Então como? | <ul style="list-style-type: none"> • Há conteúdos que poderiam não ser trabalhados na vossa opinião? Porquê? • Que conteúdo gostavam de aprender? Porquê? |
| Currículo e Avaliação | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a perceção dos alunos sobre o sistema de avaliação em EF. | <ul style="list-style-type: none"> • Como é feita a avaliação na disciplina de Educação Física? • Conhecem os critérios de avaliação? • Quem faz a avaliação normalmente? Podem-se avaliar? Quando? E avaliar os outros? • Gostam da forma como são avaliados nesta disciplina? • Há algo que mudariam? Como? E porquê? | <ul style="list-style-type: none"> • A autoavaliação serve para quê? |
| A Educação Física na qualidade de vida | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a importância atribuída à disciplina de EF em relação à sua qualidade de vida. | <ul style="list-style-type: none"> • Sentem que ao praticar exercício físico conseguem criar novas amizades ou fortalecer as que já existem? • Consideram que as aulas de Educação Física contribuem para uma melhoria do bem-estar global? • Com as aulas de Educação Física sentem-se motivados a praticar exercício físico fora da escola? • Sentem que com as aulas de Educação Física conseguem melhorar o vosso desempenho nas outras disciplinas? • Conseguem compreender a prática de um desporto através das aulas de Educação Física? • Será que a EF vos dá ferramentas para uma vida futura ativa? • Acham que no futuro irão manter a prática de uma modalidade abordada nas aulas de Educação Física? Se sim, qual? Em que medida a EF vos motiva para isso? Porquê? | |

Anexo 34- Distribuição Equitativa das Diferentes Variáveis

| Científico- Humanístico | >Proficiência | < Proficiência | Sexo | |
|----------------------------|---------------|----------------|-----------|----------|
| | | | Masculino | Feminino |
| 10° | | X | X | |
| 10° | X | | | X |
| 11° | | X | X | |
| 11° | X | | X | |
| 12° | | X | | X |
| 12° | X | | | X |

2 alunos com menor proficiência do sexo masculino; 1 aluno com maior proficiência do sexo masculino; 1 aluno com menor proficiência do sexo feminino; 2 alunos com maior proficiência do sexo feminino.

| Curso Profissional | >Proficiência | < Proficiência | Sexo | |
|-----------------------|---------------|----------------|-----------|----------|
| | | | Masculino | Feminino |
| 10° | X | | X | |
| 10° | | X | | X |
| 11° | X | | X | |
| 11° | | X | X | |
| 12° | X | | | X |
| 12° | | X | | X |

1 aluno com menor proficiência do sexo masculino; 2 alunos com maior proficiência do sexo masculino; 2 alunos com menor proficiência do sexo feminino; 1 aluno com maior proficiência do sexo feminino.

Anexo 35 – Termo de Consentimento - Entrevistas

Ex.mo/a Sr./a Encarregado/a de Educação

O Núcleo de Estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Escola Secundária Eng. Acácio Calazans Duarte pretende desenvolver um trabalho de investigação sobre a perceção dos alunos em relação à disciplina de Educação Física, nomeadamente sobre os conteúdos abordados, o currículo e a avaliação, a sua motivação para a disciplina e o impacto desta na sua qualidade de vida. O trabalho realiza-se sob a orientação do Prof. Doutor Paulo Renato Nobre, da Universidade de Coimbra, com a colaboração do orientador da escola Prof. Cláudio Sousa.

O estudo envolve entrevistas de grupo, de curta duração, a um conjunto de doze alunos e alunas do ensino secundário, divididos em grupos. No momento das entrevistas será captada a voz dos alunos através de um gravador, para uso restrito desta investigação, garantindo-se o anonimato e confidencialidade dos dados. No quadro da Lei nº 58/2019 de 8 de agosto, são respeitadas as disposições constantes do Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais e à livre circulação desses dados, e Recomendações e instruções emitidas pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPd), sendo os registos de voz eliminados após a conclusão do estudo.

