

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
INFANTA DONA MARIA JUNTO DA TURMA
DO 9ºC NO ANO LETIVO 2021/2022**

**PERCEÇÕES DOS ALUNOS SOBRE AS APRENDIZAGENS
REALIZADAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

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

junho de 2022

Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias

2017228167

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
SECUNDÁRIA INFANTA DONA MARIA JUNTO DA TURMA DO 9º C NO
ANO LETIVO 2021/2022**

**PERCEÇÕES DOS ALUNOS SOBRE AS APRENDIZAGENS REALIZADAS EM
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Relatório de Estágio Pedagógico de 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

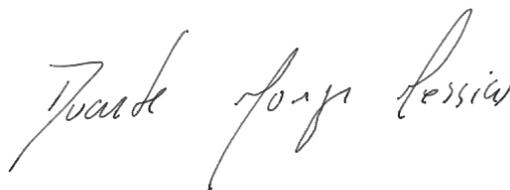
COIMBRA/ 2022

Esta obra deve ser citada como:

Messias, D. (2022). Relatório de estágio pedagógico desenvolvido na escola secundária infanta dona maria junto da turma do 9ºC no ano letivo 2021/2022. Relatório de Estágio Pedagógico, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal.

Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias, aluno nº 2017228167 do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (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 125 do Regulamento Académico da UC - Regulamento nº 805-A/2020, de 24 de setembro de 2020.

Coimbra, 20 de junho de 2022

A handwritten signature in black ink, reading "Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias". The signature is written in a cursive style with a large initial 'D'.

“O que dá o verdadeiro sentido ao encontro é a busca, e é preciso andar muito para se alcançar o que está perto.”

José Saramago

AGRADECIMENTOS

Ao Professor Mestre Rafael Baptista pela orientação, apoio, disponibilidade e por todos os ensinamentos que me serão úteis para toda a vida.

Aos supervisores deste Estágio Pedagógico, Professor Doutor Paulo Nobre e Professora Doutora Maria João Campos, pelos seus contributos durante o presente ano.

À Professora Paula Duarte pela sua colaboração incansável.

Ao Núcleo de Estágio Pedagógico por todas as partilhas e cooperação no trabalho em grupo.

À turma do 9º C por se demonstrarem alunos exemplares e colaboradores em todas as atividades propostas.

Ao grupo de Educação Física pelo apoio prestado.

À família, namorada e amigos pelo carinho, encorajamento e apoio ao longo de todo o meu percurso académico e, sobretudo, durante a realização deste trabalho.

RESUMO

A profissionalização dos futuros docentes para a integração ideal dos diversos conhecimentos da área de Educação Física passa por um processo de prática profissional autónoma em contexto real, orientada e supervisionada, com a duração de um ano letivo.

O presente relatório de estágio pedagógico evidencia tudo aquilo que foi o seu processo de elaboração, com vista à obtenção do grau de Mestre de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, com base no perfil de desempenho do docente (D.L. nº 240/2001). Este constituiu o último passo no Mestrado da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, na Escola Secundária Infanta Dona Maria, e foi desenvolvido com a turma C do 9º ano de escolaridade, no ano letivo de 2021/2022. Refletimos sobre todas as ações realizadas no presente ano letivo, consubstanciadas na evidência científica, estruturando este documento nas seguintes secções: contextualização da prática desenvolvida; análise reflexiva da prática pedagógica; e aprofundamento do tema-problema.

O atual contexto pandémico originado pela COVID-19 teve um grande impacto em todas as áreas que dizem respeito ao Ensino, contudo, a Educação Física, pela prática e contacto que implica, acabou por ser alvo de grandes alterações e adaptações durante os últimos dois anos. Com efeito, surgiu a necessidade de realizar um estudo descritivo com o objetivo de perceber o impacto das aprendizagens realizadas em Educação Física tomando em conta a classificação obtida no ano anterior bem como as suas limitações em contexto pandémico.

No que diz respeito à metodologia de investigação, foi aplicado um questionário, em processo de validação, elaborado pelo Professor Doutor Paulo Renato Bernardes Nobre, a uma amostra de 175 alunos do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria, em Coimbra.

Os resultados apurados sugerem que para os alunos do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria as maiores aprendizagens na Educação Física dizem respeito à valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Aprendizagem, Contexto Pandémico, COVID-19.

ABSTRACT

The professionalization of future teachers for the ideal integration of the several acquirements in the area of Physical Education passes through a process of autonomous professional practice in a real context, guided and supervised, during one academic year.

This pedagogical internship report shows everything about its elaboration process, in order to obtain the Master in Teaching of Physical Education in Basic and Secondary School, based on the teacher's performance standards (D.L. n° 240/2001). This is the last step to complete this Master Degree at the Faculty of Sport Sciences and Physical Education in University of Coimbra, which was developed at Escola Secundária Infanta Dona Maria, in class C of the 9th grade, in the academic year 2021/2022. This is a reflexive analysis based on all of the actions carried out in this year, supported by scientific evidence. This document is structured in the following sections: contextualization of the developed practice; reflective analysis of pedagogical practice; and deepening of the issue-problem.

The current pandemic context caused by COVID-19 produced a great impact on Education, however, Physical Education, due to the involved practice and contact, has become a subject of major changes and adaptations during the last two years. Therefore, it arose the need to carry out a descriptive study with the objective of understanding the impact of the learning carried out in Physical Education and its limitations in a pandemic context in relation to the classification obtained in the previous year.

Regarding the research methods, a questionnaire prepared by Professor Paulo Renato Bernardes Nobre was applied, which is in the validation process, including a sample of 175 students of Escola Secundária Infanta Dona Maria, in Coimbra.

The results obtained for students of Escola Secundária Infanta Dona Maria suggest that the valorization of ethics, sportsmanship, responsibility, cooperation, solidarity and civic awareness were the greatest learnings in Physical Education.

Keywords: *Pedagogical Internship, Physical Education, Learning, Pandemic Context, COVID-19.*

ÍNDICE

RESUMO	ix
ABSTRACT	x
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO I- CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	2
1. Narrativa da Vida Pessoal.....	2
2. Caracterização do Contexto.....	3
2.1. A Escola.....	3
2.2. O Grupo Disciplinar	4
2.3. O Núcleo de Estágio Pedagógico	4
2.4. O Orientador e os Supervisores Pedagógicos.....	5
2.5. A Turma.....	5
CAPÍTULO II- ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA	8
1. Área 1- Atividades de Ensino-Aprendizagem.....	8
1.1. Planeamento	9
1.1.1. Plano Anual	10
1.1.2. Unidades Didáticas	11
1.1.3. Planos de Aula.....	12
2. Realização.....	15
2.1. Intervenção Pedagógica.....	15
2.1.1. Instrução	15
2.1.2. Gestão	20
2.1.3. Clima/ Disciplina.....	23
2.2. Projeto de Intervenção Pedagógica no 10º ano	25
2.3. Avaliação.....	26
3. Área 2- Organização e Administração Escolar.....	31
4. Área 3- Projetos e Parcerias Educativas	33

5. Área 4- Atitude Ético- Profissional	37
CAPÍTULO III- APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA	40
1. Introdução	40
2. Enquadramento Teórico	40
3. Questão/Problema.....	44
4. Objetivos.....	45
5. Metodologia de Investigação.....	45
6. Apresentação dos Resultados	48
7. Discussão dos Resultados.....	67
8. Limitações e Indicadores de Ação Futura	72
9. Conclusão	72
CONSIDERAÇÕES FINAIS SOBRE O ESTÁGIO PEDAGÓGICO	74
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	75
ANEXOS	81

LISTA DE TABELAS

Tabela 1- Avaliação Inicial por cada Unidade Didática lecionada- Turma 9º C.....	6
Tabela 2- População da Escola Secundária Infanta Dona Maria.....	47
Tabela 3- Categorização das Aprendizagens realizadas por finalidade da Educação Física	48
Tabela 4- Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)	50
Tabela 5- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica.....	51
Tabela 6- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida..	52
Tabela 7- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência	52
Tabela 8- Teste de H de Kruskal Wallis- Aprendizagens Realizadas em Educação Física e o Ano de Escolaridade	54
Tabela 9- Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar) e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano).....	55
Tabela 10- Desenvolvimento Da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar) e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano).....	56
Tabela 11- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)	57
Tabela 12- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)	57
Tabela 13- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano).....	58
Tabela 14- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano).....	58
Tabela 15- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)	59
Tabela 16- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)	60

Tabela 17- Teste de Correlação de Spearman- Classificação Obtida no Ano Anterior pelo 10º ano de escolaridade	61
Tabela 18- Teste de Correlação de Spearman- Classificação Obtida no Ano Anterior pelo 12º ano de escolaridade	62
Tabela 19- Educação Física e COVID-19: 10º e 12º ano	64
Tabela 20- Teste de U Mann-Whitney- Aprendizagens em Educação Física e o 10º e 12º ano	65

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1- Distribuição dos Participantes por Género.....	48
---	----

LISTA DE ANEXOS

Anexo I- Plano Anual.....	82
Anexo II- Mapa de Rotação de Espaços.....	83
Anexo III- Exemplo de uma Extensão e Sequência de Conteúdos	84
Anexo IV- Exemplo de um Plano de Aula.....	85
Anexo V- Exemplo de um Protocolo de Avaliação	86
Anexo VI- Exemplo de uma Matriz para um Teste de Avaliação de Conhecimentos...	88
Anexo VII- Exemplo de um Teste de Avaliação de Conhecimentos	89
Anexo VIII- Exemplo de uma Grelha de Avaliação	94
Anexo IX- Autoavaliação a meio da Unidade Didática	95
Anexo X- Autoavaliação no fim da Unidade Didática.....	96
Anexo XI- Autoavaliação no final do Período	97
Anexo XII- Cartaz do Projeto Plogging Escolar- “Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos”	98
Anexo XIII- Certificado de Participação do Projeto Plogging Escolar- “Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos”.....	99
Anexo XIV- Cartaz da Ação de Sensibilização para o “Calçado Adequado para a atividade física”	100
Anexo XV- Certificado de Participação da Ação de Sensibilização para o “Calçado Adequado para a atividade física”	101
Anexo XVI- Projeto Olimpíada Sustentada- “Ninguém deve ser deixado para trás” - “Move to be healthy and happy”	102
Anexo XVII- XVI Fórum da Educação de Penela “Desafios da Educação no séc. XXI- A Era digital e as Metodologias Ativas”	103
Anexo XVIII- 13th ICCE Congresso Mundial de Treinadores.....	104
Anexo XIX- Webinar- “Brincar e ser Ativo é Coisa Séria na Vida das Crianças”	105
Anexo XX- Seminário de Desporto “O Desporto precisa de todos. Como?.....	106
Anexo XXI- XXII Fórum Internacional do Desporto	107
Anexo XXII- II Encontro Internacional de Literacia e Saúde Mental Positiva.....	108
Anexo XXIII- Termos de Consentimento para o questionário A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação.....	109
Anexo XXIV- Questionário A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação	110

LISTA DE ABREVIATURAS

AE- Aprendizagens Essenciais

AA- Autoavaliação

AFI- Avaliação Formativa Inicial

AFP- Avaliação Formativa Processual

AS- Avaliação Sumativa

COVID-19- *Coronavirus Disease* 2019

DT- Diretora de Turma

ESIDM- Escola Secundária Infanta Dona Maria

EF- Educação Física

EFDAM- A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação

EP- Estágio Pedagógico

FCDEF-UC- Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

MAIA- Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica

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

NEE- Necessidades Educativas Especiais

NEP- Núcleo de Estágio Pedagógico

PASEO- Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória

REP- Relatório de Estágio Pedagógico

UD- Unidade Didática

UNICEF- Fundo das Nações Unidas para a Infância

INTRODUÇÃO

O presente trabalho insere-se na unidade curricular do Relatório de Estágio Pedagógico (REP), que integra o plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), no ano letivo 2021/2022.

Atualmente, deparamo-nos com a necessidade de o docente utilizar novas metodologias ativas que centrem o aluno no processo de aprendizagem. Conscientes do carácter educativo que envolve um Estágio Pedagógico (EP) e do nosso papel enquanto professores estagiários, assumimos uma posição de consumidor crítico de conhecimento e promotores criativos da aprendizagem, sob uma supervisão pedagógica assente nos princípios de indagação, intervenção crítica e valores participativos/emancipadores que contribuam para um desenvolvimento de uma visão democrática da educação escolar (Vieira et al., 2013).

O EP foi desenvolvido na Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), junto da turma C do nono ano de escolaridade, acompanhado pelo Professor Mestre Rafael Baptista, sob supervisão dos Professores Doutores Paulo Nobre e Maria João Campos.

Esta reflexão tem como objetivo analisar todos os pontos positivos, mas também aqueles em que há margem para melhoria, considerando que todo este processo contribui para um crescimento e desenvolvimento pessoal e profissional. Sendo assim, estruturamos este documento nas seguintes secções: contextualização da prática desenvolvida; análise reflexiva da prática pedagógica; e aprofundamento do tema-problema.

Por fim, pretendemos promover um ensino com resultados sólidos e universal, alcançando todos os alunos, e estimulando-os a participar no processo didático-metodológico, com vista à racionalização e eficácia do tempo de ensino (Bento, 2003). A Educação Física (EF) necessita de mudança, valorização e (trans)formação de uma identidade enquanto docentes. Pretende-se que esta identidade se inicie desde cedo, previamente ao ensino superior, através da socialização antecipatória. Posteriormente, e após uma formação inicial, esse processo continua ao longo de todo o percurso profissional (Batista, 2014). O EP é, por todos estes motivos, um momento crucial na construção da nossa identidade como futuros profissionais.

CAPÍTULO I- CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

Neste primeiro capítulo apresentamos a contextualização da prática desenvolvida, nomeadamente a narrativa da vida pessoal e a caracterização do contexto.

1. Narrativa da Vida Pessoal

A tomada de diferentes decisões no processo de construção da minha identidade levou-me a estar prestes a tornar-me professor de Educação Física (EF). Permitam-me que conheçam um pouco da minha história de vida, com a sua breve construção biográfica e plural, deste que pode ser considerado um método de investigação qualitativo e onde o adulto é um lugar de formação (Bourne, 2005).

Desde muito cedo que a vontade em seguir a área da EF começou a ganhar peso na minha vida. O facto de ter iniciado aos 9 anos de idade num desporto federado, e a prática das aulas de EF contribuíram para que houvesse, constantemente a imagem de um líder, um modelo a seguir. Debruçando-me sobre as referências culturais, certamente que o facto de descender de uma família de professores teve alguma influência neste gosto particular, mesmo que de forma inconsciente. Realço que, para além de todos os meus treinadores de andebol e professores de EF, foram algumas professoras, fora desta área, que contribuíram para que enveredasse pelo Ensino. Revivendo esses momentos tive a oportunidade de privar com duas docentes que, a partir do momento em que entraram na minha vida, ajudaram-me a percorrer o caminho que me fez chegar aqui.

No percurso do processo de formação académica, ter optado por Ciências do Desporto, e seguidamente por um mestrado em Ensino, foi o projeto de vida por mim traçado. Foi precisamente durante os últimos quatro anos de formação que a eleição da docência ganhou sentido da minha vida. Ao longo deste percurso, foram inúmeros os voluntariados e formações realizadas, com um crescimento mais profissionalizado na vertente de treinador de andebol, monitor de atividades extracurriculares, atividades de tempos livres e professor de atividades física desportiva junto do primeiro ciclo. Certamente foram estas experiências e vivências que me fizeram aperceber da nossa sociedade, dos desafios que esta acarreta e da necessidade de docentes mais preparados para responder aos estímulos que as novas gerações requerem.

As expectativas iniciais perante o Estágio Pedagógico (EP), refletidas no Plano de Formação Individual, centraram-se essencialmente na aplicação em contexto real de toda a bagagem de conhecimentos adquiridos.

Considero, por fim, que foram algumas divergências biográficas que fizeram aprimorar o meu ser, com vontade em ser reconhecido, motivado para fazer mais e melhor, mas acima de tudo com extrema vontade em ser feliz.

2. Caracterização do Contexto

No seguimento da narrativa de vida pessoal, caracterizamos a escola, o grupo disciplinar, o Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP), o orientador e os supervisores pedagógicos, e, por fim, a turma.

2.1. A Escola

O antigo Liceu Feminino de Coimbra iniciou, pela primeira vez, as suas atividades letivas a 26 de fevereiro de 1919, apesar da sua fundação remontar para o dia 14 de julho de 1918, na casa nº111 da Avenida Sá da Bandeira. A atual Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) conta com mais de 50 anos de existência. Tem ao seu dispor um conjunto alargado de infraestruturas direcionadas para o ensino básico (3º ciclo) e para o ensino secundário, fruto do projeto de intervenção do Programa de Modernização do Parque Escolar que remodelou e reorganizou muitas das suas atuais instalações.

Uma organização educacional primada pelos mais nobres valores que se encontra localizada no centro de Coimbra. No ano letivo 2021/2022, é constituída por 927 alunos, do 7º ano ao 12º ano de escolaridade. É reconhecida pelo seu valor académico, através da excelência que tem vindo a apresentar nas classificações escolares.

No que concerne ao seu projeto curricular, elaborado no presente ano letivo, pretende continuar a criar um Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), com princípios, valores e áreas de competência que obedecem ao currículo e que almejam a excelência de todos os alunos.

Para a prática de Educação Física (EF), a escola conta com cinco espaços desportivos: um polivalente, dois campos exteriores (com duas pistas de atletismo e uma caixa de areia) e um ginásio interior. Adicionalmente, tem ao dispor as piscinas municipais de Coimbra, com grande utilidade para a prática da Unidade Didática (UD)

de Natação. Habitualmente, também o pavilhão multidesportos Dr. Mário Mexia contribui para a prática letiva desta escola, no entanto, não se encontrou disponível neste ano letivo.

2.2. O Grupo Disciplinar

Sendo este um Estágio Pedagógico (EP) orientado para a vertente de Ensino, no processo de aprendizagem na área da docência, o grupo disciplinar de Educação Física (EF), no presente ano letivo, foi composto por oito docentes, três do género feminino e cinco do género masculino.

Um grupo disciplinar com características reveladoras de um ótimo espírito de camaradagem, total disponibilidade para ajudar e estabelecer ligações positivas, indicativos de bons seres humanos. A imagem e o contacto permanente com o nosso orientador da escola, Professor Mestre Rafael Baptista, contribuiu para que essas ligações se estabelecessem com mais facilidade entre todos os elementos.

São este tipo de contactos que nos permitem perceber que o trabalho aliado à união de um grupo, promove a concretização do mesmo objetivo, contribuir para que os alunos obtenham os melhores resultados em todas as áreas.

2.3. O Núcleo de Estágio Pedagógico

O Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP) integrou 4 elementos, todos do género masculino, com percursos, experiências e histórias de vida díspares.

A nível académico, a minha formação até ao ensino secundário passou por terras Mangualdenses, enquanto a minha formação, na área das ciências do desporto, teve lugar na *mui* nobre Faculdade de Ciências do Deposto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), desde a licenciatura no ano de 2017/2018. Os restantes três colegas, oriundos do Alentejo, de Coimbra, e Caldas da Rainha, viram também em Coimbra o melhor lugar para a sua formação académica.

Já com alguma convivência ao longo da licenciatura, foi apenas no decorrer do EP que pudemos enriquecer a nossa relação. Uma relação pautada por um bom espírito de trabalho conjunto, cooperação e entreaajuda. Toda esta colaboração foi também promovida pela orientação rigorosa e atenta do nosso orientador da escola, direcionando-nos para a evolução em termos individuais e de grupo.

2.4. O Orientador e os Supervisores Pedagógicos

No que toca ao orientador e aos supervisores do Estágio Pedagógico (EP) tivemos o prazer de trabalhar com três ilustres docentes na área da Educação Física (EF) e do desporto. Elementos que de forma harmoniosa souberam estar presentes e disponíveis para o respetivo acompanhamento ativo em todas as tarefas inerentes ao EP.

O papel de orientador da escola foi desempenhado pelo Professor Mestre Rafael Baptista, Mestre em Ciências do Desporto, Doutorando em Ciências do Desporto, docente de EF, treinador de basquetebol e fundador da Academia de Basquetebol de Coimbra, mas também antigo vereador com os pelouros da Educação e do desporto no município de Penela. Por sua vez, como supervisora pedagógica e diretamente associada à escola, tivemos a Professora Doutora Maria João Campos, Doutorada em Ciências do Desporto e EF na área da EF inclusiva, docente na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF-UC) e atleta internacional de rugby. Enquanto o Professor Doutor Paulo Renato Bernardes Nobre, com mais de 33 anos de experiência, Doutorado em Ciências do Desporto, na especialidade de Ciências da EF, ficou encarregue da supervisão pedagógica, diretamente associado ao relatório de EP e à parte investigativa.

2.5. A Turma

A caracterização da turma foi elaborada desde a primeira semana do presente ano letivo, com uma observação atenta e pormenorizada das aulas de EF, mas também graças ao trabalho realizado na área 2 do projeto de assessoria do cargo de gestão intermédia, em parceria com a Diretora de Turma (DT).

A turma do 9ºC sofreu alterações em termos da sua constituição do número de elementos. Inicialmente constituída por 20 alunos, ficou reduzida, no final do 1º período, a 19 alunos através da transferência de um elemento para outra escola. No arranque do 2º período, entraram para a turma dois novos alunos, ficando constituída por 21 alunos no total. Destes 21 alunos, 10 são do género masculino e 11 do género feminino, com idades compreendidas entre os 13 e os 14 anos de idade.

A partir da caracterização realizada em parceria com a DT, a nível de características específicas, apercebemo-nos que o número de horas de sono dos alunos ronda as 8 horas por dia. A residência da maior parte deles localiza-se na periferia de Coimbra e utilizam maioritariamente o transporte privado para se deslocarem até à escola. As disciplinas de Português e Matemática são aquelas onde apresentaram maiores dificuldades e na

disciplina de Educação Física (EF) maiores facilidades. Dois dos elementos da turma apresentam Necessidades Educativas Especiais (NEE), sem constrangimentos na prática da disciplina de EF. No que diz respeito ao comportamento, a turma apresentou-se ao longo do ano letivo merecedora de vários destaques positivos nos diferentes conselhos de turma. Ao longo das reflexões críticas, em quase todos os pontos que abordavam a dimensão clima e disciplina na aula de EF, os alunos destacaram-se no respeito, cumprimento de regras e na obediência. Realçamos umas das frases mais utilizadas nas nossas reflexões críticas: “O clima da aula foi bastante positivo. A nível disciplinar os alunos responderam positivamente a todas as atividades propostas. A turma revelou um comportamento que satisfaz o professor. Todos realizaram a aula conforme as regras de disciplina, com participação e envoltura positiva”.

A turma superou qualquer expectativa ao cumprir rigorosamente o que lhe era solicitado, ao aceitar as sugestões de forma tão ativa e ao respeitar o que lhe era transmitido. Foram estas razões pelas quais consideramos o desenvolvimento do nosso Estágio Pedagógico (EP) tão harmonioso.

A nível da prática de EF podemos encontrar na tabela seguinte alguns pontos que, numa primeira apreciação, caracterizaram a turma, para que mais à frente se comprove o sentido da evolução. A tabela encontra-se dividida em três níveis.

Tabela 1- Avaliação Inicial por cada Unidade Didática lecionada- Turma 9º C

	1º Período		2º Período			3º Período		
	Total: 20 alunos		Total: 21 alunos			Total: 20 alunos		
UD	Andebol	Ginástica de Solo	Futebol	Atletismo	Natação	Badminton	Orientação	
	5	7	10	6	1	6	0	
	14	9	10	15	17	11	20	
	1	4	1	0	3	3	0	
Legenda:  “Perigo”  “Alerta”  “Evoluído”								

Com base na análise da tabela, para a **matéria de Andebol**:

A nível técnico apresentavam dificuldades nas situações do remate em apoio e suspensão e nas mudanças de direção. A nível tático apresentavam dificuldades na situação de jogo. A situação defensiva tinha maior relevo e ofensiva menor.

Para a **matéria de Ginástica de Solo**, concluiu-se que apresentavam movimentos com muitos erros técnicos:

Identificámos muita recetividade relativamente à execução dos diferentes elementos gímnicos, desconhecendo muitos conteúdos alvos de Avaliação Formativa Inicial (AFI). O período pandémico fez com que o contacto prático com a matéria não tivesse sido realizado de forma ideal. Foi então perspetivada a necessidade de recuperar todos os conteúdos, colmatando algumas lacunas.

Para a **matéria de Futebol** identificámos que eram necessários abordar muitos aspetos técnicos de forma mais orientada:

A situação de jogo, a nível defensivo, era o ponto que nos preocupava mais, tanto no domínio cognitivo como psicomotor. O remate foi também outro aspeto técnico que exigiu mais trabalho e repetição. A condução de bola apresentou-se com um bom nível global. A turma revelou inicialmente uma boa margem de progressão.

Para a **matéria de Atletismo**, a corrida de barreiras e o salto em comprimento eram as modalidades com maiores dificuldades a nível técnico:

Na corrida de velocidade, apresentavam uma técnica com bastantes erros ao nível dos apoios e realizavam uma passada idêntica à marcha (receção ao solo com o calcanhar). No lançamento do peso, todos conseguiam projetar o engenho, apesar da qualidade técnica ser bastante inferior ao esperado.

Para a **matéria de Natação**, a generalidade dos alunos encontrava-se muito à vontade em meio aquático:

Identificámos que para um dos alunos era necessário começar com a adaptação ao meio aquático. Apesar de apresentarem um bom nível no conteúdo de respiração, aquando da realização das técnicas de nado a mesma perdia bastante qualidade. Maior parte dos alunos conhecia e realizava a base das técnicas de nado dos 3 estilos (*crawl*, costas e bruços).

Para a **matéria de Badminton**, na grande generalidade, a turma apresentou um bom nível nos domínios técnicos:

Gesto técnico do *lob* foi destacado pela positiva. *Amorti* e *Drive* em destaque pela negativa, não conseguiam realizar com sucesso a trajetória destes dois gestos técnicos. A situação de jogo era positiva no geral. Todos apresentavam um bom nível em situação de jogo 2vs2. A colocação do corpo e dos membros inferiores, consoante a trajetória do volante, era algo que necessitava de ser aprimorado por todos os elementos da turma.

Por fim, a **matéria de Orientação**, apercebemo-nos de que a turma nunca tinha tido contacto com esta Unidade Didática (UD):

A Avaliação Formativa Inicial (AFI) passou pelo conhecimento da capacidade de orientação e percepção espacial através de um determinado percurso. Conseguiram e tinham a capacidade de se deslocarem no mapa, correndo e analisando um determinado percurso. Apresentaram algumas dificuldades nas posições precisas no mapa e algumas faltas de referências que necessitavam de ser aprimoradas, no que diz respeito à simbologia.

Vários foram os pontos descritos que nos fizeram aperceber que, numa fase inicial os alunos apresentavam-se mais familiarizados com os jogos desportivos coletivos (Andebol, Futebol), e Natação e Badminton, do que com os desportos individuais como Ginástica de Solo e Atletismo. A Orientação foi uma matéria que nunca tinham tido a oportunidade de ter experienciado. Por esse motivo ter sido uma das razões que nos fizeram escolhê-la, tornando-se igualmente um desafio para nós.

As restrições impostas pela patologia da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), nos dois últimos anos, obrigou-nos a múltiplos confinamentos e isolamentos profiláticos, direcionando as aulas de Educação Física (EF) para um trabalho mais físico e menos prático. Contrariamente ao especulado, a matéria de Natação não comprovou essa tendência, muito por culpa das aprendizagens de base, fora do contexto escolar. Todavia, foi visível o comprometimento das aprendizagens na matéria de Ginástica de Solo.

CAPÍTULO II- ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

Neste segundo capítulo refletimos sobre a prática pedagógica, dividindo-as nas diferentes áreas: área 1, que se destina à atividade de ensino-aprendizagem (conceção/planeamento do ensino, realização e avaliação); área 2, referente à atividade de organização e gestão escolar; área 3, destinada aos projetos e parcerias educativas; e área 4, relativa à atitude ético-profissional.

1. Área 1- Atividades de Ensino-Aprendizagem

Analisamos em seguida a prática pedagógica desenvolvida, descrevendo os aspetos críticos da nossa intervenção no percurso global do Estágio Pedagógico (EP), orientada para o desenvolvimento profissional, destacando o planeamento, plano anual, Unidades Didáticas (UD) e os planos de aula.

Estivemos cientes de que devemos defender uma educação que não potencie a formatação, mas sim o desenvolvimento de capacidades e potencialidades, sendo necessário fornecer ferramentas aos alunos, que contribuam para um maior espírito crítico e criativo, capazes de se adaptarem, de serem autônomos e promovendo um diagnóstico-prescrição-controle que vá ao encontro das características de cada um dos intervenientes (Lopes et al., 2017).

1.1. Planeamento

O planeamento consistiu no primeiro passo pelo qual o professor estagiário passou na sua caminhada pelo Estágio Pedagógico (EP). Foi um meio que nos auxiliou no momento antes de agir, articulou as pretensões, que diziam respeito ao sistema de ensino, à sua realização prática (Bento, 2003). Todo o processo anterior à sua ação foi baseado num estudo prévio que definiu caminhos diretos, mas também alternativos, que ajudaram a atingir os objetivos propostos, independentemente das circunstâncias e da imprevisibilidade do momento. A planificação teve de ter em conta o planeamento que foi realizado a longo prazo, associado ao plano anual, mas também a médio prazo, relativo às Unidades Didáticas (UD) e o planeamento a curto prazo a que diziam respeito os planos de aula (Bento, 2003). Estes três níveis necessitavam de estar em perfeita harmonia, porque sendo dependentes uns dos outros, são necessários para dar uma resposta eficaz às exigências do ensino. A cada planeamento devia estar associado todos os documentos acessórios que suportavam e ofereciam a melhor qualidade de ensino a todos os alunos do nosso grupo de trabalho.

Sabíamos que os alunos tinham sido sujeitos, nos dois últimos anos, a uma grande transformação didático pedagógica. As alternâncias e adaptações nos formatos de ensino presencial para o *online* (Vilchez et al., 2021), fez-nos começar desde cedo no processo de planeamento.

As reflexões conjuntas dos referenciais curriculares homologados, Aprendizagens Essenciais (AE), Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), entre o Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP) e o orientador da escola, contribuíram para garantir uma aprendizagem segura e eficaz ao longo da projeção do ensino. Foram estes documentos que, pensados de forma flexível com o currículo, visaram garantir o respeito pelo perfil de formação no nosso ano de escolaridade (Roldão, 2018).

Tendo em conta o contexto pandémico em que vivemos, foram várias as vezes que tivemos de proceder a alterações e ajustes no planeamento, provenientes dos constrangimentos impostos. Todavia, acreditamos que todos estes fatores contribuíram para melhorar o nosso papel como professores estagiários no processo de planeamento.

1.1.1. Plano Anual

Atendendo aos princípios pedagógicos, psicológicos e didático-metodológicos, o professor estagiário planificou aquilo que constava nas Aprendizagens Essenciais (AE), considerando o nível pessoal, social, material e local, como guia no desenvolvimento dos alunos (Bento, 2003). O plano anual atendeu ao cumprimento dos objetivos, garantindo em todos os momentos, um eficaz processo de ensino-aprendizagem junto dos nossos alunos. As definições e decisões tiveram em conta os dados recolhidos, os comentários, as correções e pertinência, resultantes de uma reflexão cuidada e direcionada para as nossas turmas. O empenho e eficácia nesta tarefa foi o maior possível, procurando marcar pela diferença e inovação. No que diz respeito à sua elaboração, este processo permitiu-nos desenvolver um documento primordial e sólido.

A perspetiva global do presente ano letivo encontra-se espelhada no plano anual (anexo I). Um documento que não foi estanque, mas passível de ser alterado, principalmente à luz do contexto em que vivemos, apresentando dilemas ao longo do Estágio Pedagógico (EP).

As estratégias encontradas para ultrapassar algumas das dificuldades iniciais passaram por elaborar um plano anual, considerando o ano de escolaridade da nossa turma, as características, o meio, as sugestões metodológicas, as decisões conceptuais, a avaliação e as rotações de espaços (anexo II). Após reunidas todas as informações deste documento, considerámos a organização das matérias com base nos referenciais curriculares homologados, complementados com sugestões estratégicas através da ajuda da literatura da área.

No que diz respeito às aprendizagens realizadas, estas revelam que a consulta e análise da calendarização e rotação de espaços foram os suportes essenciais para a elaboração do plano anual. A necessidade de realizar constantes alterações ao longo do ano letivo, devido à imprevisibilidade do atual contexto pandémico, foi algo natural e que nos prepara para o desenvolvimento de documentos flexíveis. Ao longo da elaboração de um plano anual vemo-nos obrigados a questionar tudo e todos, podendo não ser visto de

forma tão desvantajosa quanto imaginada. Este ato de planejar torna-nos melhores profissionais, mais seguros de nós próprios, conscientes do conhecimento e mais confiantes para encarar os desafios desta profissão.

1.1.2. Unidades Didáticas

Todos os capítulos inerentes às Unidades Didáticas (UD) foram apresentados com coerência, sequência fundamentada, atendendo ao nível inicial dos alunos e a todas as aprendizagens da disciplina de Educação Física (EF). Mobilizámos diferentes conhecimentos e realizámos todas as respetivas extensões e sequências de conteúdos (anexo II). Todas as UD foram refletidas e articuladas com as matérias, permitindo dar continuidade à obtenção das finalidades da EF através dos respetivos referenciais curriculares homologados, da literatura da área e de autores mais atualizados. Assim, a conceção do processo de ensino-aprendizagem, esta nova realidade técnico-didática, atendeu a um conjunto de opções metodológicas, desde a sequência didática, coerência metodológica interna, à integração de todos os elementos (Pais, 2013). Todas as UD selecionadas tiveram como referências os modelos analíticos e globais, realçando os *Games Centered Approaches e o Teaching Games for Understanding*. Esta seleção dos modelos pretendia oferecer a respetiva centralidade de cada matéria no foco didático, integrando os diferentes saberes. Pretendeu-se realizar uma prática transferível, em que através dos seus princípios metodológicos as situações eram adaptadas e acessíveis à qualidade dos executantes da nossa turma. Todos os momentos foram previamente determinados através da Avaliação Formativa Inicial (AFI), mas em constante alteração com a Avaliação Formativa Processual (AFP). O foco residiu nas aprendizagens transferíveis e no aprofundamento tático que era realizado, provenientes dos processos cognitivos. O *Teaching Games for Understanding* auxiliou-nos a que tivéssemos como referência os quatro princípios pedagógicos de Thorpe e Almond (1986), desde a seleção do jogo, passando pela manipulação da complexidade, confronto com problemas táticos, ao aumento da complexidade tática. No que diz respeito ao primeiro período, este ficou destinado às UD de Andebol e de Ginástica de Solo. O segundo período às UD de Futebol, Atletismo e Natação. Por fim, no terceiro período às UD de Badminton e de Orientação. O FITescola foi realizado em três momentos distintos, tendo sido transversal a todos os períodos letivos. A escolha das UD, para além de atender à planificação de algumas

matérias basilares, fez com que optássemos por novos desafios e por sair da zona de conforto.

Debatemo-nos com alguns dilemas iniciais na elaboração das diferentes Unidades Didáticas (UD) através de várias questões. Como planejar e de que forma atingir os objetivos propostos. Todas estas questões necessitavam de respostas para podermos elaborar uma UD que atendesse aos pressupostos estabelecidos.

Como estratégias de superação, primámos pela inovação. Realizámos o plano anual numa primeira fase, em seguida investigámos sobre a história das respetivas matérias, mas também as suas características, inserindo as diversas habilidades e as respetivas regras. Através das Aprendizagens Essenciais (AE) e com base na Avaliação Formativa Inicial (AFI), projetámos os objetivos para a nossa turma considerando os temas mais preponderantes. Os recursos espaciais, materiais, temporais e humanos foram analisados, estruturando e organizando o ensino da matéria, a sua extensão de conteúdo em cada período e as estratégias de ensino que melhor se adequavam às características de cada aluno. Por fim, também delineámos os momentos de avaliação. Todos estes processos foram estruturados de forma flexível. Revelavam ser estratégias positivas para todos os que as acompanhavam. Optámos por matérias menos usuais, tanto por se apresentarem desconhecidas para os alunos como pelo desafio para nós docentes. Foram tomadas estas opções porque para além da necessidade de recuperar algumas AE, também tinha inerente a dependência de estratégias inovadoras.

Ao longo da elaboração das UD foram inúmeras as aprendizagens proporcionadas, fundamentais no processo pedagógico, com etapas claras de ensino e aprendizagem (Bento, 2003). Existiu a necessidade de um conhecimento prévio para ser possível transmitir aos alunos o gosto pela Educação Física (EF), a cultura desportiva e pela atividade física. No futuro a elaboração das UD contribuirá para o conhecimento das matérias e da articulação com o nível inicial dos alunos. Os objetivos devem ir ao seu encontro, ao mesmo tempo que são ambiciosos e realistas de acordo com o contexto existente.

1.1.3. Planos de Aula

O plano de aula, considerado a ação concentrada do professor, apoia-se no planeamento a longo prazo e representa a metodologia e a temporalidade de cada tarefa (Bento, 2003). A definição dos objetivos e dos processos dos planos de aula foram

realizados em concordância com as etapas das Unidades Didáticas (UD). A estrutura foi rigorosa e marcada pela pedagogia e terminologia própria da área. As estratégias e a organização garantiram um encadeamento ótimo entre cada aula, marcando pela diferença e inovação. Pretendíamos promover a literacia motora dos nossos alunos, fomentando e indo ao encontro das finalidades da Educação Física (EF), tema que abordamos adiante neste relatório, no estudo sobre as aprendizagens percecionadas pelos alunos nas aulas de EF.

As dificuldades na realização dos planos de aula começaram na filtragem da informação ideal, passando por perceber quais os exercícios a planificar em relação ao tempo útil de aula e o conhecimento no momento de adaptar. Considerar a função didática e os diferentes níveis dos alunos marcaram a elaboração dos nossos planos de aula nas primeiras semanas de Estágio Pedagógico (EP).

O pormenor e os aspetos organizativos da ação do professor, as componentes críticas e os critérios de êxito, numa primeira fase, foram detalhados em excesso. Caímos no erro de elaborar um plano extenso. Como estratégias para suprimir algumas das nossas dificuldades, primámos por evoluir no crivo da informação mais importante. Apresentámos a representação dos exercícios através de um esquema, o mais detalhado possível. Conseguimos ao longo deste processo de aprendizagem criar um plano claro e objetivo, auxiliador no momento de transmissão dos conhecimentos. Foram planos de aula perfeitamente legíveis para qualquer um dos nossos colegas. As estratégias de ensino foram definidas tendo em consideração as características da turma, lógica e objetiva que contribuíram para a especificidade da intervenção do professor, mas também para UD em causa. A nível temporal, planear uma sessão de 100 minutos foi diferente de planear uma de 50 minutos, muito pela da quantidade prática efetiva de aula. Os alunos da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) disponham de 10 minutos de tolerância, tanto para entrar como para sair da aula, o que destas sessões, efetivamente, resultavam em 90 minutos e 30 minutos, respetivamente.

Muitas das reflexões críticas dos nossos planos de aula, mas também do diário de EP, revelaram a UD de Natação como a mais desafiante em termos de planeamento, mas também o período e a tipologia das tarefas a colocar foram questões importantes a debater. As restrições impostas pelo contexto pandémico levaram duas aulas, 100 minutos, a 40 minutos úteis. Por outro lado, foi necessário analisar dois pontos, um por ambas serem no período da manhã, e outro por existir apenas um dia de intervalo entre a aula de quarta-feira (100 minutos) e sexta-feira (50 minutos). Apresentámos um maior número tarefas,

de baixa intensidade, nas aulas maiores e o oposto em aulas mais curtas. Em relação à função didática, todas estavam delineadas e coerentes em relação à extensão e sequência de conteúdos. Após a Avaliação Formativa Inicial (AFI), a introdução definiu a primeira fase de transmissão dos conteúdos programáticos e a exercitação o seguinte contacto, em que poderia existir a necessidade de reforçar o introduzido. A consolidação como o próprio nome indica, consolidou as etapas anteriores, havendo nesta fase a possibilidade de aumentar a dificuldade dos exercícios. Por fim, terminámos a Unidade Didática (UD) com a Avaliação Sumativa (AS), comprovando o que foi aprendido. Em relação aos diferentes níveis dos alunos, apesar da turma se ter apresentado bastante homogénea na sua globalidade em termos de prestação, houve a necessidade de apresentar diferentes exercícios. Cientes da resposta às necessidades dos alunos, mas também da oportunidade para planificar variantes para dar respostas a constrangimentos que podiam surgir. Elaborámos tarefas com dois agentes ativos, em que através delas pudéssemos regular a atividade desde o ensino à avaliação. Trata-se de um processo considerado exigente e indispensável para diferenciar o nosso ensino, mas principalmente para aprender o significado pretendido das tarefas (Fernandes, 2011). As primeiras aulas foram assumidas como análise à resposta de diferentes exercícios e estilos de ensino. Utilizámos mais o ensino por tarefa e esse foi o que obteve mais sucesso junto dos nossos alunos.

No que toca à reflexão crítica, sugerimos que a análise deve constituir-se o mais profunda possível, de forma clara e que atenda aos acontecimentos das diferentes partes da aula. As informações são úteis na elaboração dos planos de aula seguintes, em que muitas das vezes os erros que cometemos ajudam-nos a não voltar a repeti-los. Os efeitos da aula também devem ser detalhados. Deste modo, um plano de aula (anexo IV) deve atender à descrição do ano, turma, data, hora, período, local espaço, nº da aula, UD, duração total, nº de alunos, função didática, recursos materiais, objetivos e estilos de ensino. Devemos respeitar uma estrutura tripartida, começando pela parte inicial com o aquecimento logo a seguir à preleção inicial, seguido da parte fundamental, finalizando com o balanço final da aula (Quina, 2009). Cada exercício deve ter em conta o tempo total e parcial, objetivos específicos, descrição da tarefa, componentes críticas e os respetivos critérios de êxito. O conhecimento destas aprendizagens permite que o desenvolvimento profissional se realiza com sucesso, respeitando a estrutura e planeando todas as sessões. Sentimo-nos mais confiantes e poderosos com alternativas que suprimem e modificam acontecimentos que muitas das vezes não vão de encontro ao planeado.

2. Realização

A realização disse respeito ao segundo passo efetuado pelo professor estagiário na sua caminhada pelo Estágio Pedagógico (EP). Depois de elaborado o planejamento, seguiu-se a realização. Um lugar onde houve a oportunidade de aplicar tudo aquilo que planejamos anteriormente e, por isso, podemos sugerir que são idealmente dependentes entre si.

Pretendemos neste ponto refletir sobre tudo aquilo que ocorreu no terreno através da ajuda da própria lecionação junto da nossa turma, das observações de aula do Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP), do Orientador da Escola, do outro NEP, mas também da lecionação no outro ciclo de ensino. Todos estes momentos ajudaram-nos a desenvolver capacidades para a formação de um docente mais preparado para enfrentar os desafios que a profissão pode oferecer no futuro.

2.1. Intervenção Pedagógica

No nosso EP as diferentes dimensões na intervenção pedagógica englobaram, principalmente, Instrução, Gestão, Clima e Disciplina. Desde cedo estas dimensões foram cumpridas com rigor e com o objetivo de sermos críticos e seletivos em todas as decisões tomadas.

2.1.1. Instrução

A instrução realizada ao longo das diferentes aulas no presente ano letivo ficou marcada por diversos momentos. Dividimo-la em três partes distintas: parte inicial, fundamental e final. Ao longo de cada um destes momentos, e seguindo a perspectiva de Rosado e Mesquita (2011), devemos eleger diferentes comportamentos verbais e não-verbais como a explicação, a exposição dos diferentes conteúdos, a demonstração de cada exercício e o *feedback*.

Nesta dimensão vamos refletir sobre como, irredutivelmente, a instrução foi importante no processo de ensino-aprendizagem para os nossos alunos.

2.1.1.2. Informação Inicial

A preleção inicial, ou como aqui referimos de informação inicial, foi realizada através da transmissão da informação dos respetivos conteúdos no primeiro momento de

cada uma das aulas lecionadas. Com a ajuda de Siedentop (1998), todos estes momentos foram seguidos de uma instrução cuidada e com a total descrição das tarefas, linguagem adequada e demonstração concernente no momento anterior à prática. Pretendíamos primar pelo rigor e pela transmissão de informações claras e objetivas aos alunos, diminuindo consecutivamente perdas de tempo e orientando-os para os objetivos de cada aula. O principal objetivo prendia-se com a localização do aluno na Unidade Didática (UD). Realizávamos um breve resumo dos conteúdos das aulas anteriores, mas também mencionávamos os objetivos da aula do dia. Esta clarificação das tarefas permitiu ao aluno um acompanhamento ativo e conhecedor que nunca o fez perder a sequência dos conteúdos da UD. Ao longo das aulas foi possível comprovar que este ponto conseguiu ser extremamente claro. O discurso foi sempre adequado, mas ao mesmo tempo apelativo e motivacional, aliando a seriedade à tranquilidade de um início de aula. Ao longo das reflexões críticas elaboradas, as referências mais positivas debatiam-se com este ponto. Foi nosso apanágio, aula após aula, criar todas estas dinâmicas com os alunos, beneficiando o alcance de todas as aprendizagens previstas e superando alguns dos dilemas iniciais através da adoção de novas estratégias.

Houve uma evolução sobre a informação inicial que fomos efetivando ao longo do ano letivo. Muitas das vezes precisávamos perceber se estavam verdadeiramente atentos, que compreendiam o que lhes era transmitido. A agitação inicial que caracterizava a primeira fase da aula levava a pequenas conversas paralelas e a distrações com aulas que decorriam ao mesmo tempo. As primeiras aulas ficaram marcadas pela transmissão exaustiva da mensagem inicial. Precisámos refletir sobre como filtrar essa informação, nunca descurando tudo aquilo que faz parte deste processo. Identificámos esta decisão como crucial para melhorarmos neste aspeto.

As estratégias de superação utilizadas visaram o foco nos principais tópicos e objetivos, de forma a sermos mais concisos no conteúdo. Nos momentos em que existiam aulas a decorrer ao mesmo tempo, em espaços circundantes aos nossos, a prelação inicial teve de ser realizada com o grupo posicionado de frente para nós. Refletindo individualmente e com a ajuda do orientador da escola, sobre a qualidade e quantidade da informação, fomos conseguindo aperfeiçoar a primeira transmissão. Primámos pela motivação e pelo tom de voz altivo, com uma postura ativa e motivacional, pela utilização do *feedback* do tipo positivo e prescritivo que atendessem aos objetivos da aula.

Todo este processo foi uma aprendizagem contínua e que pode ser sugerida como orientação para o nosso futuro. Devemos ter sempre a intenção de adequar o nosso

discurso e informação às características do nosso grupo de trabalho. É determinante que ele perceba o rumo da sua aprendizagem dando sentido à sua ação (Nobre, 2019). Criar rotinas que lhes transmitam confiança, mas ao mesmo tempo situações surpreendentes e inovadoras, despoletando mais interesse e motivação para se superarem. Todas estas estratégias obtiveram um resultado eficaz e são pretensões que queremos levar como aprendizagem para o futuro.

2.1.1.2. Condução da Aula

Ao longo da condução da aula, consideramos que ocorrem os maiores momentos de instrução junto do grupo de trabalho. Aliamo-nos, na maioria das vezes, a vários mecanismos para transmitir essa informação através das componentes críticas, dos critérios de êxito, dos *feedbacks* ou demonstrações. A parte fundamental da aula partiu de uma organização das atividades que pudessem oferecer, a cada um dos alunos, várias oportunidades para evoluírem. Um confronto com diferentes qualidades e barreiras no decorrer do processo prático de cada realização das Unidades Didáticas (UD). Conhecendo os alunos, as suas características e atendendo às reações à instrução, permitiu adotar mecanismos para encontrarmos a quantidade de informação ideal a transmitir ao grupo. Muitas vezes a instrução era geral para todos, noutras circunstâncias a informação era mais focada para um grupo específico, ou até mesmo para um aluno. Um processo que teve de ser evolutivo para sabermos como e em que momento poderíamos comunicar eficazmente.

Analisando os momentos em que mencionávamos as componentes críticas e os critérios de êxito de cada exercício, a questão debatia-se com a diferente percepção da mesma instrução. Muitas vezes só conseguíamos comprovar que entendiam a mensagem com a prática subsequente. Por outro lado, podiam afirmar que entendiam a instrução, e durante a realização do exercício não realizavam o proposto. Ainda assim, após repetidos momentos de instruções, o erro podia prevalecer e não sabíamos que outra estratégia utilizar.

As estratégias de superação utilizadas partiram do uso de diferentes tipos de *feedback* e demonstração. No que diz respeito à qualidade dos *feedbacks*, este processo foi sistemático. A nossa preocupação prendia-se em verificar que eles percebiam o que queríamos transmitir utilizando diferentes tipos de *feedback*. Pretendíamos oferecer informações ajustadas ao grau de apoio que eles necessitavam, mas ao mesmo tempo promotoras de autonomia, de autorregulação e de aprendizagens autênticas (Graça et al.,

2019). Ao longo da condução da aula utilizávamos mais o *feedback* positivo quando o aluno realizava com sucesso uma determinada ação, e mesmo quando, não podendo realizar na totalidade todos as componentes, o esforço era visível. O *feedback* positivo aumentava os níveis motivacionais, ultrapassando as suas limitações. Oferecendo um exemplo muito concreto, no decorrer da aplicação da Unidade Didática (UD) de Ginástica de Solo, os alunos apresentavam grandes dificuldades nesta matéria. Tentando ultrapassar essas dificuldades foi utilizando o *feedback* positivo para que esses alunos melhorassem na matéria. O *feedback* descritivo foi utilizado nas situações em que era necessário descrever vários critérios de êxito para um determinado gesto técnico. Durante a UD de Natação, o *feedback* prescritivo foi utilizado várias vezes. As características da matéria necessitavam da oferta de constantes *feedbacks* para executarem com sucesso a tarefa pretendida. Todavia, as questões também foram utilizadas como auxiliares na instrução. Nas aulas em que a função didática era de consolidação, o *feedback* interrogativo fazia com que o aluno fosse confrontado com o autoquestionamento sobre a veracidade das suas ações.

Por outro lado, a demonstração foi uma ferramenta que auxiliou o processo de instrução, e que segundo Tonello e Pellegrini (1998) facilita a aprendizagem de novas habilidades motoras acompanhadas de instruções verbais relevantes da tarefa. A demonstração (modelo) complementou essa instrução (Schmidt, 1991) através do professor, de um grupo de alunos ou vídeo. Na UD de Andebol, no plano de aula nº17 e 18, para suprimir as dificuldades nas situações de jogo, foi utilizado a demonstração através de um vídeo. Apresentámos várias situações a pequenos grupos de trabalho e localizávamos os jogadores em campo, destacando particularidades úteis na aprendizagem da movimentação ofensiva e defensiva para cada posição. Obtendo o efeito esperado, conseguimos que eles alcançassem melhores índices na situação real de jogo e na circulação de bola. Reforçámos esta ideia segundo Bandura (1986) nos quatro pressupostos da aprendizagem social, em que após a atenção através da seleção dos modelos segue-se a retenção dessa informação na memória, com a reprodução através de um comportamento numa ação modelada, terminando na motivação por uma boa *performance*.

As aprendizagens que retiramos deste processo de instrução de condução da aula é que devemos tentar ser inovadores e criativos e estar dispostos a idealizar diversas alternativas para superar as dificuldades que um determinado grupo ou aluno apresentam. A intervenção pedagógica teve de ser plenamente correta e compreensível tendo em conta

as características de cada um dos alunos das nossas turmas, adaptada de modo a tornar-se mais eficaz, lógica e pertinente ao longo de todo o processo. Esta total demonstração dos conhecimentos pela nossa parte, enquanto professores estagiários, em relação aos conteúdos de cada matéria, permitiu de forma qualitativa, distribuir os *feedbacks* tendo em conta os diferentes níveis dos alunos. Após a transmissão do *feedback*, procurámos comprovar o seu efeito, verificando a sua eficácia e a necessidade de nova intervenção. A demonstração poderá ser sempre uma das ferramentas mais utilizadas para exemplificar muito do que as palavras não conseguem transmitir. Referimo-nos a uma imagem representada mentalmente, imagem cinestésica, não devendo ser confundida com a imagem ótica, representação visual (Sarmiento, 1992). Todos estes mecanismos obrigaram-nos a sermos mais concretos e objetivos no nosso planeamento. Interagimos e gerimos cada tarefa de forma mais eficiente com a ajuda de *feedbacks* que procuraram maior efetividade com o aluno através de diferentes momentos, formas e direções (Diaz, 2005). Conduzimos as sessões sem perdas de tempo revelantes, planificamos tarefas flexíveis e passíveis de serem alteradas ou modificadas sem nunca prejudicar os seus objetivos.

2.1.1.3. Conclusão da Aula

Para concluir esta etapa da instrução refletimos sobre outra das suas grandes partes, a conclusão da aula. No momento de conclusão de cada aula, este devia obedecer ao pleno acordo com os princípios metodológicos e pedagógicos definidos, tornando-se igualmente fundamental para demonstrar serenidade e tranquilidade neste processo. Este balanço das atividades permitiu o controlo da aquisição de conhecimentos pelos intervenientes na extensão de conteúdos e despertou mais vontade para as etapas seguintes da Unidade Didática (UD).

Contudo, vários dilemas foram sendo debatidos ao longo do processo. Muitas das vezes os alunos, sendo a última parte da aula, queriam apenas que a aula terminasse, não estando 100% concentrados e sentiam-se, naturalmente, cansados. Questionávamo-nos se os conteúdos tinham sido entendidos por todos. Quando uma aula era demasiado extensa, queríamos ainda assim cumprir com tudo o que estava planeado. Foi um desafio realizar o balanço final de modo que a aula não terminasse depois do previsto, ou até mesmo que fosse apelativa e não caísse numa rotina desanimadora. Seguindo a pedagogia não-linear a que Correia et al. (2018) se refere, nesta última parte da aula, queríamos reforçar a

exploração e descoberta das ações postas em prática com a ajuda da demonstração, tanto por parte do professor como do próprio aluno.

No balanço final das aulas optámos por utilizar o *feedback* interrogativo, de forma a podermos comprovar que os alunos entendiam a mensagem que queríamos transmitir, auxiliando a transmissão dos conhecimentos. Questionávamos um aluno individualmente, ou um grupo específico. Averiguávamos aqueles que tínhamos dúvidas acerca do entendimento dos conteúdos e desta forma garantíamos que todos terminavam a aula contextualizados com as aprendizagens promovidas.