A participação dos alunos é voluntária e será precedida pela autorização dos respetivos Encarregados de Educação. O/A seu/sua educando/a foi selecionado/a para participar num destes grupos de entrevistados, motivo pelo qual vimos solicitar a sua autorização para que o/a possamos entrevistar em grupo, preenchendo o formulário seguinte, a devolver na sala do material de Educação Física, a um dos professores que esteja presente, no máximo até dia 17 de dezembro. Para o efeito, as entrevistas serão realizadas no dia 22 de dezembro, às 14h15, como ponto de encontro o gabinete de Diretores de Turma.

CONSENTIMENTO INFORMADO

Eu, _____,

Encarregado/a de Educação do/a) aluno/a) _____,

da turma ____ autorizo a participação do meu educando no estudo elaborado pelo Núcleo de Estágio Pedagógico da Escola Secundária Eng. Acácio Calazans Duarte, sob a supervisão do Prof. Doutor Paulo Nobre e do Prof. Cláudio Sousa, na disciplina de Educação Física, intitulado de “Perceção dos alunos face à disciplina de Educação Física”.

Este estudo tem como objetivo conhecer a perceção dos alunos do ensino secundário em relação à disciplina de Educação Física. São respeitadas as recomendações e instruções emitidas pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPd), sendo os registos de voz eliminados após a conclusão do estudo e os dados utilizados anonimamente, para o propósito da investigação.

Marinha Grande, ____ de _____ de _____.

Assinatura do Encarregado de Educação

Assinatura do Aluno

Anexo 36 - Matriz do Questionário- A percepção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física

No âmbito da Unidade Curricular de Relatório de Estágio, do Mestrado em Ensino de Educação Física em Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, estamos a desenvolver uma investigação que tem como objetivo estudar as percepções dos alunos sobre a disciplina de Educação Física, para o que solicitamos a tua colaboração.

Para o efeito, pretendemos aplicar o questionário “A percepção dos alunos do Ensino Secundário face à disciplina de Educação Física?”. O questionário inclui questões sobre a motivação e conteúdos e matérias, assim como sobre currículo e avaliação e a Educação Física na qualidade de vida.

O questionário é anónimo, sem recolha de quaisquer dados pessoais que permitam identificar o(a) aluno(a). É garantido aos inquiridos que os dados recolhidos serão mantidos confidenciais, respeitando os princípios deontológicos de investigação em ambiente educativo e no quadro definido pela Comissão Nacional de Proteção de Dados.

| Bloco Temático | Objetivos | Questão | Tipo de Resposta | Escala Utilizada |
|----------------------------------|--|---|-------------------------|---|
| I. Motivação para as aulas de EF | Identificar a percepção de motivação para as aulas | 1-Considero que me sinto mais motivado quando o tempo de prática é maior nas aulas de Educação Física. 2-Considero que me sinto mais motivado quando o professor incentiva os alunos. 3- Considero que me sinto mais motivado quando o professor é exigente. 4- Considero que me sinto mais motivado quando trabalho em grupo. 5- Considero que me sinto mais motivado quando pratico modalidades e tarefas do meu interesse. | Escala de Likert | Escala de Likert <i>“assinala o teu grau de concordância, na escala entre 1 – Discordo totalmente e 5 - Concordo Totalmente”</i> |
| | -Determinar formas de potenciar a | 6- A minha motivação pode aumentar se as tarefas forem adaptadas ao meu nível de aprendizagem. | | |