As aprendizagens realizadas fizeram-nos perceber algumas coisas com as estratégias aplicadas para suprimir alguns dos dilemas iniciais. Com elas, não só mantivemos os níveis de concentração ideais, como ajudaram a consolidar conhecimentos e a tomarem consciência da própria ação. Certamente que interviemos em aulas onde o balanço final foi melhor, outras nem tanto, mas a tentativa de poder fornecer uma preleção final concisa direta e positiva foi um requisito cumprido. Um dos nossos apanágios, enquanto professores estagiários, passou por criar um fio condutor lógico desde o início da aula e poder encontrar pontos de referência que permitissem resumir os tópicos essenciais da matéria. Esse fio condutor é um processo que levamos para o nosso futuro, cumprir com uma estrutura sólida e racional de discurso para poder fornecer um conhecimento lógico aos nossos discentes.

2.1.2. Gestão

A Gestão da aula é outras das dimensões da intervenção pedagógica que permitiu uma relação com o aluno de forma ativa, reduzindo comportamentos inapropriados e utilizando, de forma eficaz, o seu tempo útil.

Nesta dimensão vamos refletir sobre a gestão do tempo e a organização/transição da aula.

2.1.2.1. Gestão do Tempo

No que diz respeito à gestão do tempo, este ponto refere-se à capacidade de o gerirmos eficazmente, os materiais, as pessoas, mas também os espaços tendo em conta os objetivos de cada uma das aulas que lecionámos. Uma gestão que permitiu-nos desenvolver e aumentar a capacidade para adaptarmos e conseguirmos ter um maior controlo sobre os possíveis imprevistos e situações inesperadas. Numa aula de Educação

Física (EF) existem muitos fatores para controlar desde o clima emocional à gestão do comportamento e às situações propriamente ditas de aprendizagem.

O começo do ano letivo ficou marcado pelo dilema do receio dos alunos chegarem atrasados ao início da aula. Uma das nossas preocupações centrais debatia-se com o facto de os alunos não excederem os 10 minutos de tolerância. Muitas das vezes entravam na sala de aula de forma faseada. Uns demoravam mais a equiparem-se, outros porque o transporte se atrasou, ou até mesmo porque não conseguiam ter tempo suficiente para o intervalo. Por outro lado, a ansiedade de começar a aula a tempo e realizar uma gestão eficaz do mesmo, também era outra das preocupações. Todos estes fatores eram inquietantes e foram necessárias várias estratégias para os suprimir.

Começámos por respeitar rigorosamente a chegada dos alunos, aguardando que todos chegassem à aula. Apesar da nossa aula de 100 minutos ser no primeiro tempo da manhã, alguns chegavam um pouco depois da hora prevista. Um fator que nos transcendia, mas que com uma conversa, ou uma chamada de atenção era o suficiente para que tentassem chegar o mais rapidamente possível à aula. Acima de tudo sabiam que passados os 10 minutos de tolerância a aula começava. Desta forma aproveitávamos o maior tempo útil da aula que, segundo Piéron (1996) é aqui que se consegue obter os maiores ganhos de aprendizagem. A atenção que eles demonstravam nas instruções e nas demonstrações foi notável, respeitadora e atenta. Uma postura que, por culpa da posição assumida inicialmente por parte do professor estagiário, não permitiu que desse azo a algum comportamento desviante ou fora da tarefa.

A gestão de tempo, as rotinas de aula e o fluxo são pressupostos que de forma evolutiva nos fizeram caracterizá-los como positivos. Sentimos desde muito cedo uma tremenda evolução no que toca à gestão temporal, muito graças ao seu controlo nas primeiras duas semanas. Permitiu-nos ao longo de cada etapa da aula tornar mais cumpridores do planeamento e ao mesmo tempo de todos os objetivos delineados. Como futuros profissionais queremos-nos rever nestas qualidades, não perder o brio e o rigor que nos caracterizam nestas fases iniciais e continuar a respeitar a gestão eficaz e o controlo de cada tarefa.

2.1.2.2. Organização/Transição

A organização da aula começou no sucesso e no correto planeamento de todas as situações que poderiam ocorrer na aplicação dos exercícios. Um planeamento que

desenvolveu a capacidade de cuidar da organização e consecutivamente das transições entre tarefas através dos domínios das diferentes técnicas de intervenção pedagógica.

A precisão com que completámos a informação, sublinhando as regras e todos os cuidados a ter, auxiliaram a estrutura da aula e coordenaram-na de forma coerente e contínua. A ajuda das aulas que fomos observando ao longo do Estágio Pedagógico (EP) levaram a uma aprendizagem processual e ao total controlo por parte do professor estagiário no ganho de experiência na organização e transição entre tarefas. As diferentes tarefas realizadas tiveram um doseamento meticuloso, sempre de acordo com as regras metodológicas, adaptadas e orientadas em conformidade com as capacidades dos alunos. Nem sempre as situações aconteceram em conformidade com o que estava planeado, muitos dos dilemas iniciais aconteciam pela ansiedade de situações inesperadas.

As estratégias de superação para evitar a ansiedade dos vários imprevistos na aula resumiam-se na aceitação do erro e do conhecimento do tipo de ajuste da ação às diversas situações ocorrentes. Apesar do rigor que fomos apresentando ao longo das aulas neste aspeto, primámos pelo cuidado no planeamento e na projeção das tarefas. Pretendíamos conseguir, tanto quanto possível, prever algumas das situações e adaptar o plano através de uma organização que atendesse às necessidades do exercício. A noção de saberem o significado do sinal sonoro, ou a regra dos “5 segundos” para chegarem ao local sem grandes dispersões, ajudaram a que houvesse uma gestão eficaz e que nunca tivesse sido um problema que influenciasse a fluidez da transição entre os exercícios. A nível de transição entre tarefas, e muito por culpa da fase inicial, tornámo-nos competentes nessa gestão. O controlo do tempo por parte do orientador da escola foi crucial para a criação de dinâmicas intuitivas e de fácil perceção para os alunos. Primámos pela organização antecipada dos exercícios, com material de fácil acesso, exercícios pedagogicamente e logisticamente interligados que faziam com que não houvesse perdas de tempo significativas. Estratégias e métodos que fizeram aumentar a qualidade do desempenho dos alunos, aproveitando o tempo de aula (Richardson, 1997).

As aprendizagens neste ponto foram muitas, mas principalmente foi com a experiência e com o aceitar do erro que fomos aprendendo. Aceitar que por muito que planeemos, vão existir acontecimentos que condicionam o planeamento, mas que não têm de ser vistos como negativos. Necessitamos de melhorar no planeamento da gestão através da experiência, em que para algumas dessas situações precisamos de estar disponíveis e aptos para aplicar outras variantes se o exercício assim o exigir. Como futuros profissionais a reflexão crítica e o meticuloso cuidado no planeamento ajudam a

sermos melhores profissionais, mas acima de tudo capazes de enfrentar a imprevisibilidade das situações no trabalho com crianças e jovens.

2.1.3. Clima/ Disciplina

O clima e a disciplina das aulas realizadas junto da turma do 9ºC fizeram-nos perceber, desde o primeiro dia, que os alunos eram exemplares e dignos de nota de valor.

As interações pessoais, as relações humanas e o bom ambiente na aula caracterizaram estas duas dimensões e a turma em geral.

Nesta dimensão vamos refletir sobre o controlo e a comunicação durante a realização das aulas da disciplina de Educação Física (EF).

2.1.3.1. Controlo

O controlo dos alunos foi realizado através do pleno domínio das técnicas de intervenção pedagógica referentes ao Clima/Disciplina. A capacidade da noção dos conteúdos que tínhamos a lecionar, ao longo de cada Unidade Didática (UD), foram igualmente fundamentais para revelarmos capacidade para executar um processo de ensino-aprendizagem de qualidade. No que diz respeito à intervenção sistemática, esta foi correta, mas ao mesmo tempo delimitada de forma estratégica, no sentido de ajudar os alunos a superarem-se na realização das tarefas.

As preocupações neste ponto foram poucas ou nulas. Raros foram os momentos com comportamentos inapropriados, quer fora da tarefa quer de desvio. Os alunos apresentaram ao longo das aulas uma disciplina exemplar, com comportamentos apropriados. Contudo, identificámos, numa das aulas, um aluno que, inesperadamente, tomou a atitude de responder incorretamente ao professor estagiário.

As estratégias de superação postas em prática passaram pelo controlo da turma de forma consistente, não existindo espaço, nem oferecendo margem para esses comportamentos. Marcámos a nossa ação por uma postura correta, ao mesmo tempo havia espaço para relações mais próximas, com respeito e marcadas nos momentos corretos. Controlámos as emoções de forma credível, positiva e ao mesmo tempo exigente com os nossos alunos. Neste sentido, primámos por comportamentos responsáveis, valores e padrões éticos que desde cedo foram estabelecidos numa relação de respeito entre o professor estagiário e o aluno. Uma vertente a que Amado et al. (2009) refere como moral, a mais “visível”. Foram utilizadas medidas de prevenção, de correção e de punição desde

as regras e normas, passando pelo discurso, rituais que deram expressão, comportamentos desviantes, até aos procedimentos informais e formais de disciplina. Quando alguma atitude não era correta, no final da aula bastava uma conversa para alertar o aluno e explicar-lhe que não esteve bem, isto fazia com que corrigisse de imediato a sua ação. Uma organização que consideramos como estratégia disciplinar eficaz que gerou uma atmosfera positiva e aprendizagens facilitadas (Siedentop, 1998).

As aprendizagens realizadas dizem respeito à intervenção sistemática. Esta deve marcar pela eficácia no controlo ao longo da ação de cada aluno, adotando uma postura sistemática e ativa na correção, na estimulação e no empenho. Valorizar o comportamento adequado ajuda também na prevenção de situações de indisciplina e leva ao aumento do respeito e do cumprimento das regras de sala de aula.

2.1.3.2. Comunicação

A comunicação é a base de uma transmissão de conhecimentos por excelência. Através dela levamos a cabo a captação natural da atenção do grupo de trabalho que facilita a retenção da mensagem pretendida. Para isso, é crucial legitimar a linguagem clara, correta e a coerência terminológica acessível a todos os níveis dos alunos. É fundamental no sentido de que devemos adequar a nossa linguagem, os seus significados e expressões em conformidade com os termos técnicos da disciplina de Educação Física (EF).

Nem sempre a comunicação foi o mais afável possível, sendo necessário evoluir nesse sentido. Saber que cada aluno entende e compreende a mensagem de maneira diferente foi também um desafio a superar. A comunicação estabelecida com os alunos revelou-se correta, mas também clara e marcada pelo rigor. Inicialmente e com grande nervosismo da nossa parte, a fase inicial das aulas ficaram marcadas pela comunicação exagerada do detalhe e do rigor terminológico. À medida que as aulas decorreram, e com o auxílio do nosso orientador da escola, foi possível realizar uma evolução neste aspeto, optando pela transmissão mais simplificada, mais direta e concisa. Progressivamente o ambiente tornou-se mais “familiar”, a comunicação mais fluída, mais serena, o que fez com que a ligação professor aluno ficasse mais forte, confiante e mais facilitada. Uma ligação que nunca deu azo a comportamentos ou atitudes desrespeitosas.

Houve a necessidade de utilizar diferentes estilos de ensino, principalmente dependentes da Unidade Didática (UD) em causa e do tipo de exercício em si. Estilos de ensino que canalizaram outro tipo de comunicação e de transmissão de conteúdos.

Optámos por um estilo de ensino por comando quando queríamos promover uma aprendizagem exata e todas as decisões serem tomadas por nós. Descoberta convergente ou divergente quando queríamos que o aluno também assumisse alguma responsabilidade na resolução de problemas na sua aprendizagem (Nobre, 2017).

Como futuros profissionais a aprendizagem que retiramos deste ponto é que devemos em todas as circunstâncias, adaptar a comunicação ao nível de ensino do grupo de trabalho e às diferentes pessoas com que nós comunicamos. São essas pequenas diferenças que marcam pela positiva e que permitem uma comunicação mais eficiente.

2.2. Projeto de Intervenção Pedagógica no 10º ano

A elaboração do projeto de intervenção pedagógica destinou-se a um nível de ensino diferente daquele que acompanhávamos diariamente. A escolha do nível de ensino partiu da análise reflexiva junto do nosso orientador da escola, aconselhando a que esta atividade fosse realizada na mesma escola. Encontrámos a turma do 10º E como a mais adequada para tal intervenção. Uma intervenção que foi desenvolvida de acordo com a realidade da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), num acompanhamento a nível temporal com a duração de 4 aulas e de complexidade crescente. A primeira e a segunda aula foram dedicadas à observação completa da realização prática da turma, enquanto a terceira e a quarta da minha inteira e exclusiva responsabilidade.

Os dilemas iniciais notados através da observação das primeiras duas aulas fizeram-nos reexaminar de que modo e que exercícios devíamos elaborar para irem ao encontro das necessidades dos alunos, mas também da função didática do momento em que intervínhamos.

As estratégias de superação basearam-se no foco das principais lacunas através da pormenorização da observação das duas primeiras aulas, mas também da reflexão junto do professor titular e do orientador da escola. Em seguida planeámos, pesquisando e elaborando exercícios com diferentes variantes para percebermos, visualmente, se iriam resultar junto da turma. As primeiras duas aulas ficaram marcadas pela gestão competente no que toca à dinâmica de transmissão e à divisão da turma em diferentes níveis. Numa turma tão heterogénea em termos técnicos, como era a do 10º E, foi fundamental optar pela gestão da turma em diferentes níveis e estilos de ensino. Para as duas aulas seguintes sabíamos que, atendendo aos aspetos observados na aula anterior, muitos dos alunos apresentavam grandes dificuldades no lançamento na passada e no “passe e corta” para o

cesto, conteúdos técnicos e táticos, respetivamente. A nossa principal preocupação passou por delinear tarefas que atendessem a estas dificuldades e que fizessem com que evoluíssem nestes aspetos. Por fim, criar situações de jogo para consolidarem tudo o que foi abordado até aquele momento. Posto isto, para o grupo mais desenvolvido a nível técnico optámos pela descoberta convergente. Por outro lado, para os grupos que apresentavam menor desenvolvimento a nível técnico, o ensino por tarefa. Apesar do nível apresentado, com uma função didática de consolidação, decidimos continuar a fornecer *feedback* individualizado, com independência e tomada de decisões (Nobre, 2017).

Foi desafiante lecionar num outro ciclo de ensino, com uma Unidade Didática (UD) que não foi lecionada junto da nossa turma. Ao mesmo tempo colocarmo-nos à prova e perceber de que forma, e em que momentos poderíamos intervir e analisar a reação dos alunos. Em comparação com a nossa turma, a faixa etária foi diferente, com distintos estados maturacionais, o que trouxe consigo novos desafios. Sair da zona de conforto faz com que tornemos a nossa formação mais significativa. A partilha e o trabalho conjunto junto dos professores com mais experiência ajudam no aumento do conhecimento e no crescer exponencialmente.

2.3. Avaliação

O enquadramento legal da avaliação no ensino básico, é estabelecido pelo Decreto-lei nº 55/2018, de 6 de julho e pela Portaria nº 223-A/2018, de 3 de agosto.

O professor estagiário encontrou nesta componente do currículo, respetando todos os domínios da legislação a que diz respeito a avaliação, o caminho que o auxiliou no processo de ensino-aprendizagem.

No que diz respeito à avaliação, o conhecimento aprofundado, os objetivos, os instrumentos, as técnicas e as estratégias de avaliação foram orientadas de forma correta e pertinente, mas acima procurando adequarem-se a cada um dos alunos da nossa turma.

Todos os momentos avaliativos tiveram um elo de ligação. Momentos que se ligaram com o objetivo de desenvolver um processo sustentado e harmonioso que conseguissem fazer evoluir cada um dos alunos, independentemente do nível inicial que apresentassem. Um processo de avaliação que pretendia melhorar os processos de ensino-aprendizagem. Pretendíamos que os alunos aprendessem mais, mas acima de tudo melhor. Enquanto professores estagiários foi necessário conseguir desenvolver competências na

aferição de determinadas metas, de forma a obter informações e não meramente a obtenção de uma classificação (López-Pastor, 2006).

A avaliação sendo regulamentada por normativos, apresenta duas modalidades previstas no nº1 do artigo 23 do Decreto-lei nº 55/2018, como a avaliação formativa e a Avaliação Sumativa (AS).

2.3.1. Avaliação Formativa Inicial

Para todas as Unidades Didáticas (UD) que tivemos oportunidade de lecionar no presente ano letivo, as primeiras duas aulas de cada matéria foram direcionadas para a Avaliação Formativa Inicial (AFI). Os exercícios foram planejados e elaborados atendendo à observação pormenorizada da demonstração, do conhecimento e da capacidade de execução. A partir daqui a planificação das etapas seguintes foram delineadas em consideração com o nível que apresentavam até à projeção ideal das metas para cada um. Um processo que promoveu a avaliação de diagnóstico, com os objetivos fundamentais de verificar aptidões, conhecimentos e procedimentos dos alunos e prognosticar novas aprendizagens ao longo das UD (Nobre, 2021).

Os dilemas iniciais apresentados ocorreram nos momentos do primeiro contacto com a turma na aplicação das UD. O interesse residia em perceber, na realização da AFI, o que avaliar e de que forma avaliar, de modo a conseguirmos retirar as devidas ilações do nível inicial dos alunos.

Para suprimir esses dilemas, foi fulcral a elaboração, desde cedo, de um protocolo de avaliação (anexo V) para cada uma das diferentes UD que íamos lecionar. Um documento com características transversais a todos os outros momentos, sugerido pelo nosso orientador da escola. Permitiu-nos orientar a observação até à análise pormenorizada, encontrando a melhor forma de perceber a qualidade da execução e o conhecimento apresentado inicialmente por cada um dos alunos da nossa turma.

As aprendizagens providas da realização da Avaliação Formativa Inicial (AFI) apresentam-se por serem extremamente difíceis de analisar quando efetuadas ao mesmo tempo que lecionamos uma aula. É necessário uma perfeita harmonia e conhecimento de todas as Aprendizagens Essenciais (AE), para conseguirmos em apenas duas aulas observar o suficiente e projetarmos que patamar os alunos conseguem atingir. Contudo, devemos respeitar os parâmetros definidos e sermos rigorosos neste protocolo. Obtemos os dados pretendidos e conseguimos projetar uma evolução consciente dos alunos ao longo das etapas seguintes. Todo este conhecimento só é possível de ser adquirido através

da aprendizagem da sua aplicação com o aumento da experiência profissional. Recomendamos que um protocolo de avaliação permite um desenvolvimento da avaliação com mais conhecimento e certezas acerca dos parâmetros a analisar no momento de a colocar em prática.

2.3.2. Avaliação Formativa Processual

A Avaliação Formativa Processual (AFP) incide no processo pelo qual o aluno passa através de transformações a nível do conhecimento e da aptidão numa determinada matéria. Foi através da informação inicial, AFI, que a AFP teve a base para emergir. Dados que ajudaram a atingir os objetivos delineados, gerando informação para dar a conhecer aos alunos (Batista et al., 2019). O facto de sabermos que o Projeto de Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica (MAIA) estava a ser desenvolvido nas escolas, fez com que surgissem ideias inovadoras para este processo avaliativo. Todavia, a AFP sofreu várias adaptações, não tendo sido algo estanque, mas sim passível de ser retificada a qualquer momento.

Ao longo de todo o processo foram várias as dificuldades que atravessámos através do filtro da informação a fornecer aos alunos. Tivemos em conta a disponibilização de informações úteis para que eles pudessem melhorar nas etapas seguintes. Sobretudo, fornecer informações que ajudassem a desenvolver as suas competências e potencialidades.

Um exemplo real, para superar alguns dos nossos dilemas, foi optado por enviar, a meio de cada Unidade Didática (UD), um conjunto de *feedbacks* relativos aos aspetos que tinham melhorado e os tinha margem para evoluir. Para a UD de Andebol, optámos por enviar através do *email* institucional os pontos em que, desde a Avaliação Formativa Inicial (AFI) tinham evoluído mais e os pontos em que precisavam de melhorar para as etapas seguintes. Nas UD de Ginástica de Solo e de Atletismo a estratégia foi diferente. Optámos por enviar na Ginástica de Solo um conjunto de componentes críticas e critérios de êxito de cada elemento gímnico, enquanto para o Atletismo um conjunto de vídeos que demonstravam a execução de cada modalidade abordada. Realizámos diferentes estratégias com base nas necessidades dos alunos, mas também com base nas características específicas de cada matéria. Quisemos perceber de que forma e em que sentido reagiam nas aulas seguintes, oferecendo aos alunos alguns dos padrões de desempenho esperados. Ao mesmo tempo também os disponibilizávamos para ajudá-los a avaliarem o seu próprio desempenho (Harris & Brown, 2018). Nas matérias dos jogos

desportivos coletivos a opção pela divisão entre os aspetos com margem de crescimento, ajudou-os na evolução dos aspetos técnicos e táticos da matéria. As exposições mais detalhadas das componentes críticas e da demonstração por vídeo, como na matéria de Atletismo, atenderam à consideração das suas características específicas e das dificuldades apresentadas. Nenhuma destas estratégias poderá ser considerada mais correta que outra, mas quisemos perceber de que forma é que os alunos eram capazes de a utilizar para evoluir.

Chegámos à conclusão que o fornecimento desta informação é positivo, os alunos obtêm melhores resultados com estes mecanismos. Também o Projeto de Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica (MAIA) ajudou a reforçar o desenvolvimento na melhoria das aprendizagens dos alunos. Foi ao encontro do propósito de lhes fornecer mais ferramentas e oportunidades para que, de forma sustentada, conseguissem evoluir e atingir os objetivos propostos. Também tivemos a oportunidade de realizar três testes de avaliação de conhecimentos, um por cada período. Os alunos recebiam uma matriz (anexo VI) com a descrição das matérias e os valores a que correspondia cada grupo, mas também o material teórico suportado pelo manual adotado, ajudando-os no momento de estudo. Um teste de avaliação de conhecimentos (anexo VII), que se caracterizou por ser um momento formal de recolha de informações sobre o desempenho dos alunos acerca dos conhecimentos (Popham, 2003). Estes instrumentos de avaliação permitiram perceber e analisar, não só o conhecimento adquirido ao longo do processo, mas também da capacidade de transferência dos conhecimentos prático para a teoria.

As aprendizagens realizadas com cada Avaliação Formativa Processual (AFP) de cada Unidade Didática (UD), realçam que devemos valorizar mais o processo do que o produto final. Valorizando o processo, permite reajustar de forma contínua, ao longo do desenvolvimento, a ação reguladora entre o processo de ensino e aprendizagem (Nobre, 2021). Aprender a avaliar crianças e jovens passa por este processo. Com esta prática, aprendemos que modificar e alterar acontecimentos, sem perder ou prejudicar o objetivo primordial, oferecer os mais variados estímulos que lhes permitem evoluir e obter a realização, são fundamentais para a ação pedagógica.

2.3.3. Avaliação Sumativa

A Avaliação Sumativa (AS) pode ser considerada como uma avaliação de um segmento de aprendizagem que comprova e analisa tudo o que foi conseguido ao longo

do processo. Utilizamos essa informação e definimos uma classificação final (Nobre, 2021).

No momento de atribuir uma classificação final a cada um dos alunos, respeitando o Decreto-lei nº 55/2018, inúmeras poderão ser as questões, mas a principal debateu-se com a justiça na atribuição das classificações.

As estratégias de superação para ultrapassar esses receios passaram por respeitar o rigor e a análise não do produto final, mas sim do processo anterior a este momento, valorizando toda a evolução desde a Avaliação Formativa Inicial (AFI). O acompanhamento da avaliação através das grelhas de Avaliação Sumativa (AS), similares aos dois momentos anteriores de avaliação (anexo VIII), ajudaram a registar a prestação dos alunos e a reunir informação úteis para os podermos orientar nas restantes Unidades Didáticas (UD).

As aprendizagens realizadas com este momento avaliativo permitem-nos perceber que o aluno é muito mais do que meros momentos avaliativos. A qualidade da avaliação acontece quando conseguimos analisar, ao longo do processo, pequenos parâmetros que suportam o resultado final. Para o futuro como profissionais as aprendizagens avaliam-se pela valorização primordial do processo e não o produto final. O produto final é caracterizado pela reunião de todos os momentos anteriores, que ajudam a suportar e a definir a AS.

2.3.4. Autoavaliação

A Autoavaliação (AA) ajuda a refletir sobre os diferentes processos inerentes ao ato de avaliar através de um olhar dirigido sobre o próprio desempenho. Caracteriza-se por ser uma reação à transmissão do conhecimento. Informações que nos permitem realizar diversos reajustes ao longo do processo, mas também na melhoria da transmissão de conhecimentos. Queríamos desenvolver um elemento essencial e potenciador da aprendizagem (Nobre, 2019), levando os nossos alunos a refletir sobre ela, convidando-os a fazer um registo acerca do que tinham aprendido até aquele momento (Graça et al. 2019).

Sabermos como realizar a AA foi um ponto de dificuldade assente. Para a efetuar, de forma a reunirmos a informação que pretendíamos, em momentos diferentes da UD, foi necessário estruturar um processo de refinamento.

Nas estratégias de superação decidimos realizar diferentes tipos de AA, consoante as características das UD. A ocasião de cada um destes momentos foi estrategicamente

definido na planificação de cada uma das Unidades Didáticas (UD). Decidimos realizar a AA a meio da UD (anexo IX), para perceber se era necessário efetuar ajustes. Por outro lado, Autoavaliação (AA) no fim da UD (anexo X), de modo a reunir a informação para melhorar nas etapas seguintes. Foram tabelas em que os descritores foram adaptados ao momento e à UD em questão. Segundo Chappuis, (2005) e Wiliam (2018), respetivamente, permitiram-nos identificar diversos pontos para encontrarmos uma reflexão profunda e atenta na melhoria da qualidade do ensino-aprendizagem. Por fim, a AA no final do período (anexo XI), com questões globais e específicas, foi utilizada para de efetuar um balanço mais abrangente do respetivo período.

As estratégias colocadas em prática neste processo levaram a inúmeras aprendizagens. A ideia principal para além de melhorarmos como professores estagiários, era ajudar a reunir informação para conseguirmos realizar diferentes reajustes em determinados pontos, e assim promover mais e melhores aprendizagens aos intervenientes. Para o futuro conseguimos levar uma aprendizagem que auxilia o processo de diálogo e de partilha entre os dois agentes, docente e aluno. Permite analisar a qualidade do processo de ensino-aprendizagem através de informações que melhoram os pontos necessários e com isso conseguimos obter maiores níveis de superação.

3. Área 2- Organização e Administração Escolar

A Área 2 esteve destinada ao acompanhamento da assessoria de um cargo de gestão intermédia. Um cargo em que foi necessário aplicar os conhecimentos adquiridos na unidade curricular de Organização e Administração Escolar do 1º semestre, do 2º ano, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS).

3.1. Cargo de Gestão Intermédia: Diretor de Turma

O acompanhamento ao cargo de Gestão Intermédia de Diretor de Turma (DT) teve como objetivos fomentar a compreensão da complexidade das escolas, descobrindo que após várias décadas cada uma tem um “olhar próprio” e que funciona de forma única e específica. A Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) é uma delas. Compreendemos neste processo de acompanhamento, a importância, a complexidade e as respetivas responsabilidades inerentes ao cargo. Considerando este cargo como uma

das figuras com maiores potencialidades através das relações interpessoais que consegue estabelecer entre os diferentes elementos (Marques, 2002), procurámos compreender as funções e atribuições do cargo, com a definição de estratégias e instrumentos que conseguissem ajudar a acompanhar o professor assessorado. Todavia, perceber a complexidade das situações educativas e de trabalho dos professores, como eram desempenhas as tarefas em equipa, foi um processo auxiliado pela reflexão crítica e integrada dos conhecimentos através de normativos, da literatura e do acompanhamento do cargo assessorado.

As atividades planeadas inicialmente foram sofrendo ligeiras adaptações dado que, ao longo de todo este processo, foram surgindo alguns dilemas perante novas situações. No desempenho desta função, fomos sentindo algumas dificuldades, nomeadamente perceber como eram realizados os contactos entre os diferentes órgãos, observar, compreender e analisar o cargo de gestão intermédia, no entanto, progressivamente foram colmatadas com a assessoria à Diretora de Turma (DT).

As estratégias de superação passaram pela observação das competências fundamentais do desempenho das funções do cargo de DT, tais como, conhecimento das ferramentas necessárias para a criação do dossiê de turma, a elaboração dos documentos ligados ao desempenho da função, assim como as reuniões/atividades do conselho de turma. Outros aspetos que mereceram a nossa atenção foram a compreensão da análise do controlo da assiduidade, das justificações de faltas e ainda o acompanhamento dos alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE). Por fim, a observação e compreensão das estratégias e meios no processo de comunicação entre o DT e os encarregados de educação e a colaboração nos diferentes processos avaliativos dos alunos.

As aprendizagens desenvolvidas ao longo deste acompanhamento foram realizadas graças aos vários momentos de partilha e reflexão crítica entre o professor estagiário e o DT. De salientar, que em reunião de conselho de turma do 9ºC ficou registado em ata que a turma demonstrou um comportamento adequado e obteve um bom aproveitamento. É gratificante ter contribuído para este processo. De referir que ficou ainda registado o reconhecimento pela disponibilidade demonstrada. O acompanhamento deste cargo permitiu-nos adquirir uma nova bagagem de conhecimento que, futuramente, será muito útil para desenvolvermos o cargo de DT com extremo rigor e profissionalismo.

4. Área 3- Projetos e Parcerias Educativas

Definida no guia de Estágio Pedagógico (EP), a área 3 refere-se aos projetos e parcerias educativas e foi destinada a um conjunto de atividades propostas que tiveram em consideração as aprendizagens dos alunos intervenientes. Propostas claras que respeitaram cada um dos seus objetivos a fim de os cumprir. Estas tarefas partiram de uma reflexão conjunta acerca das necessidades e do panorama atual que o planeta terra atravessa nos dias de hoje, mas também considerando as necessidades reais da comunidade escolar e da própria disciplina de Educação Física (EF). Movidos pelo interesse de toda a comunidade escolar, atendemos à motivação dos alunos em específico.

A organização das diferentes tarefas foram estruturadas com um projeto claro e objetivo, marcada pela inovação, relevância e pertinência. Naturalmente que toda a planificação atendeu a um respeito e análise das condições de segurança de todos os intervenientes, com um máximo de responsabilidade e atenção aquando do seu processo de aplicação.

Projeto 1- *Plogging* Escolar- “Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos”

O primeiro projeto elaborado junto da comunidade escolar da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) foi o *Plogging* Escolar, “Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos”. Um projeto que foi realizado no 1º período e que partiu da necessidade de sensibilizar os alunos acerca da importância e obrigatoriedade de mudarmos os nossos comportamentos. Pretendíamos contribuir para a diminuição dos efeitos catastróficos que o planeta terra atravessa graças à ação do homem. Temos a noção de que o homem, só o é verdadeiramente através da educação, e com este projeto procurámos ajudar a formar para o futuro (Brás & Gonçalves, 2011). Aliámo-nos ao projeto *eTwinning* e planificámos uma atividade em quatro momentos distintos. Recolhamos lixo do chão enquanto realizavam atividade física, a partir de um percurso predefinido numa área circundante da nossa escola. Uma atividade destinada a todas as turmas do 9º ano, com a participação de todas as turmas do Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP). Tivemos um total de 100 alunos participantes. Um projeto perfeitamente exequível, com um cartaz apelativo (anexo XII), que fez desta atividade um bom momento de partilha. O certificado de participação (anexo XIII) foi entregue a cada um dos alunos, assim como também foi realizado um registo fotográfico para a

posteridade. A reflexão final permitiu-nos concluir que foi uma atividade importante não só pelas circunstâncias dos dias de hoje, mas também para a sensibilização das gerações futuras. Necessitamos de alertar para algumas atitudes e reverter ações neste planeta que já se encontra em “Crédito Ambiental”.

Algumas questões foram debatidas na fase inicial, porque era importante alargar a atividade à comunidade escolar. Era necessário sabermos como e onde reunir o material necessário a fornecer a cada aluno, como controlar o registo e a segurança, e até mesmo verificar as condições climáticas e o entrave à realização da atividade.

O facto de o projeto não ter tido a adesão de mais níveis de ensino deixou-nos desanimados, mas com a perfeita noção de dever cumprido. A incompatibilidade de horários levou a que o conselho pedagógico não autorizasse a sua aplicação a outras turmas. Aproveitámos os espaços e os recursos humanos da melhor forma possível, não necessitando de qualquer recurso financeiro extra para a sua realização. A natural imprevisibilidade, das condições climáticas foram perfeitamente contornadas de forma segura e sem hesitações. O controlo da atividade foi coordenado, e tendo sido adotados procedimentos eficazes e dinâmicos, respeitando tudo o que o projeto definiu para o momento.

São estes tipos de projetos que conseguem modificar comportamentos e atitudes do dia a dia da sociedade. Todos os dilemas foram suprimidos graças à reflexão coletiva das ideias individuais, ao trabalho articulado, à superação de conflitos e à resolução de problemas durante o trabalho em colaboração entre os elementos (Roldão, 2005) do Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP). As orientações para o futuro passam por continuarmos a ser profissionais ativos, capazes de realizar projetos que vão encontro das necessidades do mundo atual.

Projeto 2- Ação de Sensibilização- “Calçado Adequado para a atividade física”

O segundo projeto elaborado junto da comunidade escolar da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) foi a Ação de Sensibilização para o “Calçado adequado para a atividade física”. Uma ação realizada no 2º período, em que a iniciativa partiu de mais uma ideia do NEP para ver cumprida a segunda atividade da área 3. Aliados à equipa de saúde da escola, contrariámos o padrão tradicional de trabalho destacado por Machado e Formosinho (2018). Contribuímos para a visibilidade do trabalho dos professores, conduzindo ao trabalho mais coletivo, com partilha entre os pares e ao aumento do apoio sustentado. Projetámos uma atividade com a intenção de sensibilizar os alunos para o tipo

de calçado que utilizavam na prática de atividade física. Foi constatado que eram inúmeros os alunos, Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), que realizavam as aulas de Educação Física (EF) com um calçado inapropriado. Era evidente risco de contração de lesões graves a longo prazo e todo o impacto nocivo na estrutura músculo-esquelética, tendinosa, ligamentar e articular. Nos mesmos moldes que a atividade anterior, realizámos um cartaz apelativo (anexo XIV) que marcava a importância da nossa atividade em quatro pontos: constrangimentos; repercussões; tipos de lesões; e o exemplo da lesão coxo-femural de um atleta de elite. A ação de sensibilização teve lugar no auditório da escola. Uma ação que abrangeu todas as turmas do 9º anos, 2 turmas do 12º ano, 1 do 11º ano e outra do 10º ano. Foi entregue a cada aluno participante um certificado de participação (anexo XV), assim como o registo fotográfico marcante do momento. A reflexão final permitiu-nos concluir que a ação de sensibilização foi um sucesso, não só pelo facto de ter ido ao encontro das necessidades dos alunos, mas também por ser um tema pertinente, atual e pelos convites endereçados para mais abordagens junto de outras turmas da nossa escola.

Muitas das dificuldades iniciais debateram-se, principalmente, pela seleção de informação cientificamente correta e necessária, tornando a apresentação apelativa e ao mesmo tempo marcante para o grupo alvo.

A reunião da informação foi efetuada junto das literaturas mais recente do tema. Permitiram-nos entender de que forma devíamos organizar a informação para transmitirmos aos alunos e auxiliar a fomentar o conhecimento.

Este projeto não só passou pelo aumento do conhecimento na área, como foi perceptível a mudança de comportamento na ação dos alunos. As orientações para o futuro passam por estarmos atentos às necessidades das nossas turmas e sermos profissionais ativos capazes de realizar projetos apelativos para todas as faixas etárias.

Projeto 3- Olimpíada Sustentada- “Ninguém deve ser deixado para trás” - “*Move to be healty and happy*”

O terceiro projeto elaborado denominou-se de Olimpíada Sustentada “Ninguém deve ser deixado para trás”. Um projeto realizado ao longo do 2º e 3º período do presente ano letivo, pelo Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP) da ESIDM, proposto pela coordenação do Estágio Pedagógico (EP). Pretendeu aliar o conhecimento da aprendizagem em serviço, com as orientações da agenda da Unesco para 2030. Objetivos que passam por criar uma educação mais sustentável, indo ao encontro dos 17 objetivos

de desenvolvimento sustentável, emanados dos 3 grandes valores, excelência, respeito e amizade. O nosso orientador da escola, sugeriu que realizássemos o projeto junto da Comunidade de Aprendizagem das Cerejeiras- *Cherry Tree Education Project*. Um centro educativo ideal que oferecia a implementação de um conjunto de atividades com a metodologia ativa de aprendizagem em serviço. O subprojecto “Move to be healthy and happy”, em convivência com a metodologia de Montessori, pretendeu elaborar um conjunto de atividades desportivas para dois grupos de trabalho diferentes. Um grupo com idades dos 4 aos 7 anos, pré-escolar, e um segundo com 8 a 13 anos de idade, ambos com 13 alunos cada. Os alunos da comunidade eram provenientes das mais diversas classes sociais, com nacionalidades diferentes desde o português ao hebraico. Todas as segundas-feiras, o Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP) deslocava-se a Penela, em Coimbra, para realizar as atividades. No primeiro grupo, na base dos jogos lúdicos, puderam perceber e conhecer alguns dos jogos tradicionais portugueses e desenvolver a brincadeira livre. Com o segundo grupo, quisemos aplicar atividades para além daquelas com que já estavam familiarizados. Atividades que pretendiam fomentar o trabalho das capacidades coordenativas, mas também dos vários jogos desportivos coletivos. O balanço final foi positivo. Foi possível verificar semanalmente uma evolução por parte dos alunos em cada uma das atividades realizadas.

O processo de elaboração das atividades a levar a cabo aos dois grupos de trabalho foram as principais dificuldades. Quisemos aplicar diferentes atividades, mas também estimular e desenvolver algumas das capacidades condicionais e coordenativas, consoante as respetivas faixa etária. As condições climáticas e o idioma também foram outros fatores que condicionaram a transmissão e a realização das nossas atividades.

Planificámos jogos lúdicos com variantes diferentes das habituais, para que fossem ao mesmo tempo inovadoras e apelativas para todos. As condições climáticas obrigaram a prever atividades concretas e sem perdas de tempo significativas. O idioma levou a que tivéssemos de demonstrar mais e melhor, mas todas elas perceptíveis e exequíveis pelos alunos.

O projeto terminou com a jornada de encerramento. Um dia com a apresentação dos 22 subprojetos, apresentando cada um dos NEP o respetivo poster (anexo XVI) alusivo às atividades dinamizadas. As aprendizagens realizadas revelaram que existissem diferentes formas e meio de comunicar e ensinar às crianças. Cada criança é um ser que aprende e interage de forma única. Nessas diferenças ela torna-se especial. As orientações para o futuro passam por percebermos que existem métodos e estratégias de

aprendizagens diferentes das que estamos habitualmente familiarizados. Colocam o aluno no centro de toda a aprendizagem e atribuem-lhe o papel de serem os próprios protagonistas no percurso e na concretização das suas aprendizagens.

5. Área 4- Atitude Ético- Profissional

A última área deste capítulo II é a área 4, atitude ético-profissional. Pretendemos demonstrar de que forma trabalhámos para melhorar, tanto o compromisso que assumimos com as aprendizagens dos alunos, mas também com a nossa.

Ao assumido uma postura ativa na profissão, significa que entendemos a função social inerente ao futuro desempenho do cargo de profissional de Educação Física (EF), como uma responsabilidade com os alunos ao serviço da comunidade escolar (Macedo & Caetano, 2020).

5.1. Compromisso com as aprendizagens dos alunos

A atitude ético-profissional, no que diz respeito as aprendizagens dos alunos, primou pela diferenciação das aprendizagens. Para cada um dos alunos procurámos assegurar aprendizagens inovadoras, desenvolvendo de forma sustentável e pedagógica o sucesso das metodologias ativas.

A disponibilidade temporal e atitudinal ao longo todo o Estágio Pedagógico (EP) foram particularidades que caracterizaram esta área. As propostas de atividades, as intervenções e interações foram revestidas por empenho e postura ativa e inovadora.

Em todas as situações em que foi necessário a colaboração em equipa pelo Núcleo de Estágio Pedagógico (NEP) foram devidamente propositadas e construtivas para o crescimento do grupo. O respeito e a responsabilidade coletiva em *prol* da qualidade do trabalho foram mantidos através da participação e organização do corta-mato escolar e regional, dos torneios escolares, da participação num evento do desporto escolar de Voleibol, da participação em visitas de estudo, até ao acompanhamento de um aluno com Necessidades Educativas Especiais (NEE).

5.2. Compromisso com as próprias aprendizagens

Ao longo deste EP, desde o primeiro momento que o compromisso é aprender com cada atividade realizada. Um sentimento de dever cumprido, apesar de o trajeto nem

sempre ter sido o projetado. Foram muitos os pontos fortes que desenvolvemos, os pontos com margem para melhoria foram substituídos por potencialidades, dando oportunidade para desenvolver outras ações. Começámos por saber perfeitamente o lugar onde estávamos, em termos de conhecimento, e que para atingir o lugar onde queríamos estar, tínhamos um grande trajeto a percorrer. Delineámos um projeto ambicioso para todas as áreas, mas ao mesmo tempo racional e credível.

Os conhecimentos gerais e específicos associados à área de Educação Física (EF) foram desenvolvidos, para além da constante leitura e análise dos variados temas, contámos com a ajuda dos respetivos referenciais específicos da disciplina de EF.

A autoformação e a pesquisa autónoma externa fizeram-nos ativos na procura por novos conhecimentos. Aproveitando todas as oportunidades que nos foram proporcionadas, tornámo-nos culturalmente mais completos. Para ajudar ao compromisso com as próprias aprendizagens a autoformação foi crucial. Foram várias as formações em que estivemos presentes, com uma presença ativa e colaborante, muitas das vezes difíceis de conciliar com o Estágio Pedagógico (EP). Começámos desde logo a trabalhar com as sugestões do nosso orientador da escola. Participámos no XVI Fórum da Educação “Desafios da Educação no séc. XXI- A Era digital e as Metodologias Ativas”. Um fórum dedicado à reflexão do Projeto Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica (MAIA) que muito nos enriqueceu em termos avaliativos (anexo XVII). Em seguida, o “Boas Práticas na Educação Física e no Desporto para Crianças e Jovens” foi igualmente importante no desenvolvimento do conhecimento na relação de práticas diferentes e inovadoras. Fizemos também parte integrante da comissão de organização do 13th ICCE Congresso Mundial de Treinadores (anexo XVIII). Uma colaboração importante para perceber de que modo podemos aumentar o nosso conhecimento na organização e na gestão de eventos, transferindo-os para o meio escolar. O Webinar- “Brincar e ser Ativo é Coisa Séria na Vida das Crianças” (anexo XIX), foi outro dos momentos em que pudemos perceber as curiosidades da atividade física em idades tão especiais como as das crianças e os jovens. O Seminário de Desporto “O Desporto precisa de todos. Como?” (anexo XX) e o XXII Fórum Internacional do Desporto (anexo XXI) foram mais dois momentos onde refletimos sobre o papel do desporto na sociedade e o quão ele é importante nas escolas. As atividades de formação propostas pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Físicas (FCDEF-UC) foram todas atendidas por nós. Por fim, o II Encontro Internacional de Literacia e Saúde

Mental Positiva (anexo XXII) ajudou no conhecimento de uma área que nos dias de hoje se torna tão importante para aprofundarmos os nossos horizontes.

Uma das características que devemos aprimorar enquanto professores de Educação Física (EF) é o rigor, a responsabilidade, o respeito e o cumprimento dos compromissos que estabelecemos. Desde o primeiro dia que o orientador de estágio reforçou a ideia destas características. Uma ação que nos fez assegurar esta atitude, não só no desempenho das funções de professor estagiário, mas também no início das funções propriamente ditas no futuro como docente.

A prática pedagógica e todos os documentos elaborados tiveram em conta a originalidade e a inovação, marcadas pelo cunho pessoal, pelas características em constante mudança nos dias de hoje e os alunos das nossas turmas.

Atendendo às circunstâncias dos tempos atuais, devemos procurar ser inovadores. A reflexão crítica foi mantida em todas as ações que realizámos, pelo fato de ter sido um meio que auxiliou e ajudou a melhorar as ações posteriores. Pretendemos aprofundar cada um dos itens, com soluções credíveis para os problemas que foram surgindo. As referências e todos os conselhos fornecidos pelo orientador da escola e supervisores pedagógicos ajudaram-nos a aprimorar as nossas ações. Sobretudo, a conduta pessoal foi adequada perante todos os elementos do seio escolar e os associados. Esta conduta fez com que fossemos mantidos como exemplos a ter em conta perante os nossos alunos.

CAPÍTULO III- APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA

1. Introdução

Este capítulo dedica-se ao desenvolvimento de um tema-problema, cujo interesse foi identificado por nós como pertinente para a nossa formação enquanto futuros docentes de Educação Física (EF). Enquanto alunos partimos da premissa de que somos nós a garantir, em todos os momentos, a participação constante no desenvolvimento profissional e na adoção de uma ativa atitude crítica. Com a elaboração desta investigação pretende-se identificar os elementos que permitem orientar a intervenção na escola, de modo a compreender e analisar a complexidade e especificidade das situações pedagógicas existentes. Uma investigação que se reveste de grande importância enquanto professores estagiários, permite dar resposta a determinados problemas e à promoção do conhecimento dos alunos, mas ao mesmo tempo dá continuidade ao nosso processo de autoformação. Este trabalho enquadra-se como “estratégia para o desenvolvimento dos professores enquanto investigadores, de modo a que estes possam usar a sua investigação para melhorar a aprendizagem dos seus alunos“ (Tripp, 2005). Uma oportunidade para podermos depreender as perceções dos alunos acerca das aprendizagens realizadas em EF, mas também de considerarmos o contexto pandémico vivido pela doença respiratória *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* dos dois últimos anos.

Esta investigação, ainda em processo de formação, enquanto professores estagiários, mas agora no campo educacional, é uma estratégia formativa para os professores, sendo vista como um facilitador da promoção da formação reflexiva e do posicionamento investigativo face à prática e à própria emancipação (Sanches, 2005).

Nesta sequência, damos o mote inicial para esta investigação presentes com a ideia de que “não é uma metodologia de investigação sobre a educação, mas sim uma forma de investigar para a educação” (Coutinho et al., 2009, p.134).

2. Enquadramento Teórico

2.1. A Educação Física

A EF é cada vez mais analisada, nos dias de hoje, como o encontro entre duas realidades subjacentes, uma orientada para a saúde e outra para a educação. A saúde no combate a um conjunto de doenças cardiovasculares e crónicas, como a obesidade, que

tanto preocupam a comunidade escolar, e a educação como forma de aprendizagem e desenvolvimento do aluno, diretamente associadas à disciplina (Crum, 2012). A Educação Física (EF) é abordada através da questão da saúde quando visa preparar o físico e a recreação do currículo da aprendizagem (Crum, 2012). Por outro lado, sobre o ponto de vista educacional, é evidenciada pelo refinamento do conhecimento e da competência por meio de estratégias de ensino meticulosamente construídas (O'Sullivan et al., 2010).

A EF é caracterizada por envolver o corpo, mas também a mente e com base na natureza inerente do sujeito, existe a necessidade de comunicar aos alunos os objetivos da aprendizagem e os métodos para os alcançar. Muitas das vezes a EF é a única oportunidade que os alunos têm para aprender diversas habilidades motoras que lhes permitem realizar um conjunto de desportos, atividades físicas e exercícios (Corbin, 2002, como citado por Chen & Ennis, 2004) Ou seja, a saúde no contexto escolar, no que diz respeito à área curricular da EF, tem uma importância proeminente, prepara os jovens para a adoção de um estilo de vida saudável e promove o desenvolvimento físico e mental (Pastor-Vicedo et al., 2015). A EF é uma via que favorece o desenvolvimento de um estilo de vida fisicamente ativo para as crianças (Chen & Ennis, 2004).

2.2 As Finalidades da Educação Física

Existe a necessidade de dar importância ao reconhecimento da disciplina de EF no currículo dos alunos, desenvolvendo-o de forma global e harmoniosa, estimulando o raciocínio e a resolução de problemas, mas também considerando as suas finalidades (Ministério da Educação, 2018). As finalidades da EF, associadas ao Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), homologadas pelo Despacho nº 6478/2017, de 26 de julho, apontam para o desenvolvimento da aptidão física, para a melhoria da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar.

Pretende-se favorecer diferentes tipos de atividades físicas, compreendendo e aplicando diferentes princípios, processos e problemas de organização e participação de cada um. Para além disso, tem a intenção de dar valor à animação cultural, à ética, ao espírito desportivo, à responsabilidade, à cooperação e solidariedade e à consciência cívica no sentido da qualidade do ambiente. Por outro lado, propõem a promoção do gosto pela prática regular de atividade física, reconhecendo a sua importância na saúde, na cultura e na sua dimensão, considerando os diferentes níveis. Por fim, planeia assegurar o aperfeiçoamento nas atividades físicas em que os alunos têm mais preferência, tendo

em conta as suas tendências e desenvolvendo-as de forma multilateral e harmoniosa (Ministério da Educação, 2018).

2.3. As Aprendizagens Essenciais em Educação Física

As Aprendizagens Essenciais (AE) concretizam uma nova reorganização curricular dos documentos aplicados ao longo das últimas três décadas. Em convergência com o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), permitem a efetiva flexibilização e gestão curricular por parte das escolas e dos docentes, consagrada pelo Decreto-lei nº 55/2018. Um alicerce que tem em mente uma escola inclusiva, pretendendo garantir a igualdade de oportunidades e a promoção do sucesso educativo de todos os alunos ao longo da escolaridade obrigatória. As AE referentes ao ensino secundário são homologadas pelo Despacho nº 8476- A/2018, de 31 de agosto.

No ensino secundário, tendo em conta a organização do currículo, o 10º ano de escolaridade apresenta-se como o ano da revisão das matérias desenvolvidas nos dois ciclos anteriores do ensino básico, com avanços em determinadas matérias, experiências em matérias alternativas ou a recuperação em algumas que tenham sentido mais dificuldades. Um ano sinónimo de estabilização das aprendizagens e sustentação das escolhas para os anos seguintes. Por sua vez, o 11º ano e o 12º ano de escolaridade apresentam-se com o aperfeiçoamento das matérias, a possibilidade de descobrirem novas atividades, com ecletismo e orientadas para o PASEO, de aquisição de um conjunto de conhecimentos, capacidades e atitudes, valorizando a área cultural, cidadania responsável ativa e saudável (Ministério da Educação, 2018).

As AE do ensino secundário são expressas na oferta de uma participação ativa e no encontro do êxito pessoal e grupal. As competências de desenvolvimento pessoal, como a cordialidade e respeito, aperfeiçoamento, esforço, entajuda, segurança, iniciativa, responsabilidade e equidade estão inerentes às competências a atingir e dão início ao primeiro de sete descritores das aprendizagens. Seguem-se a análise e interpretação da realização das atividades físicas, aplicando conhecimentos sobre a técnica, organização, participação e a ética desportiva, mas também o universo da atividade física e a interpretação crítica e análise da prática nos fatores de elevação cultural de todos os praticantes e não só. Além disso, os fatores limitativos das possibilidades de prática desportiva, da aptidão física das populações com a sua identificação e interpretação representam três dos descritores de aprendizagens sobre as atividades físicas. É também dado o devido destaque ao conhecimento dos fatores de

saúde, aos riscos da prática das atividades físicas, à aplicação das regras de higiene e de segurança, mas também aos processos de elevação e manutenção da condição física no cotidiano, tendo em conta a saúde, qualidade de vida e o bem-estar. Por fim, a elevação das capacidades tanto condicionais como coordenativas gerais, desde da resistência geral longa e média duração, força resistente, força rápida, flexibilidade, velocidade de reação simples e complexa, de execução, deslocamento e resistência às destrezas geral e específica (Ministério da Educação, 2018).

As Aprendizagens Essenciais (AE) em Educação Física (EF), no ensino secundário, tendo em conta a quantidade e qualidade de atividade física e de exercício físico que proporcionam a cada aluno, orientam-se, portanto, para que o sujeito desenvolva o seu bem-estar físico, psicológico e social na sua maior amplitude (Garber et al., 2011).

O estudo de Jansson et al. (2022) sugere que nas aprendizagens em EF poucos alunos evidenciam a interação social como importante em relação à aprendizagem percebida em EF. O mesmo estudo mostra igualmente que a aprendizagem em EF está associada à realização de atividades físicas e verifica-se que estão associadas às experiências pessoais dos alunos, as quais, salienta o estudo, os alunos têm dificuldades em identificar.

2.3. Contexto Pandémico e a *Coronavirus Disease 2019*

O atual contexto em que vivemos obrigou à tomada de medidas que permitissem solucionar as condicionantes oriundas desta situação. O novo coronavírus SARS-CoV-2, *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), surgida na província de Wuhan, na China, em dezembro de 2019, foi um vírus que rapidamente se espalhou por todo o mundo, tornando-se um problema de ordem mundial (Wu et al., 2020). O atual contexto pandémico teve um grande impacto em todas as áreas que dizem respeito ao Ensino. A EF pela prática e contacto que implica acabou por ser alvo de grandes alterações e adaptações durante os últimos dois anos. A rápida propagação da patologia obrigou à necessidade da adoção de medidas imediatas, e o distanciamento social foi inevitavelmente posto em prática, originando sucessivos isolamentos profiláticos e múltiplos confinamentos. Como forma de acompanhar e não deixar de lado a Educação, o Ensino à distância foi um método alternativo ao tradicional através de plataformas digitais, ganhando com o passar dos meses o devido destaque (Icten, 2016, como citado por Beltekin & Kuyulu, 2020). Uma solução que foi ao encontro de um problema, mas

que também vem sendo adotada, cada vez mais em Educação, no que diz respeito à viabilidade de alternativas virtuais às salas de aula e ao ensino presencial (Webster et al. 2021).