| | | | | |
|-------------------------------------|--|---|--|--|
| | <p>motivação para as aulas</p> | <p>7- A minha motivação pode aumentar se o meu professor for bom a ensinar.</p> <p>8- A minha motivação pode aumentar se professor reduzisse o tempo das tarefas de aquecimento.</p> <p>9- A minha motivação pode aumentar se trabalhar em grupo com colegas com um nível de desempenho superior ao meu.</p> <p>10- A minha motivação pode aumentar se trabalhar em grupo com colegas com um nível de desempenho inferior ao meu.</p> | | |
| | <p>-Identificar o grau de motivação dos alunos para as aulas de EF</p> | <p>11- Sentes-te motivado/a para as aulas de EF?</p> | <p>Escala de avaliação (tipo Likert)</p> | <p>Escala tipo Likert <i>“Indica o teu grau de motivação na escala entre 1- Nada motivado e 7- Totalmente motivado”</i></p> |
| <p>II. Conteúdos e Matérias</p> | <p>- Identificar a importância atribuída aos diferentes conteúdos da EF.</p> | <p>1- Para mim a disciplina de Educação - Física é importante na escola.</p> <p>2- <i>“É importante compreender e identificar o que o que leva os alunos a querer participar nas aulas de Educação Física”</i>. Ao ler esta afirmação:</p> | <p>Escala de Likert</p> | <p>Escala de Likert <i>“assinala o teu grau de concordância, na escala entre 1 – Discordo totalmente e 5 - Concordo Totalmente”</i></p> |
| | <p>- Conhecer a experiência vivida pelos alunos na abordagem aos conteúdos ao longo da escolaridade.</p> | <p>3- Os conteúdos/modalidades que são abordados em Educação Física devem ser os mesmos todos os anos:</p> <p>4- Pensando na minha participação nas aulas de Educação Física, o meu grau de concordância em relação à seguinte afirmação é:</p> <p><i>“As atitudes dos alunos em relação à Educação Física são influenciadas pela</i></p> | | |

| | | | |
|--|--|---------------------------|---|
| | <p><i>imagem que têm de si próprios, pela sua família e pelo meio envolvente”.</i></p> <p>5- Considero que os conteúdos/modalidades de Educação Física deviam ser organizados pelo professor de forma diversificada, tendo em conta os espaços atribuídos.</p> | | |
| | <p>6- Para mim os conteúdos/modalidades coletivas abordadas nas aulas mais interessantes (as que gosto mais) são:</p> | <p>Escala Nominal</p> | <p><i>“Assinala os 2 conteúdos/modalidades que consideras mais interessantes”</i></p> <p>1) Basquetebol 2) Futebol 3) Voleibol 4) Andebol 5) Ginástica acrobática 6) Ginástica rítmica</p> |
| | <p>6.1. Tendo em conta as modalidades coletivas, a escolha deve-se a:</p> | | <p><i>“assinala 1 resposta, aquela que consideras mais correta”.</i></p> <p>- Gostar da prática de determinada modalidade; - Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade; - Pelas minhas vivências pessoais passadas; - Pelo espírito de equipa que estas modalidades têm; - Pela intensidade da modalidade.</p> |
| | <p>7-Para mim os conteúdos/modalidades individuais abordadas nas aulas mais interessantes (as que gosto mais) são:</p> | | <p><i>“Assinala os 2 conteúdos/modalidades que consideras mais interessantes”</i></p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <ol style="list-style-type: none"> 1) Patinagem 2) Orientação 3) Jogos Tradicionais 4) Dança 5) Ténis 6) Badminton 7) Escalada 8) Ginástica de solo |
| | | 7.1. Tendo em conta as modalidades coletivas, a escolha deve-se a: | <p><i>“assinala 1 resposta, aquela que consideras mais correta”.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gostar da prática de determinada modalidade; - Pelo facto de ter aptidão (facilidade) para a modalidade; - Pelas minhas vivências pessoais passadas; - Pelas características técnicas; - Pela intensidade da modalidade. |
| | | 8- Se tivesse oportunidade de escolher uma modalidade para aprender na escola seria: | <p><i>“assinala 1 resposta, aquela que consideras mais correta”.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Equitação; 2) Natação; 3) Surf/Bodyboard; 4) Patinagem 5) Canoagem 6) Tiro com arco 7) Râguebi 8) Corfebol 9) Outra: Qual?_____ |