Naturalmente que um elevado período de isolamento social arrastou consigo inúmeras consequências, alavancando impactos na saúde física e mental das crianças e dos jovens em grande escala. De acordo com um relatório sobre saúde mental do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) em 2021, as crianças revelaram sentimentos de depressão e pouco interesse em determinadas tarefas, mas também perdas de rotinas, de Educação e lazer. Num outro estudo realizado por Peixoto et al. (2021) salientam que os sentimentos de tristeza, medo da situação e as saudades dos amigos, na maioria dos casos, foram os aspetos mais destacados. A exposição a *écrans*, mais de duas horas por dia, para além do período escolar, a interação social, sedentarismo e desinteresse pelas aulas não presenciais foram consequências que a todos devem alarmar, principalmente no seio escolar (Peixoto et al., 2021). As aulas de Educação Física (EF) foram substituídas por uma maior incidência sobre trabalho de aptidão física em resposta aos constrangimentos identificados (Monteiro et al., 2021). Em contrapartida, na perspetiva ibérica, as aulas de EF em casa tiveram o objetivo de fornecer um recurso relevante para o currículo e que pudessem ser utilizadas no ambiente domiciliário (Coulter et al., 2021). Os alunos através de um conjunto de sequências de pistas de aprendizagens visuais e auditivas tentavam realizar as habilidades num ambiente semelhante ou alternativo (Bllini & Akullian, 2007; Mechling, 2005, como citado por Coulter et al., 2021).

Os efeitos da patologia da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) estão aos poucos a serem descobertos. Os conhecidos, a que Peixoto et al., (2021) associam a doenças psiquiátricas, de obesidade e outras situações de risco, devem alarmar todos os agentes de ensino. São os nossos alunos as gerações do amanhã do nosso planeta e nós, enquanto docentes, para além da necessidade de perceber as suas perturbações, devemos preservar e zelar pela sua saúde não só física, como de todos os outros aspetos.

3. Questão/Problema

O propósito deste estudo partiu da oportunidade de conhecer as perceções dos alunos, do ensino secundário, no caso da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), sobre as aprendizagens em EF.

Entendemos que será benéfico para toda a comunidade da área das ciências da Educação Física (EF), mas especialmente para a Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), perceber quais foram as aprendizagens percecionadas em EF pelos seus alunos do ensino secundário.

A partir deste objetivo, e com a ajuda dos objetivos específicos, disponibilizar a informação aos seus professores, de modo a poderem utilizá-la para recuperar algumas das aprendizagens que poderão ter ficado comprometidas durante este período de análise.

Para dar seguimento a este propósito decidimos partir da seguinte questão:

- *Quais são as aprendizagens percecionadas em EF pelos alunos do ensino secundário da ESIDM?*

4. Objetivos

4.1. Objetivos Específicos da Investigação

Os objetivos específicos desta investigação organizaram-se em torno das aprendizagens percebidas pelos alunos em EF e da sua experiência em contexto da *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*.

Para o efeito delineámos os seguintes objetivos:

- i. Caraterizar as perceções dos alunos do ensino secundário sobre as aprendizagens realizadas em EF;
- ii. Identificar as aprendizagens realizadas em EF tendo em conta a classificação obtida no ano anterior;
- iii. Caraterizar as perceções dos alunos sobre a EF em contexto da COVID-19 no ano letivo 2020-2021;
- iv. Determinar o perfil de aprendizagens realizadas em EF à entrada e saída do ensino secundário.

5. Metodologia de Investigação

Esta investigação é caracterizada por ser um estudo de natureza exploratória e descritiva, com recurso à estatística descritiva e inferencial, com aplicação de um questionário a uma amostra da população do ensino secundário da ESIDM.

5.1. Procedimentos

Este estudo começou por ser desenvolvido através de uma análise mais específica e restrita ao 12º ano, na tentativa de que, nesta primeira fase, conseguíssemos aprimorar alguns dos nossos objetivos. Depois desta fase inicial foi perceptível a necessidade de abranger todo o ensino secundário, de modo a atribuir maior qualidade à investigação e aumentado, também assim, a quantidade de participantes. Respeitando todos os procedimentos inerentes a um estudo deste tipo e preocupados com a proteção dos inquiridos e dos dados, foi efetuado a entrega e a respetiva recolha dos termos de consentimento (anexo XXIII), devidamente preenchidos e assinados pelos encarregados de educação dos menores de 18 anos. A forma encontrada para aplicarmos o questionário começou com um prévio esclarecimento acerca da sua natureza e organização, seguindo-se o posterior acompanhamento da sua realização em todas as turmas no decorrer do respetivo preenchimento.

Para o tratamento dos dados foi efetuado a mobilização da estatística descritiva e a respetiva análise através do IBM SPSS *Statistics* 25. Numa primeira fase foi criada uma base de dados específica para o efeito, com o respetivo tratamento através construção de tabelas de frequência no IBM SPSS *Statistics* 25 e análise de dados com o recurso ao *Microsoft Excel*. Na escolha das técnicas estatísticas, foram aplicados os testes não paramétricos como o Teste U de Mann-Whitney e o Teste de Correlação de Spearman. Para eles, ficou fixado o valor de 0,05, limite de significância ($p < 0.05$).

5.2. Instrumentos

Para a realização deste trabalho de investigação foi aplicado um questionário, desenvolvido pelo Professor Doutor Paulo Nobre “ A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação (EFDAM) - A Experiência dos Alunos no Ensino Secundário”, em processo final de validação. Apresentado com 131 itens, está distribuído em 10 partes. Na parte inicial, após ter sido sujeito à respetiva aprovação por parte do conselho pedagógico da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), aplicámo-lo através da plataforma *online Google Forms*, comprovámos a assinatura do termo de consentimento e a 5 questões de resposta curta (“Sexo”, “Idade”, “Média do ano anterior”, “Nota de Educação Física no ano anterior a este”, e “Sou federado (a)”). As partes seguintes são: Hábitos e Preferências de Atividade Física e Desporto; Aprendizagens Realizadas em Educação Física (EF); A Apresentação da Aula e das Atividades em EF;

Diferenciação em Educação Física (EF); *Feedback* e EF; Avaliação e EF; Motivação e EF; Ensinar, Aprender, Avaliar; EF no contexto da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19): 2020/2021. Neste trabalho mobilizamos apenas as partes referentes às “Aprendizagens realizadas em EF” e a “EF em Contexto da COVID-19: 2020-21”, com uma escala tipo Likert (1 a 5), desde 1- Discordo Totalmente, 2- Discordo, 3- Não Concordo nem Discordo, 4- Concordo a 5- Concordo Totalmente, com 13 e 8 linhas, respetivamente. A “Nota de Educação Física no ano anterior”, com oportunidade de resposta curta varia de 0 a 20 valores (11º ano e 12º ano) para uma parte dos alunos e de 0 a 5 (10º ano) para a outra parte (Anexo XXIV).

5.3. Participantes

Na realização deste estudo foi efetuado um primeiro contacto com todos os alunos do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM).

A população deste estudo refere-se a todos os alunos participantes das turmas do 10º ano, 8 turmas, do 11º ano, 7 turmas, e do 12º ano, 8 turmas, num total de 23 turmas do ensino secundário. No ano letivo 2021/2022, o ensino secundário apresenta um total de 560 alunos (tabela 2).

Tabela 2- População da Escola Secundária Infanta Dona Maria

Nº de Turmas	Ano de Escolaridade	Nº de Alunos
8 turmas	10º ano	208 alunos
7 turmas	11º ano	171 alunos
8 turmas	12º ano	181 alunos
Total: 560 alunos		

Em resultado da aplicação do questionário foram coligidas 175 respostas integrais.

Partindo da ideia de querer caracterizar todos os níveis do ensino secundário e após uma primeira análise da amostra por anos de escolaridade, o número reduzido de participantes no 11º ano de escolaridade fez-nos optar por explorar o perfil à entrada e à saída do ensino secundário, relativo ao 10º ano e ao 12º ano de escolaridade, respetivamente, a partir do segundo objetivo específico da nossa investigação.

Os alunos participantes no estudo têm idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos de idade, sendo 78 do sexo masculino (45%) e 97 do sexo feminino (55%), como se representa no gráfico seguinte.

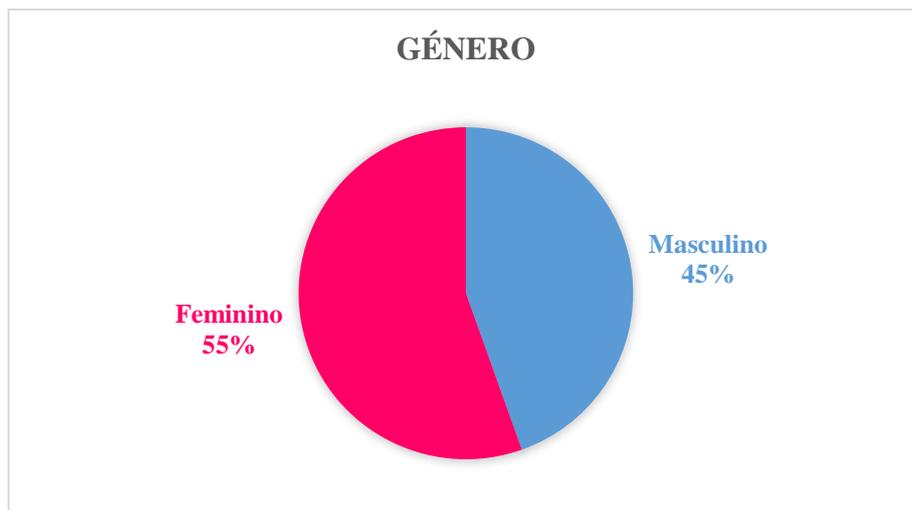


Gráfico 1- Distribuição dos Participantes por Género

6. Apresentação dos Resultados

Neste subcapítulo referimo-nos à apresentação dos resultados obtidos através da análise das tabelas descritivas de cada uma das secções em estudo.

A análise dos resultados é realizada a partir de uma categorização dos 13 itens, referentes às aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) e através das 4 finalidades da disciplina, definidas pelo Ministério da Educação (2018).

Apresentamos na tabela seguinte a categorização das Aprendizagens realizadas em EF.

Tabela 3- Categorização das Aprendizagens realizadas por finalidade da Educação Física

Categorização das Aprendizagens realizadas em Educação Física	
1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)	3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde;
	3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas.
2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade,	3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão;
	3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas;

<i>Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica</i>	3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene).
<i>3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida</i>	3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer;
	3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas.
<i>4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência</i>	3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas);
	3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança);
	3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza;
	3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares;
	3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades;
	3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante.

A apresentação dos seguintes resultados são estruturados, numa primeira fase, com uma visão conjunta de todo o ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM). Na segunda, terceira e quarta fase com uma visão particular e de comparação aos anos de entrada e de saída do ensino secundário da mesma escola.

6.1. Aprendizagens realizadas em Educação Física

Apresenta-se em seguida o estudo sobre as perceções dos alunos, no que diz respeito às aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) do ensino secundário, através da frequência relativa e absoluta. Este objetivo específico foi dividido em conformidade com as finalidades da disciplina (tabela 3).

Vamos também realizar o teste não paramétrico H de Kruskal Wallis e, caso haja algum valor de ($p < 0,05$), procedemos à realização do teste U de Mann-Whitney para encontrar a existência de diferenças estatisticamente significativas.

Tabela 4- Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)

1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)												
	Discordo		Discordo		Não concordo		Concordo		Concordo		Total	
	Totalmente				nem discordo				Totalmente			
3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	3	4,9	2	3,3	4	6,6	33	54,1	19	31,1	61	100
11º	0	0	1	6,3	3	18,8	6	37,5	6	37,5	16	100
12º	3	3,1	4	4,1	14	14,3	35	35,7	42	42,9	98	100
Total	6	3,4	7	4	21	12	74	42,3	67	38,3	175	100
3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	2	3,3	1	1,6	1	1,6	37	60,7	20	32,8	61	100
11º	0	0	1	6,3	3	18,8	5	31,3	7	43,8	16	100
12º	3	3,1	5	5,1	9	9,2	42	42,9	39	39,8	98	100
Total	5	2,9	7	4	13	7,4	84	48	66	37,3	175	100

Como observa na tabela anterior, atendendo ao desenvolvimento da aptidão física (melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar), para a maioria dos alunos do ensino secundário (85,3%) a Educação Física (EF) permite-lhes aprender a usar a atividade física para melhorar as capacidades físicas, dos quais 84 participantes concorda com esta afirmação.

Os alunos do 10º ano mantêm a mesma tendência, destacada por 37 participantes (60,7%). No 11º ano, as maiores evidências incidem na total concordância com a mesma afirmação, destacada por 7 participantes (43,8%). Relativamente ao 12º ano, apesar de também seguirem a mesma tendência, encontramos um idêntico realce no sentido de que a EF permite-lhes aprender como melhorar usar a atividade física para promover a saúde, ambas destacadas por 42 participantes (42,9%).

Tabela 5- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica

<i>2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica</i>												
<i>Consciência Cívica</i>												
	Discordo Totalmente		Discordo		Não concordo nem discordo		Concordo		Concordo Totalmente		Total	
3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	4	6,6	3	4,9	15	24,6	30	49,2	9	14,8	61	100
11º	1	6,3	2	12,5	3	18,8	6	37,5	4	25	16	100
12º	4	4,1	11	11,2	29	29,6	33	33,7	21	21,4	98	100
Total	9	5,1	16	9,1	47	26,9	69	39,4	34	19,4	175	100
3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	3	4,9	1	1,6	3	4,9	30	49,2	24	39,3	61	100
11º	0	0	0	0	2	12,5	4	25	10	62,5	16	100
12º	2	2,0	1	1	5	5,1	35	35,7	55	56,1	98	100
Total	5	2,9	2	1,1	10	5,7	69	39,4	89	50,9	175	100
3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene)												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	3	4,9	1	1,6	5	8,2	23	37,7	29	34,7	61	100
11º	0	0	1	6,3	0	0	8	50	7	43,8	16	100
12º	4	4,1	2	2,0	10	10,2	34	34,7	48	49	98	100
Total	7	4	4	2,3	15	8,6	65	37,1	84	48	175	100

Como se pode observar na tabela anterior, atendendo à valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, para a maioria dos alunos do ensino secundário (90,3%) a Educação Física (EF) permite-lhes aprender a respeitar os diferentes níveis de capacidades das pessoas, dos quais 89 dos participantes concorda totalmente com esta afirmação.

Os alunos do 11º e 12º ano mantêm a mesma tendência, destacada por 10 participantes (62,5%) e 55 participantes (56,1%), respetivamente. Relativamente ao 10º, apesar de concordarem com a mesma afirmação, também encontramos um idêntico realce no sentido de que a EF permite-lhes aprender como melhorar a ação como futuro/a cidadão, ambas destacadas por 30 participantes (49,2%).

Tabela 6- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida

3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida												
	Discordo		Discordo		Não concordo		Concordo		Concordo		Total	
	Totalmente				nem discordo				Totalmente			
3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	15	24,6	22	36,1	6	9,8	8	13,1	10	16,4	61	100
11º	5	31,3	3	18,8	3	18,8	4	25	1	6,3	16	100
12º	25	25,5	37	37,8	18	18,4	8	8,2	10	10,2	98	100
Total	45	25,7	62	35,4	27	15,4	20	11,4	21	12	175	100
3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	4	6,6	4	6,6	9	14,8	28	45,9	16	26,2	61	100
11º	1	6,3	1	6,3	1	6,3	7	43,8	6	37,5	16	100
12º	3	3,1	7	7,1	22	22,4	40	40,8	26	26,5	98	100
Total	8	4,6	12	6,9	32	18,3	75	42,9	48	27,4	175	100

Como se pode observar na tabela anterior, atendendo ao reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, para a maioria dos alunos do ensino secundário (70,3%), a Educação Física (EF) permite-lhes o desenvolvimento do gosto pela prática regular das atividades físicas, dos quais 75 participantes concordam com esta afirmação. Em contrapartida, a maioria dos alunos do ensino secundário (61,1%) não teve dificuldades em EF, no que diz respeito à compreensão sobre o que era necessário fazer, dos quais 62 participantes discordam com a afirmação.

Os alunos do 10º, 11º e 12º ano mantêm a mesma tendência, destacada por 28 participantes (45,9%), 7 participantes (45,8%) e 40 participantes (40,8), respetivamente.

Tabela 7- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência

4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência												
	Discordo		Discordo		Não concordo		Concordo		Concordo		Total	
	Totalmente				nem discordo				Totalmente			
3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas)												
Ano	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
10º	2	3,3	1	1,6	3	4,9	32	52,5	23	37,7	61	100
11º	0	0	0	0	0	0	10	62,5	6	37,5	16	100
12º	1	1	2	2	4	4,1	44	44,9	47	48,0	98	100

Total	3	1,7	3	1,7	7	4	86	49,1	76	43,4	175	100
3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança)												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	10	16,4	13	21,3	13	21,3	17	27,9	8	13,1	61	100
11º	0	0	2	12,5	3	18,8	6	37,5	5	31,3	16	100
12º	15	15,3	17	17,3	25	25,5	21	21,4	20	20,4	98	100
Total	25	14,3	32	18,3	41	23,4	44	25,1	33	18,9	175	100
3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	10	16,4	15	25,6	16	26,2	13	21,3	7	11,5	61	100
11º	1	6,3	5	31,3	3	18,8	4	25	3	18,8	16	100
12º	24	24,5	25	25,5	21	21,4	16	16,3	12	12,2	98	100
Total	35	20	45	25,7	40	22,9	33	18,9	22	12,6	175	100
3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	8	13,1	7	11,5	11	18	26	42,6	9	14,8	61	100
11º	1	6,3	1	6,3	4	25	7	43,8	3	18,8	16	100
12º	12	12,2	16	16,3	21	21,4	24	24,5	25	25,5	98	100
Total	21	12	24	13,7	36	20,6	57	32,6	37	21,1	175	100
3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	2	3,3	1	1,6	4	6,6	37	60,7	17	27,9	61	100
11º	0	0	0	0	1	6,3	11	68,8	4	25,0	16	100
12º	4	4,1	1	1	10	10,2	38	38,8	45	45,9	98	100
Total	6	3,4	2	1,1	15	8,6	86	49,1	66	37,7	175	100
3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante												
Ano	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
10º	18	29,5	18	29,5	9	14,8	8	13,1	8	13,1	61	100
11º	6	37,5	4	25	0	0	4	25	2	12,5	16	100
12º	24	24,5	33	33,7	19	19,4	12	12,2	10	10,2	98	100
Total	48	27,4	55	31,4	28	16	24	13,7	20	11,4	175	100

Como se pode observar na tabela anterior, atendendo ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência, para a maioria dos alunos do ensino secundário (92,5%), a Educação Física (EF) permite-lhes aprender como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas), dos quais 86 participantes concorda com esta afirmação.

Os alunos do 12º ano concordam totalmente com a mesma afirmação, num total de 47 participantes (48%). Relativamente ao 10º e ao 11º ano estes referem que a Educação Física (EF) permite-lhes aprender como podem melhorar a fazer as atividades, 37 participantes (60,7%) e 11 (68,8%), respetivamente.

Tabela 8- Teste de H de Kruskal Wallis- Aprendizagens Realizadas em Educação Física e o Ano de Escolaridade

<i>Kruskal-Wallis- Aprendizagens realizadas em Educação Física</i>		H	gl	Sig
1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar	3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde;	,547	2	,761
	3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas.	,003	2	,998
2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica	3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão;	1,74	2	,419
	3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas;	5,54	2	,062
	3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene).	2,74	2	,254
3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida	3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer;	,498	2	,780
	3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas.	,196	2	,907
4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência	3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas);	,535	2	,765
	3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança);	1,07	2	,585
	3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza;	4,62	2	,099
	3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares;	2,70	2	,259
	3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades;	,104	2	,949
	3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante.	,007	2	,997

Com base na análise dos dados, através da realização do teste H de Kruskal-Wallis, conseguimos perceber que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) entre os grupos de comparação, aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) e o ano de escolaridade (10º, 11º e 12º ano de escolaridade).

Concluída a visão global sobre o ensino secundário na escola em estudo, apresentam-se em seguida os dados relativos aos anos de entrada e saída do ensino secundário.

6.2. Aprendizagens realizadas em Educação Física e a classificação obtida no ano anterior à entrada e à saída do ensino secundário

Apresenta-se em seguida a identificação das aprendizagens realizadas em EF à entrada e à saída do ensino secundário através da média e o desvio padrão. Um objetivo específico dividido em conformidade com as finalidades da EF e em consideração com as classificações obtidas no ano anterior (2020/2021).

Vamos também poder realizar o teste não paramétrico de correlação de Spearman. Esta decisão foi tomada pelo facto dos dados apresentarem uma distribuição não-normal, ordenados de maneira significativa, considerando-se assim ordinais (Field, 2009). Analisamos os valores de coeficiente de correlação e correlação inversa, pequena, média e de grande para o valor de ($p < 0,05$).

Segundo Cohen (1988) a sugestão que apresenta para os valores de correlação são:

- Pequena= 0.10 até 0.29;

- Média= 0.30 até 0.49;

- Grande= 0.50 até 1.0.

Tabela 9- Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar) e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)

1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)	10º ANO			Média global (DP) (n=47)
	Nota EF no ano anterior			
	3 (n=5)	4 (n=22)	5 (n=20)	
3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde	4,2 (±0,837)	4,09 (±0,868)	4,15 (±0,933)	4,13 (±0,875)
3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas	4,2 (±0,447)	4,32 (±0,477)	4,25 (±0,91)	4,28 (±0,682)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Os dados revelam que nas aulas de Educação Física (EF) os alunos do 10º ano de escolaridade consideram aprender como usar a atividade física para melhorar as capacidades físicas ($M= 4,28$; $DP= 0,682$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações no ano anterior nos três níveis positivos, de 3, 4 ou 5, utilizada na escola no 9º ano de escolaridade. Como melhor usar a atividade física para promover a saúde é o indicador com menor expressão média ($M= 4,13$; $DP= 0,875$), apresentando uma dispersão alargada e, portanto, alguma consistência.

Tabela 10- Desenvolvimento Da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar) e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)

1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar)	12º ANO			Média global (DP) (n=97)
	Nota EF no ano anterior			
	M (DP)			
	13-15 (n=10)	16-18 (n=57)	19-20 (n=30)	
3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde	4,2 (±0,789)	4,14 (±0,953)	4,03 (±1,189)	4,11 (±1,009)
3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas	4,2 (±0,422)	4,16 (±0,922)	3,97 (±1,217)	4,1 (±0,984)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Relativamente aos alunos do 12º ano de escolaridade consideram aprender como melhor usar a atividade física para promover a saúde ($M= 4,11$; $DP= 1,009$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações entre os níveis 13-15, 16-18 ou 19-20, na escola utilizada no 11º ano de escolaridade, apresentando uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência. Como usar a atividade física para melhorar as capacidades físicas é o indicador com menor expressão média ($M= 4,1$; $DP= 0,984$).

As diferenças mais salientes à entrada e à saída do ensino secundário na escola, revelam que aprender como melhor usar a atividade física para promover a saúde e aprender como usar a atividade física para melhorar as capacidades físicas são o menor e o maior destaque para o 10º ano de escolaridade, enquanto o 12º ano de escolaridade é o inverso. Para cada ano, tanto o nível 3 como os níveis entre 13-15, apresentam uma média igual para os dois indicadores ($M= 4,2$).

Tabela 11- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)

<i>2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica</i>	10ª ANO			Média global (DP) (n=47)
	Nota EF no ano anterior			
	3 (n= 5)	4 (n = 22)	5 (n = 20)	
3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão	3,60 (±0,548)	3,68 (±0,955)	3,65 (±1,040)	3,66 (±0,962)
3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas	4,4 (±0,894)	4,14 (±0,941)	4,25 (±0,910)	4,21 (±0,907)
3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene)	4,60 (±0,548)	4,27 (±0,703)	4,35 (±0,988)	4,34 (±0,815)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Os dados revelam que nas aulas de Educação Física (EF) os alunos do 10º ano de escolaridade consideram maioritariamente aprender a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas ($M=4,34$; $DP=0,815$) e também a respeitar os diferentes níveis de capacidades das pessoas ($M=4,21$; $DP=0,907$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações no ano anterior nos três níveis positivos, de 3, 4 ou 5, na escala utilizada no 9º ano de escolaridade. A melhoria da ação como futuro/a cidadão é o indicador com menor expressão média ($M=3,66$; $DP=0,962$), apresentando uma dispersão alargada e, portanto, pouca consistência.

Tabela 12- Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)

<i>2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica</i>	12ª ANO			Média global (DP) (n=97)
	Nota EF no ano anterior			
	13-15 (n = 10)	16-18 (n = 57)	19-20 (n = 30)	
3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão	3,9 (±0,876)	3,56 (±1,165)	3,5 (±0,974)	3,58 (±1,079)
3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas	4,4 (±0,699)	4,49 (±0,805)	4,3 (±0,877)	4,42 (±0,814)
3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene)	4,4 (±0,699)	4,14 (±1,076)	4,3 (±0,952)	4,22 (±1,002)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Relativamente aos alunos do 12º ano de escolaridade consideram respeitar os diferentes níveis de capacidades das pessoas ($M= 4,42$; $DP= 0,814$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações entre os níveis 13-15, 16-18 ou 19-20, na escola utilizada no 11º ano de escolaridade. A melhoria da ação como futuro/a cidadão é o indicador com menor expressão média ($M= 3,58$; $DP= 1,079$), apresentando uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência.

As semelhanças mais salientes à entrada e à saída do ensino secundário na escola revelam respeitar os diferentes níveis das capacidades das pessoas como indicador de destaque e que, tanto o nível 3 como os níveis entre 13-15 apresentam média igual ($M= 4,4$). A melhoria da ação como futuro/a cidadão o indicador com menor expressão média.

Tabela 13- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)

<i>3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida</i>	10ª ANO			Média global (DP) (n=47)
	Nota EF no ano anterior			
	3 (n = 5)	4 (n = 22)	5 (n = 20)	
3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer	3,00 (±1,581)	2,91 (±1,509)	2,15 (±1,348)	2,60 (±1,469)
3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas	3,4 (±1,342)	4,09 (±0,75)	4 (±1,124)	3,98 (±0,989)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Os dados revelam que nas aulas de Educação Física (EF) os alunos do 10º ano de escolaridade consideram desenvolver o gosto pela prática regular das atividades físicas ($M=3,98$; $DP=0,989$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações no ano anterior nos três níveis positivos, de 3, 4 ou 5, na escala utilizada no 9º ano de escolaridade. O entendimento sobre a realização das atividades é o indicador com menor expressão média ($M=2,60$; $DP=1,469$), revelando uma perceção de compreensão das tarefas a realizar, embora apresente uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência.

Tabela 14- Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)

<i>3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida</i>	12ª ANO			Média global (DP) (n=97)
	Nota EF no ano anterior			
	13-15 (n = 10)	16-18 (n = 57)	19-20 (n = 30)	

3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer	2,1 (±0,738)	2,61 (±1,32)	2,03 (±1,129)	2,38 (±1,237)
3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas	3,9 (±0,876)	3,77 (±1,018)	3,87 (±1,074)	3,81 (±1,014)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Relativamente aos alunos do 12º ano de escolaridade consideram desenvolver o gosto pela prática regular das atividades físicas ($M=3,81$; $DP=1,014$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações entre os níveis 13-15, 16-18 ou 19-20, na escala utilizada no 11º ano de escolaridade. O entendimento sobre a realização das atividades é o indicador com menor expressão média ($M=2,38$; $DP=1,237$), revelando uma perceção de compreensão das tarefas a realizar, embora apresente uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência.