| | | | | |
|----------------------------------|--|---|-------------------------|---|
| III. Currículo e Avaliação | -Identificar de que forma os alunos percebem a Educação Física na adoção de estilos de vida saudáveis. | 1- Considero que em Educação Física adquiro aprendizagens relacionadas com diferentes modalidades desportivas e com a adoção de estilos de vida saudáveis. | Escala de Likert | Escala de Likert <i>“assinala o teu grau de concordância, na escala entre 1 – Discordo totalmente e 5 - Concordo Totalmente”</i> |
| | | Considero que as aulas de Educação Física devem ocorrer maioritariamente no horário... Considero que as aulas de Educação Física devem acontecer... | Escala Nominal | <i>“seleciona apenas uma opção”</i> |
| | -Identificar de que forma os alunos percebem os critérios de avaliação e quais os parâmetros que os mesmos consideram mais importantes na disciplina de Educação Física. | 2-Sei como é realizada a minha avaliação na disciplina Educação Física. 3- Conheço os critérios de avaliação da disciplina de Educação Física. 4- Considero que a forma de avaliar os alunos, na disciplina de Educação Física, deve ser adaptada em função de cada modalidade. 5- Acho que a parte prática das aulas de Educação Física deve ser aquela a que o professor deve dar uma maior ponderação na avaliação. | Escala de Likert | <i>Escala de Likert “assinala o teu grau de concordância, na escala entre 1 – Discordo totalmente e 5 - Concordo Totalmente”</i> |
| | -Identificar de que forma os alunos interpretam o e percebem o currículo e a autoavaliação da disciplina | 6- Na minha opinião, durante o momento avaliativo, o professor deve ter em conta o meu esforço. 7- O professor usa a minha autoavaliação para definir a minha nota. | | |

| | | | | |
|---|--|---|-----------------------------------|---|
| | de Educação Física | | | |
| | | 8- A minha autoavaliação serve para o professor ver se sei o que aprendi. | | |
| | | 9- Para mim a autoavaliação deve ser realizada no final de cada modalidade. | | |
| | | 10- Para mim, se a Educação Física contar para a média do Secundário, empenho-me mais na disciplina. | | |
| IV. Educação Física e Qualidade de Vida | -Identificar a perceção da importância da EF para a criação e fortalecimento de amizades | 1-Considero que, nas aulas de Educação Física o facto de trabalhar em equipa na prática dos jogos desportivos coletivos, favorece a criação e fortalecimento de amizades. | Escala de avaliação (tipo Likert) | Escala de Likert <i>“assinala o teu grau de concordância, na escala entre 1 – Discordo totalmente e 5 - Concordo Totalmente”</i> |
| | -Identificar a perceção da importância da EF para a melhoria do bem-estar | 2- Na minha opinião, a quantidade de aulas de Educação Física que tenho por semana, são insuficientes para prevenir uma rotina sedentária. | | |
| | -Identificar a perceção da importância da EF para a compreensão das modalidades. | 3- Penso que deveria de existir mais tempo de Educação Física para que os alunos compreendessem melhor o funcionamento e regras de cada desporto. | | |

| | | | | |
|--|--|---|-----------------------------------|--|
| | -Identificar a percepção da importância da EF para a melhoria do bem-estar | 4-Acho que a melhor altura do dia para se ter Educação Física é de manhã, porque fico com mais disponibilidade e concentração para as aulas das outras disciplinas. | | |
| | -Identificar a percepção da importância da EF para a prática de exercício Físico | 5- Se a aula de Educação Física for demasiada exigente a nível físico, sinto menos vontade em praticar exercício físico fora da escola. | | |
| | -Identificar a percepção da importância da EF para o desempenho nas outras disciplinas | 6- Sinto que consigo melhorar o desempenho nas outras disciplinas após a aula de Educação Física. | | |
| | -Identificar a percepção da importância da EF para a prática posterior de uma modalidade | 7- Considero que a escola é o único local onde pratico desporto porque não tenho outra oportunidade. 8-Considero que as aulas de Educação Física servem para estimular a prática da atividade física na minha vida futura. | | |
| V. Grau de satisfação face às aulas de Educação Física | -Identificar o grau de satisfação dos alunos face às aulas de Educação Física | 1- Qual a tua satisfação global com as aulas de Educação Física? | Escala de Avaliação (Tipo Likert) | Escala tipo Likert “Indica o teu grau de satisfação na escala entre 1- Nada satisfeito (a) e 7-Totalmente Satisfeito (a)” |

| | | | | |
|--|--|---|----------------|--|
| | | 1.1-O teu nível de satisfação global em relação às aulas de Educação Física, deve-se a: | Escala Nominal | <p><i>Assinala 1 resposta, aquela com a qual te identificas.</i></p> <p>1) Sentires-te motivado (a) para as aulas.</p> <p>2) Pelos conteúdos e matérias abordados em aula.</p> <p>3) Pela organização das matérias e a avaliação adotados na disciplina.</p> <p>4) Pelo impacto da Educação Física para a tua qualidade de vida.</p> |
| | | 2- Em relação à minha experiência na Educação Física durante a pandemia, a minha satisfação em relação às aulas: | Escala Nominal | <p>1) Aumentou.</p> <p>2) Manteve-se.</p> <p>3) Diminuiu.</p> |
| | | 3-Com a pandemia, a aptidão física (reforço muscular, força, etc.) foi trabalhada nas aulas à distância. Este aspeto, contribuiu para que desses mais importância à atividade física no futuro? | | <p>1) Sim.</p> <p>2) Não.</p> |

Quadro da Origem das perguntas

| Bloco Temático Motivação | |
|--------------------------|-------------|
| Quadro teórico | Entrevistas |
| | Pergunta 1 |
| | Pergunta 2 |
| | Pergunta 3 |
| | Pergunta 4 |
| | Pergunta 5 |
| | Pergunta 6 |
| | Pergunta 7 |
| | Pergunta 8 |
| | Pergunta 9 |
| | Pergunta 10 |

| | |
|--|--------------------|
| | Pergunta 11 |
| Bloco temático Conteúdos e Matérias | |
| Quadro teórico | Entrevistas |
| Pergunta 2 | Pergunta 1 |
| Pergunta 4 | Pergunta 3 |
| | Pergunta 5 |
| | Pergunta 6 |
| | Pergunta 6.1 |
| | Pergunta 7 |
| | Pergunta 7.1 |
| | Pergunta 8 |
| Bloco temático Currículo e Avaliação | |
| Quadro teórico | Entrevistas |
| | Pergunta 1 |
| | Pergunta 1.1 |
| | Pergunta 1.2 |
| | Pergunta 2 |
| | Pergunta 3 |
| | Pergunta 4 |
| | Pergunta 5 |
| | Pergunta 6 |
| | Pergunta 7 |
| | Pergunta 8 |
| | Pergunta 9 |
| | Pergunta 10 |
| Bloco temático Educação Física e qualidade de vida | |
| Quadro teórico | Entrevistas |
| | Pergunta 1 |
| | Pergunta 2 |
| | Pergunta 3 |
| | Pergunta 4 |
| | Pergunta 5 |
| | Pergunta 6 |
| | Pergunta 7 |
| | Pergunta 8 |
| Grau de satisfação face às aulas de Educação Física | |
| Quadro teórico | Entrevistas |
| | Pergunta 1 |
| | Pergunta 1.1 |
| | Pergunta 2 |
| | Pergunta 3 |

Anexo 37 - QRCode do Questionário