As semelhanças mais salientes à entrada e à saída do ensino secundário na escola revelam desenvolver o gosto pela prática regular das atividades físicas em Educação Física (EF), enquanto a compreensão das tarefas a realizar apresenta uma dispersão muito alargada, com a pouca consistência em ambos os anos, apesar de a média ter a maior e a menor nos dois itens.

Tabela 15- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência e a Classificação Obtida no Ano Anterior (10º ano)

4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência	10º ANO			Média global (DP) (n=47)
	Nota EF no ano anterior			
	3 (n = 5)	4 (n = 22)	5 (n = 20)	
3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas)	4,4 (±0,548)	4,41 (±0,503)	4,25 (±1,02)	4,34 (±0,76)
3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança)	2,6 (±1,14)	3,09 (±1,269)	3,1 (±1,41)	3,04 (±1,301)
3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza	2,8 (±1,483)	3,18 (±1,053)	2,95 (±1,432)	3,04 (±1,25)
3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares	3,4 (±0,548)	3,73 (±1,202)	3,05 (±1,317)	3,4 (±1,228)
3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades	4,4 (±0,548)	4,23 (±0,612)	4,1 (±0,852)	4,19 (±0,711)
3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante	2,2 (±1,789)	2,68 (±1,249)	2,55 (±1,504)	2,57 (±1,395)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Os dados revelam que nas aulas de EF os alunos do 10º ano de escolaridade consideram aprender como praticar várias modalidades desportivas ($M=4,34$; $DP=0,76$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações no ano anterior nos três níveis

positivos, de 3, 4 ou 5, na escala utilizada no 9º ano de escolaridade. Aprender que a competição é o mais importante é o indicador com menor expressão média ($M=2,57$; $DP=1,395$), revelando uma perceção sobre o valor da competição, embora apresente uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência.

Tabela 16- Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas Atividades Físicas da sua preferência e a Classificação Obtida no Ano Anterior (12º ano)

4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência	12ª ANO			Média global (DP) (n=97)
	Nota EF no ano anterior			
	13-15 (n = 10)	16-18 (n = 57)	19-20 (n = 30)	
3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas)	4,2 (±0,632)	4,33 (±0,715)	4,47 (±0,86)	4,36 (±0,753)
3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança)	2,8 (±1,549)	3,11 (±1,332)	3,33 (±1,348)	3,14 (±1,354)
3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza	3,3 (±1,337)	2,61 (±1,424)	2,53 (±1,167)	2,66 (±1,345)
3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares	3,6 (±1,35)	3,28 (±1,333)	3,33 (±1,398)	3,33 (±1,344)
3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades	4,3 (±0,483)	4,25 (±0,969)	4,13 (±1,106)	4,22 (±0,971)
3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante	2,5 (±1,179)	2,49 (±1,311)	2,53 (±1,279)	2,51 (±1,276)

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Relativamente aos alunos do 12º ano de escolaridade consideram aprender como praticar várias modalidades desportivas ($M=4,36$; $DP=0,753$). Esta tendência é manifesta nos alunos com classificações entre os níveis 13-15, 16-18 ou 19-20, na escala utilizada no 11º ano de escolaridade. Aprender que a competição é o mais importante é o indicador com menor expressão média ($M=2,51$; $DP=1,276$), revelando uma perceção sobre o valor da competição, embora apresente uma dispersão muito alargada e, portanto, pouca consistência.

As semelhanças mais salientes à entrada e à saída do ensino secundário na escola, revelam aprender como praticar várias modalidades desportivas, enquanto o valor da competição apresenta uma dispersão muito alargada, com pouca consistência em ambos os anos e que, tanto o nível 5 como os níveis entre 19-20 apresentam uma média muito parecida ($M= 2,55$ e $M= 2,53$, respetivamente).

Apresentamos na tabela seguinte os dados relativos ao teste de correlação de Spearman para o 10º ano de escolaridade.

Tabela 17- Teste de Correlação de Spearman- Classificação Obtida no Ano Anterior pelo 10º ano de escolaridade

<i>Spearman Classificação obtida no ano anterior pelo 10º ano</i>		Coeficiente de Correlação	Sig	N
1. Desenvolvimento da Aptidão Física (Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar	3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde;	0,030	0,839	47
	3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas.	0,089	0,551	47
2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica	3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão;	0,018	0,902	47
	3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas;	0,008	0,955	47
	3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene).	0,041	0,783	47
3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida	3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer;	-0,258	0,080	47
	3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas.	0,121	0,417	47
4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência	3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas);	0,005	0,974	47
	3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança);	0,076	0,610	47
	3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza;	-0,030	0,840	47
	3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares;	-0,192	0,195	47
	3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades;	-0,089	0,551	47
	3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante.	0,012	0,935	47

Com base na análise dos dados, através da realização do teste correlação de Spearman, conseguimos perceber que não existem diferenças estatisticamente

significativas ($p < 0,05$) entre os grupos de comparação, aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) e a classificação obtida no ano anterior no 10º ano.

Relativamente ao valor do coeficiente de correlação, as correlações positivas, desenvolvimento do gosto pela prática regular das atividades físicas (1,121), como usar a atividade física para melhorar as capacidades físicas (0,089) e como praticar atividades físicas expressivas (0,076) foram aquelas que mais se destacam entre a classificação obtida no ano anterior, apontando para uma maior valorização das aprendizagens consoante o aumento da classificação. As correlações negativas na dificuldade na compreensão sobre o que era necessário fazer (-0,258), a aprendizagem de como praticar os jogos tradicionais e populares (-0,192) e como praticar atividades físicas de exploração da Natureza foram aquelas que menos se destacam entre a classificação obtida no ano anterior, apontando para uma menor valorização das aprendizagens consoante a diminuição da classificação. Por fim, uma correlação pequena no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividades físicas (0,121).

Apresentamos na tabela seguinte os dados relativos ao teste de correlação de Spearman para o 12º ano de escolaridade.

Tabela 18- Teste de Correlação de Spearman- Classificação Obtida no Ano Anterior pelo 12º ano de escolaridade

<i>Spearman Classificação obtida no ano anterior pelo 12º ano</i>		Coeficiente de Correlação	Sig	N
1. Desenvolvimento da Aptidão Física <i>(Melhoria da Qualidade de Vida, Saúde e Bem-estar</i>	3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde;	-0,006	0,955	97
	3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas.	-0,011	0,914	97
2. Valorização da Ética, Espírito Desportivo, Responsabilidade, Cooperação, Solidariedade e a Consciência Cívica	3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão;	-0,087	0,398	97
	3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas;	-0,082	0,427	97
	3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene).	0,032	0,759	97

3. Reforçar o gosto pela prática regular de Atividade Física ao longo da vida	3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer;	-0,151	0,140	97
	3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas.	0,040	0,698	97
4. Assegurar o Aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência	3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas);	0,173	0,090	97
	3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança);	0,110	0,284	97
	3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza;	-0,105	0,306	97
	3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares;	-0,024	0,814	97
	3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades;	-0,009	0,933	97
	3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante.	0,008	0,937	97

Com base na análise dos dados, através da realização do teste de correlação Spearman, conseguimos perceber que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) entre os grupos de comparação, aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) e o 12º ano de escolaridade.

Relativamente ao valor do coeficiente de correlação, as correlações positivas de como praticar várias modalidades desportivas (0,173) e como praticar atividades físicas expressivas (0,110), foram aquelas que mais se destacam entre a classificação obtida no ano anterior, apontando para uma maior valorização das aprendizagens consoante o aumento da classificação. As correlações negativas na dificuldade na compreensão sobre o que era necessário fazer (-0,151) e como praticar atividades físicas de exploração da natureza (-0,105), foram aquelas que menos se destacam entre a classificação obtida no ano anterior, apontando para uma menor valorização das aprendizagens consoante a diminuição da classificação. Por fim, uma correlação pequena em como praticar várias modalidades desportivas (0,173) e como praticar atividades físicas expressivas (0,110).

6.3. Educação Física em contexto da *Coronavirus Disease 2019*: 2020-2021

Apresenta-se em seguida o estudo sobre as perceções dos alunos sobre a Educação Física (EF) em contexto da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), durante o ano letivo 2020/2021, realizadas à entrada e à saída do ensino secundário.

Vamos verificar se existem diferenças estatisticamente significativas entre o 10º ano e o 12º de escolaridade.

Tabela 19- Educação Física e COVID-19: 10º e 12º ano

Educação Física e COVID-19: 2020-2021		Ano de Escolaridade					
		10º ano			12º ano		
		<i>n</i>	%	<i>Mo</i>	<i>n</i>	%	<i>Mo</i>
10.1.1. As matérias são ensinadas de forma diferente ao habitual;	Discordo totalmente	1	1,6	3	8	8,2	3
	Discordo	15	24,6		17	17,3	
	Concordo ou discordo em parte	15	24,6		30	30,6	
	Concordo	16	26,2		27	27,6	
	Concordo totalmente	14	23		16	16,3	
	Total	61	100		98	100	
10.1.2. Tenho mais aulas em que trabalhamos a aptidão física;	Discordo totalmente	3	4,9	4	7	7,1	4
	Discordo	15	24,6		18	18,4	
	Concordo ou discordo em parte	11	18		25	25,5	
	Concordo	18	29,5		26	26,5	
	Concordo totalmente	14	23		22	22,4	
	Total	61	100		98	100	
10.1.3. Os professores parecem estar mais distantes;	Discordo totalmente	5	8,2	2	14	14,3	2
	Discordo	17	27,9		23	23,5	
	Concordo ou discordo em parte	14	23		26	26,5	
	Concordo	15	24,6		26	26,5	
	Concordo totalmente	10	16,4		9	9,2	
	Total	61	100		98	100	
10.1.4. Sinto que a minha aprendizagem está a ser mais difícil;	Discordo totalmente	9	14,8	2	24	24,5	2
	Discordo	10	16,4		32	32,7	
	Concordo ou discordo em parte	19	31,1		17	17,3	
	Concordo	12	19,7		15	15,3	
	Concordo totalmente	11	18		10	10,2	
	Total	61	100		98	100	
210.1.5. O trabalho com outros colegas, em equipa ou grupo, é menor;	Discordo totalmente	5	8,2	2	19	19,4	2
	Discordo	12	19,7		28	28,6	
	Concordo ou discordo em parte	14	23		17	17,3	
	Concordo	18	29,5		15	15,3	
	Concordo totalmente	12	19,7		19	19,4	
	Total	61	100		98	100	
10.1.6. Tenho menos oportunidades para me autoavaliar;	Discordo totalmente	7	11,5	3	17	17,3	3
	Discordo	13	21,3		24	24,5	
	Concordo ou discordo em parte	18	29,5		28	28,6	
	Concordo	12	19,7		19	19,4	
	Concordo totalmente	11	18		10	10,2	
	Total	61	100		98	100	
	Discordo totalmente	4	6,6	4	13	13,1	4

10.1.7. A minha avaliação está mais orientada para a técnica individual e não para o jogo;	Discordo	12	19,7		16	16,3	
	Concordo ou discordo em parte	12	19,7		24	24,5	
	Concordo	15	24,6		28	28,6	
	Concordo totalmente	18	29,5		17	17,3	
	Total	61	100		98	100	
10.1.8. Estou menos motivado para as aulas de EF;	Discordo totalmente	13	21,3	1	34	34,7	1
	Discordo	8	13,1		19	19,4	
	Concordo ou discordo em parte	13	21,3		18	18,4	
	Concordo	15	24,6		15	15,3	
	Concordo totalmente	12	19,7		12	12,2	
	Total	61	100		98	100	

Escala: de 1- Discordo Totalmente a 5 – Concordo Totalmente.

Como demonstram os dados a opinião dos alunos do 10º e do 12º ano é aparentemente convergente, apresentando valores modais idênticos nos dois anos relativamente aos oito itens em apreciação. Existem, contudo, algumas diferenças a assinalar.

Para ambos os anos, têm mais aulas dedicadas à aptidão física, existe menor motivação para as aulas de Educação Física (EF), e as matérias são ensinadas de forma diferente do habitual. Em relação ao 10º ano, contudo, esta ordem altera-se, destacando-se em primeiro lugar a (54,1%), enquanto no 12º ano o primeiro destaque vai para (48,9%).

Apresentamos na tabela seguinte os dados relativos à significância estatística.

Tabela 20- Teste de U Mann-Whitney- Aprendizagens em Educação Física e o 10º e 12º ano

Educação Física e COVID19: 2020-2021	M (DP)		U	P
	10º ano (n= 61)	12º ano (n= 97)		
10.1.1. As matérias são ensinadas de forma diferente ao habitual.	3,44 (±1,148)	3,27 (±1,171)	2,770.500	.425
10.1.2. Tenho mais aulas em que trabalhamos a aptidão física.	3,41 (±1,230)	3,39 (±1,224)	2,963.000	.925
10.1.3. Os professores parecem estar mais distantes.	3,13 (±1,231)	2,93 (±1,204)	2,734.500	.354
10.1.4. Sinto que a minha aprendizagem está a ser mais difícil.	3,10 (±1,300)	2,54 (±1,294)	2,255.500	.008
10.1.5. O trabalho com outros colegas, em equipa ou grupo, é menor.	3,33 (±1,235)	2,87 (±1,412)	2,408.500	.036
10.1.6. Tenho menos oportunidades para me autoavaliar.	3,11 (±1,266)	2,81 (±1,232)	2,586.500	.144
10.1.7. A minha avaliação está mais orientada para a técnica individual e não para o jogo.	3,51 (±1,286)	3,20 (±1,284)	2,592.000	.149
10.1.8. Estou menos motivado para as aulas de EF.	3,08 (±1,429)	2,51 (±1,416)	2,321.500	.015

Verifica-se que, em relação ao 10º ano de escolaridade, destaque vai para a avaliação mais orientada para a técnica individual e não para o jogo ($M=3,51$; $DP=1,286$), seguido das matérias ensinadas de forma diferente do habitual ($M=3,44$; $DP=1,148$), e ainda mais aulas onde trabalharam a aptidão física ($M=3,41$; $DP=1,230$). Todavia, em relação ao 12º ano de escolaridade, verifica-se maior destaque em mais aulas em que trabalharam a aptidão física, ($M=3,39$; $DP=1,224$), seguido das matérias ensinadas de forma diferente do habitual ($M=3,27$; $DP=1,171$) e ainda a avaliação mais orientada para a técnica individual e não para o jogo ($M=3,20$; $DP=1,284$).

Há diferenças significativas entre os alunos do 10º e o 12º ano, em relação ao aumento da dificuldade da aprendizagem ($U=2,255,50$, $p=0,008$), trabalho com os outros colegas, equipa ou grupo ($U=2,408.500$, $p=0,036$), era menor à menor motivação para as aulas de EF ($U=2,321.500$, $p=0,015$).

6.4. Perfil de aprendizagem nos anos de entrada e saída do ensino secundário

Apresentamos um possível perfil de aprendizagem para a entrada e a saída do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) através de um varrimento dos resultados obtidos nos dois objetivos específicos anteriores.

Para o 10º ano de escolaridade as aprendizagens realizadas em Educação Física (EF) revelam a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, em contrapartida, com menor evidência, o reforço pelo gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida.

Em relação ao 12º ano de escolaridade as aprendizagens realizadas na disciplina revelam uma valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica e o desenvolvimento da aptidão física (melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar), em contrapartida, com menor evidência, o reforço pelo gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida.

Relativamente à EF em contexto da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), as semelhanças mais salientes à entrada e à saída do ensino secundário na escola, revelam que a aprendizagem não estava a ser mais difícil durante o período em análise.

7. Discussão dos Resultados

Neste subcapítulo referimo-nos à análise e discussão dos resultados obtidos através da descrição dos itens que nos podem levar a sugerir se as aprendizagens foram ou não percecionadas pelo ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM).

7.1. Aprendizagens realizadas em Educação Física

Partindo da leitura dos dados de acordo com as finalidades da disciplina de Educação Física (EF) (Ministério da Educação, 2018), os resultados sugerem que os alunos do ensino secundário da ESIDM apresentam uma perceção de aprendizagem com maior expressão em relação à utilização da atividade física para promover a saúde e as capacidades físicas. Duas aprendizagens que ao encontro de uma das finalidades da disciplina, nomeadamente o desenvolvimento da aptidão física (melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar). Indicador que realça a ideia de Crum (2012), que para além da Educação, a EF promove o combate a um conjunto de doenças, visando a preparação do físico e a recreação do currículo de aprendizagem. Pastor-Vicedo et al. (2015) também reforça a mesma ideia da importância da saúde na adoção de um estilo de vida saudável e a promoção o desenvolvimento físico e mental. Também outra das finalidades da disciplina, particularmente a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, revelou uma maior perceção de aprendizagem sobre o respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um e na melhoria da ação como futuro/a cidadão. Indicador que vai ao encontro das Aprendizagens Essenciais (AE) para o ensino secundário, estabelecidas pelo Ministério da Educação (2018), referem que uma das competências a atingir dizem respeito ao desenvolvimento pessoal, desde da cordialidade até à equidade. No que diz respeito ao reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, os alunos apresentam maior expressão no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física. Indicador que Chen e Ennis (2004) referem como objetivo da EF no alcance do desenvolvimento de um estilo de vida fisicamente ativo. Por fim, a aprendizagem de como praticar várias modalidades desportivas e a melhoria na realização das atividades, foram os destaques das perceções de aprendizagem. Esta aprendizagem corresponde ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência, sendo muitas das vezes a única oportunidade para aprenderem este tipo de

habilidades motoras e comportamentais (Corbin, 2002, como citado por Chen & Ennis (2004).

Para o 10º ano de escolaridade da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), os alunos apresentam uma perceção de aprendizagem com maior expressão em relação a como utilizar a atividade física para melhorar as capacidades físicas. Uma aprendizagem que vai encontro de uma das finalidades da disciplina, nomeadamente o desenvolvimento da aptidão física. Também outra das finalidades da disciplina, particularmente a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, revelou uma maior perceção de aprendizagem sobre como melhorar a ação como futuro/a cidadão e sobre respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um. No que diz respeito ao reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, os alunos apresentam maior expressão no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física. Por fim, como aprender melhor a realizar as atividades foi o destaque das perceções de aprendizagem que correspondem ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência.

Não obstante, a reduzida participação dos alunos, relativamente ao 11º ano de escolaridade da ESIDM, os alunos apresentam uma perceção de aprendizagem com maior expressão em relação a como utilizar a atividade física para melhorar as capacidades físicas. Uma aprendizagem que vai encontro de uma das finalidades da disciplina, nomeadamente o desenvolvimento da aptidão física. Também outra das finalidades da disciplina, particularmente a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, revelou uma maior perceção de aprendizagem sobre o respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um. No que diz respeito ao reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, os alunos apresentam maior expressão no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física. Por fim, como aprender melhor a realizar as atividades foram os destaques das perceções de aprendizagem que correspondem ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência.

Por fim, o 12º ano de escolaridade da ESIDM, os alunos apresentam uma perceção de aprendizagem com maior expressão em relação a como utilizar a atividade física para a promoção da saúde. Uma aprendizagem que vai encontro de uma das finalidades da disciplina, nomeadamente o desenvolvimento da aptidão física. Também outra das finalidades da disciplina, particularmente a valorização da ética, espírito desportivo,

responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica, revelou uma maior perceção de aprendizagem sobre o respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um. No que diz respeito ao reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, os alunos apresentam maior expressão no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física. Por fim, como praticar várias modalidades desportivas foram os destaques das perceções de aprendizagem que correspondem ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência.

7.2. Aprendizagens realizadas em Educação Física tendo e a Classificação Obtida no Ano Anterior à entrada e à saída do ensino secundário

Partindo da leitura dos dados de acordo com as finalidades (Ministério da Educação, 2018) da disciplina de Educação Física (EF), os resultados sugerem que os alunos do 10º ano de escolaridade, com classificação de nível 3, apresentam uma perceção de aprendizagem com maior expressão nos valores da responsabilidade, ética, cooperação e higiene. Uma aprendizagem que ao encontro de uma das finalidades da disciplina, nomeadamente a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. Os alunos com classificação de nível 4 apresentam perceções de aprendizagem com maior expressão em como utilizar a atividade física para melhorar as capacidades físicas. Além disso também apresentam maior expressão no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física e de como praticar várias modalidades desportivas, associadas ao desenvolvimento da aptidão física. Por último, o reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida e ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência. Os alunos com classificação de nível 5 não apresentaram valores de grande destaque.

Relativamente ao 12º ano de escolaridade da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), os alunos com classificação entre o nível 13-15 apresentam perceções de aprendizagem com maior expressão em relação a como utilizar a atividade física para melhorar as capacidades físicas e no desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física. Duas aprendizagens que vão ao encontro da finalidade do desenvolvimento da aptidão física e o reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida. Os alunos com classificação entre o nível 16-18 apresentam perceções sobre o respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um, associada à

valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. Os alunos com classificação entre o nível 19-20 apresentam percepções de aprendizagem com maior expressão em relação a como praticar várias modalidades desportivas, associada ao assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência

Atendendo ao ano de entrada e de saída do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), os alunos com classificação de nível 4, no término do 9º ano de escolaridade, apresentam em destaque o desenvolvimento da aptidão física, nomeadamente a aprendizagem de como utilizar a atividade física para melhorar as capacidades físicas, mas também o reforço do gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida, nomeadamente o desenvolvimento do gosto pela prática regular de atividade física, como os alunos com classificação entre o nível 13-15 no 12º ano. Além disso os alunos com classificação de nível 4, no término do 9º ano de escolaridade, apresentam em destaque o assegurar do aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência, nomeadamente a aprendizagem de como praticar várias modalidades desportivas, como os alunos com classificação entre o nível 19-20 no 12º ano. Indicadores que vão ao encontro de Jansson et al. (2022) a Educação Física (EF) promove de forma positiva as experiências de aprendizagem significativas e promovidas pela saúde.

7.3. Educação Física em contexto da *Coronavirus Disease 2019*: 2020-2021

Partindo da leitura dos dados, de acordo com a percepção dos alunos sobre as aulas de EF, em contexto da patologia da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19), durante o ano letivo 2020/2021, à entrada e à do ensino secundário, os resultados sugerem que o aumento do trabalho de aptidão física, matérias ensinadas de forma diferente do habitual e a orientação da avaliação para a técnica individual e não para o jogo, vão ao encontro da literatura, no que diz respeito aos constrangimentos impostos pelo contexto pandémico vivido. Aulas mais orientadas para o trabalho de aptidão física, um dos destaques evidenciados por Monteiro et al. (2021), que verificou que aulas de EF foram substituídas por uma maior incidência sobre trabalho de aptidão física. Igualmente o relatório sobre saúde mental do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) em 2021, as crianças revelaram sentimentos de depressão e pouco interesse em determinadas tarefas,

mas também perdas de rotinas, da educação e lazer. Num outro estudo de Peixoto et al. (2021), sentimentos de tristeza, medo da situação e as saudades dos amigos, na maioria dos casos foram os constrangimentos que se destacaram.

Todavia, à saída do ensino secundário os resultados sugerem que ao discordarem totalmente com a menor motivação para as aulas de Educação Física (EF) e ao discordarem com a dificuldade nas aprendizagens, podem indicar que estes itens não ficaram influenciados pelo contexto da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Uma solução que foi ao encontro de um problema e que está cada vez mais presente no crescimento da educação, no que diz respeito à viabilidade de alternativas virtuais às salas de aula e ao ensino presencial (Webster et al., 2021).

7.4. Perfil de aprendizagem nos anos de entrada e saída do ensino secundário

Os resultados sugerem que a maioria dos alunos à entrada do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) concorda com as diferentes finalidades da EF, em destaque para a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. As aprendizagens previstas, inerentes a estas finalidades, é a que mais a caracteriza; em contrapartida, o reforço pelo gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida com menor evidência, indicam que poderão necessitar de maior reforço no 11º ano e no 12º ano no próximo ano letivo.

A evidência dos resultados à saída do ensino secundário indica que a maioria dos alunos concorda com as diferentes finalidades da EF. Os maiores destaques vão para a valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. As aprendizagens previstas, inerentes a estas finalidades, é a que mais a caracteriza; em contrapartida, o reforço pelo gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida com menor evidência.

Esta é uma das finalidades que é o mesmo problema que no perfil de entrada e de saída; o que pode representar uma lacuna no ensino da EF ou pelo menos na perceção dos alunos, em contrapartida os dados dizem que a EF está a realizar a maioria das suas finalidades.

8. Limitações e Indicadores de Ação Futura

Todas as investigações têm diversas limitações e a nossa não foge à regra. Certamente que o facto de os participantes se cingirem aos alunos da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM) não é generalizável por se referirem a uma única escola, mas que constituem uma perspetiva sobre o papel da Educação Física (EF). Para além disto, podemos ver esta situação como uma oportunidade para no futuro poder abrangerem mais escolas do agrupamento.

Por outro lado, o limitado número de participantes do 11º ano de escolaridade levou-nos a caracterizar os alunos à entrada e à saída do ensino secundário em três dos nossos objetivos.

Todavia, durante a aplicação do questionário foi possível verificar que vários foram os alunos que não obtiveram a autorização dos encarregados de educação. A escola e os professores têm de ser capazes de oferecer mais abertura para a realização destes questionários junto das turmas, é através da sua aplicação que se consegue perceber e analisar as perceções dos alunos e com isso podermos ir ao encontro das suas necessidades.

9. Conclusão

Atinente à presente investigação, os resultados obtidos sugerem que os alunos do ensino secundário da ESIDM, através do ano de escolaridade, poderão ter maiores perceções acerca das aprendizagens realizadas em EF naquelas que vão ao encontro com a aprendizagem sobre o respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um, mais propriamente na valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica.

Ao analisarmos as perceções acerca das aprendizagens realizadas em EF, tanto nos alunos do 10º ano como do 12º ano de escolaridade vão ao encontro da finalidade da valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. Os alunos que obtiveram uma classificação de nível 4 no término do 9º ano de escolaridade, no ano letivo 2020/2021, encontraram as maiores perceções, no que diz respeito aos valores da responsabilidade, ética, cooperação e higiene. Em contrapartida, os alunos do 12º ano de escolaridade, que obtiveram uma classificação

entre o nível 16-18 encontraram maiores percepções de aprendizagens relativas ao respeito pelos diferentes níveis de capacidade de cada um.

Os alunos à entrada do ensino secundário revelaram que o contexto pandémico da *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) fez com que a orientação da avaliação estivesse mais orientada para a técnica individual e não para o jogo. À saída do ensino secundário os resultados sugerem que a pandemia não comprometeu a motivação para as aulas de EF, nem que durante o mesmo período sofreram com dificuldades nas aprendizagens.

Determinando um possível perfil dos alunos à entrada e à saída do ensino secundário da Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), verificamos que se encontram maiores evidências na valorização da ética, espírito desportivo, responsabilidade, cooperação, solidariedade e a consciência cívica. Em contrapartida, no reforço pelo gosto pela prática regular de atividade física ao longo da vida com as menores evidências.

Neste início de carreira na área de Educação Física (EF), o conhecimento da necessidade constante do saber atualizado é possível de ser encontrado na investigação como um meio que auxilia a sabedoria. A investigação é uma ferramenta que combina todo esse processo de autoformação e como afirma Coutinho et al. (2009), “no contexto da educação a prática e a reflexão são interdependentes” e ainda Máximo-Esteve (2008), o “recurso apropriado para a melhoria da educação e o desenvolvimento dos profissionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS SOBRE O ESTÁGIO PEDAGÓGICO

No epílogo do nosso relatório de Estágio Pedagógico (EP), desenvolvido ao longo do ano letivo 2021/2022, na Escola Secundária Infanta Dona Maria (ESIDM), foi visivelmente perceptível um crescimento que atendeu a todos os princípios e conhecimentos adquiridos ao longo de 3 anos de licenciatura e 2 anos de mestrado.

Foi evidenciada uma análise reflexiva sobre a nossa prática pedagógica, revelando todos os acontecimentos inerentes às diferentes intervenções.

A área 1 permitiu aprofundar e aplicar os conhecimentos na produção de um planeamento anterior à realização. A realização propriamente dita concretizou-se com a aplicação do que foi planeado. Os momentos de instrução, gestão, clima e disciplina foram sendo aprimorados através de princípios e sequências pedagógicas pensadas, respeitando todas as normas e conhecimentos científicos. Por fim, a parte avaliativa atendeu ao rigor e espírito de justiça, conseguindo observar e analisar de forma sustentada com o intuito de promover o sucesso de cada um.

A área 2 referente ao acompanhamento do cargo de Diretor de Turma (DT) foi dividido em diferentes momentos e permitiram-nos conhecer melhor a forma de gestão e liderança dos processos de acompanhamento e controlo de uma turma.

A área 3 com os projetos e parcerias educativas evidenciou-se em três momentos de atividades adequadas às necessidades dos alunos, promotoras de aprendizagens significativas para todos os intervenientes.

Por fim, a área 4 destinada à atitude ético-profissional teve um investimento pessoal, revelando a importância de um docente se apresentar ativo e autónomo para o melhor exercício das suas funções.

No que diz respeito ao desenvolvimento do Tema-Problema, intitulado de “Perceções dos alunos sobre as aprendizagens realizadas em Educação Física”, cumpriu com o que nos foi solicitado, deixando em aberto um aperfeiçoamento numa eventual replicação da situação investigativa em causa.

Todo este processo foi ao encontro das nossas expectativas iniciais, num aumento do conhecimento e da capacidade de enfrentar um futuro que se avizinha desafiante, mas certamente que em colaboração com outros profissionais inovadores e proativos, permitir-nos-á aperfeiçoar o processo de ensino-aprendizagem nas instituições onde venhamos a trabalhar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado, J., Ferreira, E., Moreira, S. & Silva, E. (2009). Ambiente disciplinar em escolas do primeiro ciclo: As normais e as regras de convivência, 197-199. *Atas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga: Universidade do Minho.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall.
- Batista, P., A. & Graça, A. (2019). Avaliação como ponte entre o ensinar e o aprender: Estratégias e exemplos para uma reconfiguração da avaliação em educação física. In Sociedade Portuguesa de Educação Física (2019). *Avaliação em educação física- Perspetivas e desenvolvimento*. Lisboa: SPEF (omniserviços).
- Batista, P., Queirós, P., & Graça, A. (2014). O estágio profissional na re(construção) da identidade profissional em educação física. Porto: FADEUP.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física*. Cultura Física. Lisboa: Livros Horizonte.
- Beltekin, E., & Kuyulu I (2020). The effect of coronavirus (COVID19) outbreak on education systems: Evaluation of distance learning system in turkey. *Journal of Education and Learning*, 9(4), 1-9.
- Bourne J. (2005). Pierre Dominicé (2002): L'histoire de vie comme processus de formation. L'orientation scolaire et professionnelle, 34(3). L'Harmattan. Disponível em: <https://journals.openedition.org/osp/790> [Consulta em 01/04/2022].
- Brás, J., & Gonçalves, M. (2011). Do tribalismo disciplinar ao novo paradigma do trabalho docente. *Revista Histórica da Educação*, 15(34), 78-105. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/asphe/article/view/21276> [Consulta em 02/04/2022].
- Bunker D., & Thorpe R. (1982). A model for teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18(1), 5-8.

- Chappuis, J. (2005). Helping students understand assessment. *Educational Leadership*, 63(3), 39-43.
- Chen, A. & Ennins, C. (2004).) Goals, Interests, and Learning in Physical Education. *The Journal of Educational Research*, 97 (6), 329-339. Disponível em: <https://doi.org/10.3200/JOER.97.6.329-339> [Consulta em 14/06/2022].
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2ª ed.). New York: Lawrence Erlbaum Pub.
- Correia, V., Carvalho, J., Araújo, D., Pereira, E. & Davids, K. (2018). Principles of nonlinear pedagogy in sport practice. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 24(2), 117-132.
- Coulter, M., Britton, Ú., MacNamara, A., Manninen, M., McGrane, B., & Belton, S. (2021). PE at home: Keeping the ‘E’ in PE while home-schooling during a pandemic. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1963425> [Consulta em 11/05/2022].
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M., & Vieira, S. (2009). Investigação-ação: Metodologia preferencial nas práticas educativas. *Revista Psicologia, Educação e Cultura*, XIII (2), 445-479.
- Diaz, J. (2005). La evaluación formativa como instrumento de aprendizaje en educación física, 115-120. Barcelona: INDE.
- Fernandes, D. (2011). Avaliar para melhorar as aprendizagens: Análise e discussão de algumas questões essenciais, 81-107. Lisboa: Instituto de Educação- Universidade de Lisboa.
- Field, A. (2009). *Descobrimo a estatística usando o SPSS Tradução Lori Viali* (2ª ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Garber, C., Blissmer, B., Deschenes, M., Franklin, B., Lamonte, M., Lee, I., & Swain, D. (2011). Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotor fitness in apparently health adults: Guidance for prescribing exercise. *Medicine & Science In Sport & Exercise* 43(7), 1334-1359.

- Graça, A., Batista, P., & Moura, A. (2019). Ponderar a avaliação em educação física orientada para a Aprendizagem. In Sociedade Portuguesa de Educação Física (2019). *Avaliação em educação física- Perspetivas e desenvolvimento*. Lisboa: SPEF (omniserviços),
- Harris, L., & Brown, G. (2018). Using Self-Assessment to improve student learning. New York: Routledge.
- Helder, L., Simões J., Vicente, A., Prudente J., & Fernando C. (2017). A personalização do processo pedagógico- a perceção dos alunos, 113-123. Centro de Investigação em Educação, Universidade da Madeira.
- Jansson, A., Sundblad, G., Lundvall, S., Bjarsholm D., & Norberg, J. (2022). Students' perceived learning in physical education: variations across students' gender and migration background in Sweden. *Sport, Education and Society*, 27(4), 421-433. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1878129> [Consulta em 14/06/2022].
- López-Pastor, V. (2009). Evaluación formativa y compartida en educación superior. *Propuestas, técnicas, instrumentos y experiencias*. Madrid, Narcea. Lópe
- Macedo, S., & Caetano, A. (2020). A Formação ética profissional docente: significados, trajetórias e modelos. *Revista Exitus*, (10), 01-30.
- Machado, J., & Formosinho, J. (2016). Equipas educativas e comunidades de aprendizagem. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, (16), 11-31. Disponível em: <https://doi.org/10.34632/investigacaoeducacional.2016.3419> [Consulta em 07/04/2022].
- Marques, R. (2002). O diretor de turma e a relação educativa. Editorial Presença.
- Martins, C. (2011). Manual de Análise de Dados Quantitativos com recurso ao IBM SPSS. Saber decidir, fazer, interpretar e redigir. Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Ministério da Educação (agosto de 2018). Aprendizagens Essenciais /Articulação com o perfil dos alunos. Ensino Secundário Educação Física. Disponível em: [educacao_fisica_intr_geral.pdf \(mec.pt\)](educacao_fisica_intr_geral.pdf (mec.pt)) [Consulta em 14/06/2022].
- Monteiro, L., Massuca, L., Infante, J., Sequeira, A., & Silva, T. (2021). Atividade física em contexto de contenção social COVID-19 e impacto na aptidão física dos

- Cadetes-Alunos do MICP/CFOP do ISCPPI, *Revista Portuguesa de Ciências Policiais* 143-160. Instituto Superior de Ciências Policiais de Segurança Interna.
- Nobre, P. (2021). Currículo e avaliação em educação física: Um manual pedagógico, 52-62. Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.
- Nobre, P. (2019). Avaliação coparticipada em educação física. In Sociedade Portuguesa de Educação Física (2019). *Avaliação em educação física- Perspetivas e desenvolvimento* 115-131. Lisboa: SPEF (omniserviços).
- Nobre, P. (2017). Estilos de ensino. In Martins, R., Dias, G., & Mendes, P. (2017). Ténis: Estratégia, perceção e ação, *Imprensa da Universidade de Coimbra* 145-155. Disponível em: [Estilos de ensino - UC Digitalis](#) [Consulta em 17/06/2022].
- O'Sullivan, M., Tannehill, D., & Hinchion, C. (2010). Teaching as professional enquiry. In *Physical Education for Learning* 54-64. London: Continuum.
- Pais, A. (2013). A unidade didática como instrumento e elemento integrador de desenvolvimento da competência leitora: crítica da razão didática. *Didática e práticas: a língua e a educação literária*, 66-86. Ópera Omnia.
- Pastor-Vicedo, J., Gil-Madróna, P., Prieto-Ayuso, A., & González-Vilora, S. (2015). Los contenidos de salud en área de educación física: Análisis del currículum vigente. *Retos de la Actividad Física y el Deporte*, 28, 134-140. Disponível em: <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.34900> [Consulta em 04/05/2022].
- Peixoto, D., Leal, B., Ribeiro, D., Correia, L., Hipólito, E., & Rocha, P. (2021). Impact of confinement on the health of children and adolescents during the COVID-19 pandemic. *Acta Medica Portuguesa*. Disponível em: <https://doi.org/10.20344/amp.15885> [Consulta em 13/06/2022].
- Piéron, M. (1996). Aquisição de técnicas de ensino e de supervisão pedagógica. *Formação de Professores*. Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Popham, J. (2003). *Test better, teach better: The instructional role of assessment*. Association for Supervision and Curriculum Development.

- Quina, J. (2009). A organização do processo de ensino em educação física. Instituto Politécnico de Bragança. Escola Superior de Educação.
- Richardson, V (1997). Tempo e espaço. In Arends, R. (2008). *Aprender a ensinar*. Lisboa: McGrawhill.
- Roldão, M., & Almeida, S. (2018). Gestão curricular- Para a autonomia de escolas e professores. Ministério da Educação/Direção-Geral da Educação. Direção-Geral da Educação.
- Roldão, M., Neto-Mendes, A., Costa J., & Alonso, L. (2006). Organização do trabalho docente: uma década em análise (1996-2005). *Investigar em educação – Revista da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação*, (5), 17-148.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do desporto*. Lisboa: Edições FMH.
- Sanches, I. (2005). Compreender, agir, mudar, incluir. Da investigação-ação à educação inclusiva. *Revista Lusófona de Educação*, 5(5) 127-142.
- Sarmiento, P. (1992). A demonstração como processo de auto-observação. In Pedro Sarmiento, *Pedagogia do desporto*, Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, 18-26.
- Schmidt, A. (1991). *Motor learning & performance: from principles to practice*. Champaign, Human Kinetics.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a ensinar la educación física*. Barcelona: INDE.
- Tonello M. & Pelegrini, A. (1998). A utilização da demonstração para a aprendizagem de habilidades motoras em aulas de educação física. *Revista Paulista de Educação Física*, 12(2), 107-114.
- Tripp, D. (2005). Pesquisa-ação: Uma introdução metodológica (Lólio Lourenço de Oliveira, Trad.). *Educação e Pesquisa*, São Paulo, 31(3), 443-466.
- United Nations Children´s Fund. (2021). *The state of the world´s children 2021: On my minf-Promoting, protecting and caring for children´s mental health*, UNICEF, New York.
- Vieira, F., Luís, S., Vilaça, T., Parente, M., Vieira, F., Almeida, M., Pereira, I., Solé, M., Varela, P., Gomes & A., Silva, A. (2013). O papel da investigação na prática

pedagógica dos mestrados em ensino. *Atas do XII Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*, 2641-2655. Braga, Centro de Investigação em Educação (CIEd), Instituto de Educação da Universidade do Minho.

Vilchez, J., Ruse, J., Puffer, M., & Dudovitz, R. (2021). Teachers and school health leaders perspectives on distance learning physical education during the COVID-19 pandemic. *Journal of School Health*, 91(7), 541-549.

Webster, C., D'Agostino, E., Urtel, M., McMullen, J., Culp, B., Egan Loiacono, C., & Kilian, C. (2021). Physical education in the COVID era: Considerations for online program delivery using the comprehensive school physical activity program framework. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(2), 327-336.

Wilfred, C. (2007). Educational research as a practical science. *International Journal of Research & Method in Education*, 3(3), 271-286. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/17437270701614774> [Consulta em 04/04/2022].

William, D (2018). *Embedded formative assessment*, 184-185. Solution Tree Press.

Wu, F., Zhao, S., Yu, B., Chen, Y., Wang, W., Song, Z., Hu, Y., Tao, uan, M., Zhang, Y., Dai, F., Liu, Y., Wang, Q., Zheng, J., Xu, L., Holmes, E & Zhang, Y. (2020) A new coronavirus associated with human respiratory disease in China. *Nature* 579, 265–269. Disponível em: <https://doi.org/10.1038/s41586-020-2008-3> [Consulta em 10/04/2022].

Legislação:

Decreto- Lei nº 240/2001 de 30 de agosto.

Decreto- Lei nº 55/2018 de 6 de julho.

ANEXOS

Anexo II- Mapa de Rotação de Espaços

		1ª ROTACÃO																				
		2ª				3ª				4ª				5ª				6ª				
		POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	
08:00	08:50	10D*	8A	7E	11B	12A	8B	7D	9B	11A*	8C	10F	9C	12E	12A	8A	8E			10A	7A	11C
08:55	09:45	10D*	8A	7E	11B	12A	8B	7D	9B	11A	7B	10F	9C	12E		8B	8E			10A	7A	11C
10:00	10:50	11D	8C		11A	12C		7A	9D	11G	7C	10H		12F	12C		7E	10C	10D	7D		
10:55	11:45	11D	8C	7C	11A	12C	8D		12E	11G	7C	10H		9B	12B	8D		10C	10D	7B	9A	
11:55	12:45	10H*		11F	11E*		8D		12F	11E		10B	9A	9D		10G*	11D*	10E*	10F*	7B	11G*	
12:50	13:40	10H*		11F	11E*			8E	12F	11E		10B	9A	9D		10G*	11D*	10E*	10F*	9C	11G*	
13:45	14:35											12G										
14:45	15:35	12G		12D			10G	10E				12D										
15:45	16:35	12G			12H	11C*	10G	10E		12H		12D				11F*		10B*		11B*		
16:40	17:30	10A*		12B	12H	11C*		10C*								11F*		10B*		11B*		
17:40	18:30	10A*		12B				10C*														
18:35	19:25																					

		2ª ROTACÃO 4 PROFESSORES																			
		2ª				3ª				4ª				5ª				6ª			
		POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS
08:00	08:50	11B	10D*	8A	7E	9B	12A	8B	7D	9C	11A*	8C	10F	8E	12E	12A	8B	11C		10A	7A
08:55	09:45	11B	10D*	8A	7E	9B	12A	8B	7D	9C	11A	7B	10F	8E	12E		11F*	11C		10A	7A
10:00	10:50	11A	11D	8C		9D	12C		7A	11G	7C	10H		7E	12F	12C	11F*			10C	10D
10:55	11:45	11A	11D	8C	7C	12E	12C	8D		11G	7C	10H		9B	12B	8D	9A	10C	10D	7B	
11:55	12:45	11E*	10H*		11F	12F		8D		9A	11E		10B	11D*	9D		10G*	11G*	10E*	10F*	7B
12:50	13:40	11E*	10H*		11F	12F			8E	9A	11E	8A	10B	11D*	9D		10G*	11G*	10E*	10F*	9C
13:45	14:35											12G								DE B	
14:45	15:35	12G		12D			10G	10E		12D		DE V				DE V	DE B				
15:45	16:35	12G			12H	11C*	10G	10E		12D		12H				DE V				DE B	
16:40	17:30	10A*		12B	12H	11C*		10C*										11B*		10B*	
17:40	18:30	10A*		12B				10C*										11B*		10B*	
18:35	19:25																				

		3ª ROTACÃO 4 PROFESSORES																			
		2ª				3ª				4ª				5ª				6ª			
		POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS	POLI	EXT	GIN	PIS
08:00	08:50	7E	11B	10D*	8A	7D	9B	12A	8B	10F	9C	11A*	8C	8B	8E	12E	12A	7A	11C		10A
08:55	09:45	7E	11B	10D*	8A	7D	9B	12A	8B	10F	9C	11A	7B	11F*	8E	12E		7A	11C		10A
10:00	10:50		11A	11D	8C	7A	9D	12C		10H		11G	7C	11F*	7E	12F	12C	7D		10C	10D
10:55	11:45	7C	11A	11D	8C		12E	12C	8D	10H		11G	7C	8D		9B	12B	7B	9A	10C	10D
11:55	12:45	11F	11E*	10H*			12F		8D	10B	9A	11E		10G*	11D*	9D		7B	11G*	10E*	10F*
12:50	13:40	11F	11E*	10H*		8E	12F			10B	9A	11E	8A	10G*	11D*	9D		9C	11G*	10E*	10F*
13:45	14:35											12G								DE B	
14:45	15:35			12G	12D	10E		10G		12D		DE V				DE V	DE B				
15:45	16:35	12H		12G		10E	11C*	10G		12D		12H				DE V					
16:40	17:30	12H		10A*	12B	10C*	11C*											10B*		11B*	
17:40	18:30			10A*	12B	10C*												10B*		11B*	
18:35	19:25																				

Anexo IV- Exemplo de um Plano de Aula



Escola Secundária
Infanta D. Maria

Plano de Aula nº			
Professor Orientador: Rafael Baptista		Data:	Hora:
Professor Estagiário: Duarte Jorge Messias		Local:	Período:
Ano/Turma:	Nº da aula:	UD:	Nº da UD:
Tempo:	Nº de Alunos:	Nº de Alunos Dispensados:	
Função Didática:			
Recursos Materiais:			
Estilos de Ensino:			
Objetivos Gerais:			

Tempo		Objetivos Específicos	Descrição da Tarefa/ Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito
T	P				
Parte Inicial					
Parte Fundamental					
Parte Final					

Fundamentação/Justificação das opções tomadas (Tarefas e a sua sequência)

Anexo V- Exemplo de um Protocolo de Avaliação

Protocolo de Avaliação- Andebol

9º C 2021/2022



Conteúdos	Descrição do Exercício	Componentes Críticas	CrITÉrios de Avaliação
Passe	<ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo reduzido; - Situação de passe, frente a frente 2 a 2 com aplicação de diferentes tipos de passe. - Situação de passe, orientados para a baliza, 3 a 3 com aplicação de diferentes tipos de passe. - Situação de passe em progressão no terreno com aplicação de diferentes tipos de passe. 	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pega da Bola: O mais firme possível, agarrando a maior parte da superfície da bola; - Avança, em afastamento ântero-posterior, o membro inferior contrário ao que “arma”. Ligeira flexão do membro inferior que está mais avançado; - Eleva o membro superior a 90º, “braço armado”, contrário ao membro inferior que avançou. O outro membro superior é colocado na zona do peito, fletido, para ajudar no equilíbrio; - Dependendo da tipologia de passe executa: Passe picado: O membro superior que executa o passe realiza uma trajetória de trás para a frente com o intuito de a bola tocar no solo a metade da distância do par. Passe direto: O membro superior que executa o passe realiza uma trajetória de trás para a frente com o intuito de fazer chegar a bola ao colega que se prepara com as “mãos alvo”. 	<ul style="list-style-type: none"> - Eleva o membro superior a 90º, “braço armado”, contrário ao membro inferior que avançou; - Avança, em afastamento ântero-posterior, o membro inferior contrário ao que “arma”; - Trajetória de trás para a frente do membro superior. - Olhar direcionado para o colega que vai receber a bola;
Receção	<ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo reduzido; - Situação de receção da bola, frente a frente 2 a 2 com aplicação de diferentes tipos de passe. - Situação de receção da bola, orientados para a 	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recebe a bola com as duas mãos; - As mãos são colocadas na zona do peito, na linha intermamilar; - A bola pode tomar outras trajetórias, colocando ao recetor a gestão da colocação das mãos onde idealiza que vai terminar o passe; Receção alta: 	<ul style="list-style-type: none"> - As mãos são colocadas na zona do peito; - Desloca os membros superiores e posiciona as duas mãos de forma a ir ao encontro da bola; - Olhar direcionado para a bola.
	<ul style="list-style-type: none"> baliza, 3 a 3 com aplicação de diferentes tipos de passe. - Situação de passe e receção, em progressão no terreno, com aplicação de diferentes tipos de passe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Membros superiores estendidos com as mãos em forma de “W”, polegares e indicadores; Receção baixa: <ul style="list-style-type: none"> - Membros superiores estendidos com as mãos voltadas para cima, em “concha”. - Ao realizar a receção é necessário ter em conta a flexão dos membros superiores para amortecer o impacto da bola; 	<ul style="list-style-type: none"> - Flexão dos membros superiores para amortecer o impacto da bola após receção.
Drible	<ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo reduzido; - Situações isoladas de drible 1vs1; - Situações isoladas de drible 2vs2. 	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dribla a bola, executando uma determinada força, com um dos membros superiores, embatendo a bola no solo. Realizado com as pontas dos dedos pode ser distinguido: Drible em progressão: <ul style="list-style-type: none"> - Intenção de progredir em campo, logo a trajetória de embate da bola no solo é “inclinada”; - O pulso impulsiona e amortece a bola; - Conduzida à frente e ao lado do corpo do aluno. Drible de “controlo”: <ul style="list-style-type: none"> - Intenção de proteger a bola na zona, a trajetória de embate da bola no solo é vertical. 	<ul style="list-style-type: none"> - Trajetória de embate da bola no solo é “inclinada”, drible em progressão; - Trajetória de embate da bola no solo é vertical, “drible de controlo”; - Pulso impulsiona e amortece a bola; - Olhar direcionado em frente.
Remate	<ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo reduzido; - Situação de remate de posições; 	<p>O aluno:</p> <ul style="list-style-type: none"> Remate em Suspensão com 3 apoios: <ul style="list-style-type: none"> - Realização de forma alternada os membros inferiores no solo, seguido de impulsão do membro inferior, que vai diferir consoante o membro superior com que executa o remate: 	<ul style="list-style-type: none"> Remate em suspensão: <ul style="list-style-type: none"> - Esquerdo-Direto-Esquerdo: Remata com o Direito; - Direito-Esquerdo-Direito: Remata com o Esquerdo.

	- Situação de remate acertando no alvo;	Esquerdo-Direto-Esquerdo: Remata com o Direito; Direito-Esquerdo-Direito: Remata com o Esquerdo. - O remate é executado com a máxima potência do membro superior, elevação do membro superior com trajetória de trás para a frente. Remate em apoio: -Remate em apoio, com os dois membros inferiores em contato com o solo. - Extensão total do membro superior e flexão do pulso no momento final do movimento.	- Elevação do membro superior com trajetória de trás para a frente; - Remate em apoio com os dois membros inferiores em contato com o solo.
Finta/ Mudança de direção	- Situação de jogo reduzido; 1vs1; - Situação de confronto 1vs1;	- O aluno: - Realiza uma mudança de trajetória que tanto pode ser realizada através dos membros inferiores, com mudanças de apoios alternados, ou com rotação do tronco. - Alteração brusca, simulando a penetração, transportada com as duas mãos.	- Simulação e alternância de apoios na mudança de direção; - Aplicação brusca de velocidade.
Situação de Jogo	- Situação de jogo reduzido 3vs3; - Situação de jogo reduzido 4vs 4; - Situação de jogo reduzido 5vs 5.	O aluno: Na marcação ao oponente: - Mantém uma distância de um membro superior de forma a poder ter tempo de reagir; - Ligeira flexão dos membros inferiores, com descida do centro de gravidade; - Membros superiores em extensão;	Situação defensiva: - Ligeira flexão dos membros inferiores, com descida do centro de gravidade. Situação ofensiva: - Desmarca-se e procura a bola;
		Nos deslocamentos defensivos podem ser: - Frontais; - Laterais; - Recuo; - Orienta os apoios dos membros inferiores em função da bola, fletindo ligeiramente os membros inferiores. - Em situação de defesa: - Desloca-se lateralmente orientando os apoios em afastamento ântero-posterior em função do local da bola; Interceção: Ação defensiva intercetando a bola, antecipando o adversário. Passe/Receção/Finta/Remate: Aplica as componentes críticas mencionadas anteriormente.	- Decide em função da situação que tem à sua frente.

Anexo VI- Exemplo de uma Matriz para um Teste de Avaliação de Conhecimentos



Escola Secundária Infanta Dona Maria			
Matriz para o Teste de Avaliação de Conhecimentos			
Ano/Turma: 9ºC			
Disciplina: Educação Física			
Ano Letivo: 2021/2022			
Matéria	Competências	Estrutura	Cotação
Area 1- <i>FITescola</i>	1 - Tipos de testes realizados; 2- Protocolos de avaliação dos vários testes realizados;	Escolha Múltipla/ Verdadeiro/Falso	25%
		5 Questões	
Area 2- Andebol	1- História do Andebol; 2- Regras básicas da matéria; 3- Passe; 4- Recepção; 5- Drible; 6- Remate em apoio e suspensão; 7- Finta; 8- Situação de jogo.	Escolha Múltipla/ Verdadeiro/Falso	40%
		8 Questões	
Area 3- Ginástica de Solo	1- História da Ginástica de Solo; 2- Regras básicas da matéria; 3- Componentes críticas dos seguintes elementos ginásticos e as suas situações de aprendizagem: Rolamento em frente (Membros inferiores unidos e fletidos, Membros inferiores estendidos e afastados, Membros inferiores estendidos e unidos e o Saltado); Rolamento à retaguarda (Membros inferiores unidos e fletidos, Membros inferiores estendidos e afastados, Membros inferiores estendidos e unidos); Apoio Facial Invertido; Roda; Rodada; Avião; Ponte; Bandeira; 4- Ajudas na realização dos elementos ginásticos.	Escolha Múltipla/ Verdadeiro/Falso	35%
		7 Questões	
3 Areas		20 Questões	100%

Anexo VII- Exemplo de um Teste de Avaliação de Conhecimentos

Disciplina: Educação Física		
	Escola Secundária Infanta D. Maria	Escola Secundária Infanta Dona Maria Teste de Avaliação de Conhecimentos
	Ano Letivo: 2021/2022	
Nome/Número: _____	Data:	Ano/Turma:
Classificação Final:		

O Teste está dividido em três grupos. Lê atentamente cada uma das perguntas.

Grupo 1- Matéria FITescola (25%)

- 1- Qual foi o teste realizado para avaliar a aptidão aeróbia? (seleciona a opção correta)
 - a) Perímetro da Cintura
 - b) Velocidade 40 metros
 - c) Vaivém
 - d) Milha

- 2- O teste de Vaivém consiste na execução do número máximo de percursos realizados numa distância de quantos metros? (seleciona a opção correta)
 - a) 10 metros
 - b) 15 metros
 - c) 22 metros
 - d) 20 metros

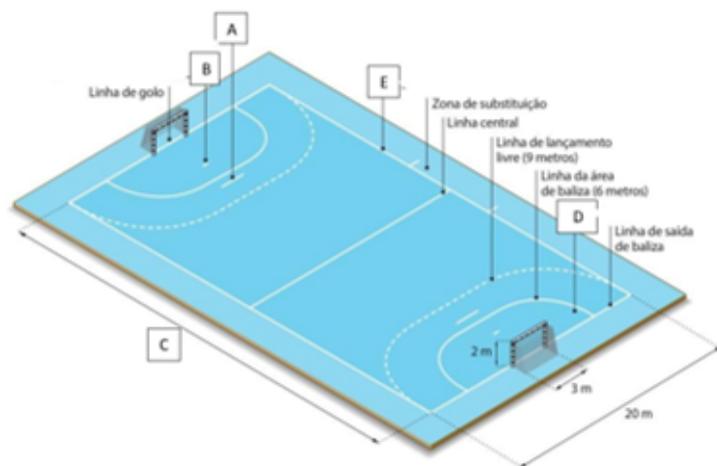
- 3- "A velocidade de deslocamento é a capacidade máxima de um indivíduo se deslocar de um ponto para outro. A prova consiste em realizar uma corrida de 40 m ou 20 m, no menor tempo possível. Este teste tem como objetivo mensurar a capacidade de aceleração e a velocidade dos alunos". A frase transcrita é descrição e objetivo de que teste? (seleciona a opção correta)
 - a) Agilidade
 - b) Velocidade 20m/40m
 - c) Vaivém
 - d) Abdominais

- 4- Assinala as seguintes afirmações com Verdadeiro (V) ou Falso (F).

O teste de Senta e Alcança consiste na flexão máxima do tronco na posição de sentado no chão. Este teste tem como objetivo avaliar a flexibilidade dos membros superiores.	
O teste de Flexões de Braços consiste na execução do maior número de flexões de braços (movimento de flexão dos braços e extensão dos antebraços), a uma cadência pré-definida.	
O teste de Agilidade (4x10 m) consiste na realização de um percurso pré-determinado, combinando a velocidade máxima de execução, com a coordenação traduzida no movimento de agarrar, transportar e colocar uma esponja num lugar pré-determinado.	

Grupo 2- Matéria Andebol (40%)

- 1- O andebol é um jogo desportivo coletivo praticado por duas equipas. Qual é o seu objetivo? (seleciona a opção correta)
- Marcar golo na baliza da equipa adversária.
 - Marcar golo na baliza da equipa adversária e evitar que a tua equipa marca golo na tua baliza.
 - Evitar que a equipa adversária marque golo na tua baliza.
 - Marcar golo na baliza da equipa adversária e evitar que a equipa adversária faça o mesmo na tua baliza.
- 2- Observa a seguinte imagem e identifica quais as suas características. (seleciona a opção correta)
- A- Linha de 6 metros; B- Linha de Limitação do Guarda-Redes (4 metros); C- 30m; D- Area de baliza; E- Zona de Substituição.
 - A- Linha de 7 metros; B- Linha de 3m; C- 40m; D- Area de Baliza; E- Linha Final.
 - A- Linha de 7 metros; B- Linha de Limitação do Guarda-Redes (4 metros); C- 40m; D-Area de Baliza; E- Linha lateral.
 - A- Linha de 6 metros; B- Linha de Guarda-Redes; C- 35 metros; D- Area de Baliza; E- Linha lateral.



- 3- Em 1919 quem foi o senhor que reformula o jogo que, era jogado por 11 jogadores por equipa e o altera para Handball? (seleciona a opção correta)
- Karl Schelenz
 - Armando Tschopp
 - Konrad Kech
 - Henrique Feist
- 4- Sempre que a bola se encontra fora, a reposição em jogo tem de ser feita de que forma? (seleciona a opção correta)
- Dois pés fora do campo
 - Um pé sobre a linha
 - Não é necessário pisar a linha
 - Meio da linha central
- 5- No que diz respeito à orientação dos segmentos corporais identifica como deve ser realizado o passe /remate? (seleciona a opção correta)
- Avança o membro inferior contrário ao membro superior armado.
 - Avança o membro inferior contrário ao membro superior armado e num movimento de cima para baixo executar o passe/remate.
 - Membros inferiores paralelos e o membro superior armado.
 - Avança o mesmo membro inferior ao membro superior armado.

- 6- Assinala as seguintes afirmações através do que é permitido (P) e não permitido (NP) executar na matéria de Andebol.

	P	NP
Lançar a bola, agarrá-la, pará-la, empurrá-la ou batê-la contra o solo, repetidamente, utilizando uma mão de cada vez (drible).		
Agarrar, arrancar ou bater na bola quando se encontra na mão do adversário.		
Dar mais de três passos com a bola na mão.		
Tocar a bola com os braços, cabeça, tronco, coxas ou joelhos.		
Tocar a bola com o pé ou com qualquer parte do corpo abaixo do joelho, exceto quando for lançada por um adversário.		

Grupo 1- Matéria Ginástica de Solo (35%)

1- Em competição desportiva, qual é o objetivo da Ginástica? (seleciona a opção correta)

- a) Realização de um conjunto de elementos gímnicos (sequência gímnica).
- b) Realização de um conjunto de elementos gímnicos (sequência gímnica) de modo descoordenado e coerente.
- c) Realização de um conjunto de elementos gímnicos (sequência gímnica) de modo coordenado e desconexo.
- d) Realização de um conjunto de elementos gímnicos (sequência gímnica) de modo coordenado e coerente.

2- Na execução da roda e da rodada o ajudante deve-se colocar em que posição? (seleciona a opção correta)

- a) O ajudante coloca-se lateralmente em relação ao executante e ajuda na zona da bacia.
- b) O ajudante coloca-se à frente do executante e ajuda na zona da bacia.
- c) O ajudante coloca-se lateralmente em relação ao executante e ajuda na zona dos ombros.
- d) O ajudante coloca-se à frente do executante e ajuda na zona dos membros superiores.

3- Assinala as seguintes afirmações com Verdadeiro (V) ou Falso (F).

Nos rolamentos em frente e atrás a ajuda pode ser realizada na zona da nuca e dos nadegueiros.		
A ginástica no solo é uma disciplina individual que pertence à ginástica artística.		
No rolamento em frente e atrás as mãos são colocadas no solo com os dedos juntos.		
No rolamento deves colocar o queixo junto ao peito e as mãos à largura dos ombros.		
No apoio facial invertido as mãos são apoiadas no solo à largura dos ombros.		
A colocação das mãos no solo tanto para a roda como para a rodada são iguais.		
A ponte é um elemento gímnico de flexibilidade, o avião e a bandeira elementos gímnico de equilíbrio.		

Boa sorte!

Pergunta	Grupo 1 (25%)	Grupo 2 (40%)	Grupo 3 (35%)
1	5%	5%	5%
2	5%	5%	5%
3	5%	5%	5%
4	10%	5%	25%
5		5%	
6		15%	

Anexo IX- Autoavaliação a meio da Unidade Didática



Autoavaliação ao Longo do Processo

Unidade Didática: (Exemplo Atletismo)

Ano Letivo: 2021/2022

Ano/Turma: 9ºC

Fonte: Adaptado de Chappuis, J. (2005). Helping Students Understand Assessment. Educational Leadership, 63(3), 39-43. e de Wiliam, D (2011). Embedded formative assessment. Bloomington: Solution Tree Press, 184-185.

No preenchimento da Grelha utiliza uma escala de Likert de 4 pontos

1 (não consigo)

2 (consigo, mas tenho dificuldades)

3 (consigo com alguma facilidade)

4 (consigo facilmente)

Indicadores	Descritores	1	2	3	4
Relação com a matéria	Sou capaz de escrever o objetivo da aula				
	Percebo o conteúdo que foi lecionado				
	Identifico o nível em que me encontro				
	Conheço os objetivos de cada uma das modalidades da matéria				
Observações:					
Em relação a mim	Sou capaz de autoavaliar as minhas potencialidades				
	Sou capaz de autoavaliar as minhas dificuldades				
	Estou predisposto para aprender				
	Comunico, ativamente, com os meus colegas				
	Participo e envolvo-me em todas as atividades propostas				
Observações:					
Relação com o outro	Ajudo/Corrijo os meus colegas				
	Trabalho conjuntamente com os meus colegas				
	Avalio, conscientemente, o desempenho dos meus colegas				
Observações:					

Qual foi a coisa mais importante que aprendeste hoje? _____

*Duas coisas que mais gostaste de fazer hoje/ ☺ Um desejo em termos de melhoria da tua prestação

* _____ ☺ _____

Anexo X- Autoavaliação no fim da Unidade Didática



Autoavaliação no Final da Unidade Didática

Unidade Didática: (Exemplo Jogos Desportivos Coletivos)

Ano Letivo: 2021/2022

Ano/Turma: 9°C

Fonte: Adaptado de Wiliam, D (2018). Embedded formative assessment. Bloomington, Indiana: Solution Tree Press, 184-185.

Indicadores:	Resposta:
Ao longo da Unidade Didática aprendi:	
Fiquei surpreendido/a com:	
A coisa mais útil que retirei foi:	
O que mais gostei foi:	
Uma coisa acerca da qual não estou certo é:	
A principal coisa que poderia ter feito melhor foi:	
Eu poderia ter aprendido mais se:	
Observações:	

Anexo XII- Cartaz do Projeto *Plogging* Escolar- “Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos”



Plogging Escolar

VAMOS LIMPAR A NATUREZA- COMEMORAÇÃO DA SEMANA EUROPEIA DA PREVENÇÃO DE RESÍDUOS

Juntos vamos contribuir para um planeta mais limpo.

24 e 25 de novembro de 2021

Atividade desenvolvida pelo Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola Secundária Infanta Dona Maria, Coimbra

Mapa da Atividade

24 de novembro de 2021

9º C- 08h:00m-09h:30m

9º A- 11h:55m- 13h:30m

25 de novembro de 2021

9º B- 10h:55m- 11h:35m

9ºD- 11h:55m- 13h:30m



**Anexo XIII- Certificado de Participação do Projeto *Plogging* Escolar-
“Vamos Limpar a Natureza- Comemoração da Semana Europeia da
Prevenção de Resíduos”**

Plogging Escolar
VAMOS LIMPAR A NATUREZA (*eTwinning*)-
COMEMORAÇÃO DA SEMANA EUROPEIA DA PREVENÇÃO DE RESÍDUOS
24 e 25 de novembro de 2021

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

É apresentado ao aluno(a)

pela sua participação na atividade desenvolvida pelo Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola
Secundária Infanta Dona Maria, Coimbra

NÚCLEO DE ESTÁGIO

**ESCOLA SECUNDÁRIA
INFANTA DONA MARIA**

Anexo XIV- Cartaz da Ação de Sensibilização para o “Calçado Apropriado para a atividade física”

AS TUAS SAPATILHAS SÃO APROPRIADAS PARA A ATIVIDADE FÍSICA?

Ação de Sensibilização de Calçado para a Atividade Física



Professor Mestre
Rafael Baptista



Professor Estagiário
David Silva



Professor Estagiário
Duarte Messias



Professor Estagiário
Gonçalo Lousado



Professor Estagiário
Miguel Carriço

30 de março de 2022

9°C- 08h:00m/ 9ºA- 11h:55m

31 de março de 2022

12ºE- 08h:00m/ 12ºF- 10h:00m/ 9ºB- 10h:55m/ 9ºD-11h:55m

Auditório Fernando Azeiteiro

Atividade desenvolvida pelo Núcleo de Estágio de Educação Física
e pela Equipa de Saúde da Escola Secundária Infanta Dona Maria, Coimbra



Escola Secundária
Infanta D. Maria



ESCOLA SECUNDÁRIA
INFANTA D. MARIA
120190
COIMBRA

Anexo XV- Certificado de Participação da Ação de Sensibilização para o “Calçado Adequado para a atividade física”



Anexo XVI- Projeto Olimpíada Sustentada- “Ninguém deve ser deixado para trás” - “Move to be healthy and happy”

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

1 2 1 9 0
UNIVERSIDADE D
COIMBRA

OLIMPÍADA SUSTENTADA
ninguém deve ser deixado para trás

2021-2022

COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL

Move to be healthy and happy

David Silva¹, Duarte Messias¹, Gonçalo Lousado¹, Miguel Carriço¹, Rafael Baptista², Paulo Nobre², Maria João Campos²
ES Infanta D.ª Maria, Coimbra (professor cooperante²)
Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (mestrando¹; orientadores da faculdade²)



RESUMO

No âmbito da Olimpíada Sustentada - Aprendizagem por Projeto para a Sociedade (APpS), junto da Comunidade de Aprendizagem das Cerejeiras (CCC), foi implementado um projeto de aprendizagens essenciais que visa a melhoria das habilidades e capacidades condicionais e coordenativas dos jovens, através da implementação de diversas atividades físicas e jogos lúdicos.

Palavras Chave: Valores Olímpicos; Aprendizagem por Projeto para a Sociedade

ABSTRACT

As part of the Sustained Olympics - Learning by Design for Society (APpS), with the Cerejeiras Learning Community, an essential learning project was implemented, aimed at improving the conditional and coordinative skills of young people, through the implementation of various physical activities and recreational games.

Keywords: Olympic Values; In-service Learning.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

É necessário que a escola ative processos onde promova a participação dos alunos para a construção de conhecimento, envolvimento entre os pares, trabalho em equipa e desenvolvimento de ideias no seio da comunidade. (Baqueró & Majó, 2013). Durante todo o processo de intervenção, foi notável uma evolução das crianças ao nível das capacidades e habilidades motoras, destacando-se coordenação oculopedal e oculomanual, orientação espaciotemporal, agilidade, tempo e velocidade de reação.

Todas estas competências, bem como o pensamento crítico coletivo, foram desenvolvidos quando as crianças se confrontaram com situações problemáticas reais e ou fictícias. É através deste tipo de aprendizagens que se complementam as tarefas realizadas junto da dimensão social e pessoal. Posto isto, importa perceber o porquê e o para quê dos participantes atuarem de forma consciente diante de uma determinada situação. (Béjar, 2000).



INTRODUÇÃO

Motivados pela Metodologia de APpS e por constituir uma oportunidade para a Comunidade de Aprendizagem das Cerejeiras, o nosso objetivo passou pela implementação de diversas atividades físicas e desportivas com o intuito de melhorar, ao longo de 26 horas, as habilidades e as capacidades condicionais e coordenativas e a cooperação de crianças e jovens do 1º ao 3º ciclo.

PARTICIPANTES

28 crianças dos pré-escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclos do EB (Grupo 1: 16 alunos e Grupo 2: 12 alunos)
8 professores da CCC, 1 professor e 4 estagiários da ESDM

MATERIAL, MÉTODOS E PROCEDIMENTOS

A intervenção orientou-se para a criação de ambientes de aprendizagem inovadores e estimulantes, facilitadores do desenvolvimento dos conhecimentos, capacidades e trabalho cooperativo, previstos nas Aprendizagens Essenciais.

Pretendeu-se a mobilização do grupo-turma e promoção de espaços motivadores para a aprendizagem com maior incidência na gestão cooperada e nas aprendizagens, visando a melhoria dos níveis de motivação, autoconfiança, autoestima e gosto pelas aprendizagens.

Aplicaram-se metodologias ativas de aprendizagem com vista ao reforço do papel dos alunos na planificação e avaliação das suas tarefas, negociadas com os professores e apoiados nos instrumentos de acompanhamento.

1º grupo - as atividades foram de caráter lúdico dirigidas ao desenvolvimento motor correspondente ao nível etário (jogos tradicionais portugueses)

2º grupo - centrou-se nos jogos desportivos coletivos e individuais.

Na primeira sessão, com cada grupo, diagnosticou-se o estado de prontidão atinente aos sujeitos. Nas seguintes procedeu-se ao planeamento e implementação de atividades que pudessem desenvolver competências próprias de cada grupo etário (exercícios de introdução aos conteúdos básicos de cada matéria, futebol, voleibol e andebol).

CONCLUSÕES

A adoção desta metodologia de trabalho proporcionou um serviço útil à Comunidade de Aprendizagem das Cerejeiras, cumprindo com os desideratos da APpS.

Pela evolução evidente no desenvolvimento das crianças, consideramos que foram alcançados os objetivos inicialmente propostos por nós, através da implementação de atividades de Educação Física no quadro da metodologia Montessori, filosofia característica desta comunidade educativa. Para além do progresso ao nível das capacidades e habilidades físicas, foi também visível uma clara melhoria no que concerne ao espírito de grupo e autonomia dos alunos. Este tipo de melhoria foi mais acentuado no segundo grupo de trabalho, por se tratar de uma faixa etária onde estes valores são mais facilmente compreendidos.

Referências Bibliográficas:

Baqueró, M. & Majó, F. (2014). 8 ideias chave. Los proyectos interdisciplinares. Barcelona : Graó.
Béjar, H. (2000). Asociacionismo y vinculación moral. *Rev. de Estudios Políticos*, (109), 223-244.

David Silva, Duarte Jorge Messias, Gonçalo Lousado, Miguel Carriço, Rafael Baptista, Paulo Nobre, M.ª João Campos
davidelvasilva@gmail.com, duarte.messias2@gmail.com, goncalolousado08@hotmail.com, miguel.carriço@gmail.com, pmnobre@fcdef.uc.pt, mjcampos@fcdef.uc.pt

Anexo XVII- XVI Fórum da Educação de Penela “Desafios da Educação no séc. XXI- A Era digital e as Metodologias Ativas”



Certificado

Certifica-se que *Luís Filipe Lourenço Matias* participou no XVI FÓRUM DA EDUCAÇÃO DE PENELA “Desafios da Educação no séc. XXI – A Era digital e as Metodologias Ativas”, que se realizou no dia 10 de Setembro, no Auditório Municipal de Penela.

Penela, 10 de Setembro de 2021

Luís Filipe Lourenço Matias
Luís Filipe da Silva Lourenço Matias
(Presidente da Câmara Municipal de Penela)



Participation Certificate

ICCE (International Council for Coaching Excellence) and Coaching Portugal certify that **Duarte Messias** attended the **13th ICCE Global Coach Conference** held in Lisbon from the 17th to the 21st of November 2021.

Pedro Sequeira
President of the Board
Coaching Portugal



Anexo XIX- Webinar- “Brincar e ser Ativo é Coisa Séria na Vida das Crianças”



Certificado de Participação

Certifica-se que

Teófilo Paulo Loureiro António Faustino Pereira

participou no Webinar “Brincar e Ser Ativo é Coisa Séria na Vida das Crianças”, que contou com a presença do Professor Carlos Neto, no dia 20 de janeiro de 2022, das 19h30 às 20h30.

António Mala Severino
Coordenador do 4G IN - CLDS 4G de Vila Nova de Paiva
(António Mala Severino)



Anexo XX- Seminário de Desporto “O Desporto precisa de todos. Como?”

SEMINÁRIO
DESPORTO

DES
+O
PO
R

precisa de
todos.
Como?

CERTIFICADO

Certifica-se que, **Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias**, com o número de identificação fiscal **225853582**, participou no **Seminário de Desporto “O Desporto precisa de todos. Como?”**, promovido pelo Município de Mealhada. Este evento formativo decorreu em regime presencial, no dia 18 de fevereiro de 2022, no Cineteatro Messias, Mealhada, com uma carga horária de 7,5 horas.

IPDJ INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO JUVENIL, L.P.

Acreditado pelo IPDJ

com 15 UCs - TPJD (cód. 240330279) TPTEF e TPDT (cód. 240330280).

António Sérgio Franco
Presidente da Câmara Municipal de Mealhada

Apoios

Parceiro

USO **GRUP** **DE USO** **Associação de Esportistas de Futebol de Amadores do Município de Mealhada** **Mealhada** **Associação de Futebol de Amadores do Município de Mealhada** **M4**

A QUEM INTERESSAR

Formação Contínua (Treinadores)

1.6 unidades de crédito (código 60330565)

Duarte Jorge Messias participou no **XXII FORUM INTERNACIONAL DO DESPORTO (04, 11, 18 e 25 de Março de 2022)** num total de 8 horas.

O Diretor da FCDEF-UC



Doutor José Pedro Leição Ferreira

PROGRAMA: Collective movement analysis: coordination tactics of team players in football matches [Prof. Doutor Rui Marreliño] Estudos Universitários em Basquetebol: cognição, perceção e ação [Prof. Doutor Gonçalo Dias] Competência motora e nível de desempenho em desporto [Profª. Doutora Rita Cordovill] Infants drowning prevention: an ecological approach to infants' perception and action around bodies of water [Profª. Doutora Carolina Burnay] Physical activity and health: a clinical biochemistry approach [Prof. Doutor Armando Caseiro] Determinação da idade óssea pela metodologia Greulich-Pyle [Prof. Mestre Diogo Martinho] High- or moderate-intensity training promotes change in cardiorespiratory fitness, but not visceral fat, in obese men: A randomised trial of equal energy expenditure exercise [Prof. Doutor Fábio Lira] A Geração de Ouro [Prof. Doutor Hugo Sarmento]



Anexo XXII- II Encontro Internacional de Literacia e Saúde Mental Positiva

código de validação: 25dd00b53838



II Encontro Internacional de Literacia e Saúde Mental Positiva

DECLARAÇÃO

Declara-se que **Duarte Jorge Correia Ribeiro Monteiro Messias** participou no evento **II Encontro Internacional de Literacia e Saúde Mental Positiva** [Virtual], realizado a 22 de abril de 2022, organizado pela Escola Superior de Enfermagem do Porto, com a duração de 9 horas.

Atividades em que participou:

II Encontro Internacional de Literacia e Saúde Mental Positiva

ENFERMAGEM PORTO
POR UMA ENFERMAGEM MAIS SIGNIFICATIVA PARA AS PESSOAS

Escola Superior de Enfermagem do Porto
Rua Dr. António Bernardino de Almeida • 4200-072 Porto • Portugal • Tel.: 225 073 500 • Fax: 225 096 337 • esep@esenf.pt • www.esenf.pt

Anexo XXIII- Termos de Consentimento para o questionário A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação



Pedido de Colaboração

Exmo(a). Sr.(a) Encarregado de Educação

No âmbito da Unidade Curricular de Investigação Ação, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, sob a orientação do Professor Doutor Paulo Bernardes Nobre, docente da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, e com a colaboração do Professor Rafael Baptista, na disciplina de Educação Física, está a desenvolver um projeto que tem como objetivo estudar as percepções dos estudantes sobre as aulas de Educação Física, vimos por este meio solicitar a colaboração de V. Ex.

Para o efeito, pretendemos aplicar o questionário "Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação", para o que solicitamos a vossa autorização. O questionário inclui questões sobre a apresentação das tarefas, a diferenciação do ensino e o feedback, assim como sobre as formas de avaliação utilizadas e a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física no ensino secundário. O questionário é **anónimo**, preenchido em contexto escolar, sem recolha de quaisquer dados pessoais que permitam identificar o(a) aluno(a). E garantido aos inquiridos que os dados recolhidos serão mantidos confidenciais, respeitando os princípios deontológicos de investigação em ambiente educativo e no quadro definido pela CNPD.

O preenchimento dos questionários pelos alunos será realizado em contexto escolar, em horário a combinar entre o investigador e o Professor Ed. Física/Diretor de Turma, com o conhecimento e autorização da Direção da Escola. Para autorizar a participação do seu educando, preencha por favor o destacável que se segue, e entregue-o ao **Diretor de Turma**.

Agradecemos, desde já, a vossa atenção e colaboração neste projeto.

Coimbra, 30 de novembro de 2021



Eu, _____, Encarregado/a de Educação do/a aluno/a _____, a frequentar o _____ ano, na turma _____, com o nº _____, venho por este meio autorizar que o meu educando participe no estudo "*A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação (EFDAM) - A Experiência dos Alunos no Ensino Secundário*", através da resposta de um questionário online. Tomo conhecimento que os dados serão tratados de forma anónima e confidencial, sendo utilizados unicamente para fins de investigação, no cumprimento das Recomendações e instruções emitidas pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPD).

Data: ____/____/____

(Assinatura do Encarregado de Educação)

(Assinatura do/a aluno/a)

Anexo XXIV- Questionário A Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação

A EDUCAÇÃO FÍSICA: DIFERENCIAÇÃO AVALIAÇÃO E MOTIVAÇÃO (EFDAM) A EXPERIÊNCIA DOS ALUNOS NO ENSINO SECUNDÁRIO [adaptação]

No âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física em Ensinos Básico e Secundário, sob a orientação da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, estamos a desenvolver um projeto que tem como objetivo estudar as perceções dos estudantes sobre as práticas nas aulas de Educação Física e vimos por este meio pedir a tua colaboração.

Para o efeito, pretendemos aplicar o questionário "Educação Física: Diferenciação Avaliação e Motivação". O questionário inclui questões sobre a apresentação das tarefas, a diferenciação do ensino e o feedback, assim como, as formas de avaliação utilizadas e a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física no ensino secundário. 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.

Neste questionário, pedimos-te que penses nas tuas aulas de Educação Física no ensino secundário. Pretendemos conhecer como se organizava o ensino nas aulas. O questionário é anónimo, não existem respostas certas e os dados serão tratados de forma confidencial pelo(s) investigador(es).

1. IDENTIFICAÇÃO

5.1. Sexo (assinalar com X)		5.2. Idade	5.3. Média do ano anterior no secundário	5.4. Nota de Educação Física no ano anterior a este (secundário)	5.5. Sou federado(a)	
M	F				Não	Sim

[...]

3. APRENDIZAGENS REALIZADAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA

3.1. Em relação às afirmações seguintes sobre o que aprendeste, assinala com "X" o teu grau de concordância:

	Discordo totalmente	Discordo	Não Concordo nem Discordo	Concordo	Concordo totalmente
3.1.1. Aprendi como melhor usar a atividade física para promover a minha saúde					
3.1.2. Aprendi como usar a atividade física para melhorar as minhas capacidades físicas					
3.1.3. Aprendi como praticar várias modalidades desportivas (atividades físicas desportivas)					
3.1.4. Aprendi como praticar atividades físicas expressivas (como a dança)					
3.1.5. Aprendi como praticar atividades físicas de exploração da Natureza					
3.1.6. Aprendi como praticar jogos tradicionais e populares					
3.1.7. Aprendi a melhorar a minha ação como futuro/a cidadão					
3.1.8. Tive dificuldade em compreender o que era necessário fazer					
3.1.9. Desenvolvi o gosto pela prática regular das atividades físicas					
3.1.10. Aprendi a respeitar os diferentes níveis de capacidade das pessoas					
3.1.11. Aprendi como posso aprender melhor a fazer as atividades					
3.1.12. Aprendi que a competição é o mais importante					
3.1.13. Aprendi a respeitar hábitos, atitudes e conhecimentos associados à prática e à participação em atividades físicas (responsabilidade, ética, cooperação, higiene)					

[...]



10. EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTEXTO DA COVID19: 2020-21

10.1. Em relação às afirmações seguintes sobre as consequências da pandemia Covid19 para a Educação Física no ano de 2020-21, assinala com "X" o teu grau de concordância:

	Discordo totalmente	Discordo	Não Concordo nem Discordo	Concordo	Concordo totalmente
10.1.1. As matérias são ensinadas de forma diferente ao habitual.					
10.1.2. Tenho mais aulas em que trabalhamos a aptidão física.					
10.1.3. Os professores parecem estar mais distantes.					
10.1.4. Sinto que a minha aprendizagem está a ser mais difícil.					
10.1.5. O trabalho com outros colegas, em equipa ou grupo, é menor.					
10.1.6. Tenho menos oportunidades para me autoavaliar.					
10.1.7. A minha avaliação está mais orientada para a técnica individual e não para o jogo.					
10.1.8. Estou menos motivado para as aulas de EF.					

Data: ___/___/___

Grato pela colaboração.