

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Maria Tomaz Joaquim da Branca

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NO CENTRO EDUCATIVO
DOS OLIVAIS JUNTO DA TURMA B3 –
EMPREGADO DE RESTAURANTE/BAR NO
ANO LETIVO DE 2021/2022

AS ATITUDES E COMPORTAMENTOS DOS
ALUNOS DE ERB NAS AULAS DE EDUCAÇÃO
FÍSICA

VOLUME 1

Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado de Ensino de
Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário orientado pela
Professora Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva e apresentado
à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da
Universidade de Coimbra.

Setembro de 2022

Maria Tomaz Joaquim da Branca
2020163437

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NO
CENTRO EDUCATIVO DOS OLIVAIS JUNTO DA TURMA B3 –
EMPREGADO DE RESTAURANTE/BAR NO ANO LETIVO DE
2021/2022**

**AS ATITUDES E COMPORTAMENTOS DOS ALUNOS DA
TURMA B3 – EMPREGADO DE RESTAURAÇÃO/BAR NAS
AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Relatório de Estágio 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: Prof^a Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva

Coimbra
2022

Esta obra deve ser citada como:

Branca, M. (2022) *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais, junto da turma B3 - Empregado de Restauração/Bar, no ano letivo 2021/2022. As atitudes e comportamentos dos alunos da turma B3 - Empregado de Restauração/Bar, nas aulas de Educação Física.* Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Maria Tomaz Joaquim da Branca, aluno nº2020163437 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no a nº1 do artigo 125 do Regulamento Académico da UC (Regulamento nº805-A/2020, de 24 de setembro).

Coimbra, setembro de 2022

Maria Tomaz Joaquim da Branca

(Maria Tomaz Joaquim da Branca)

AGRADECIMENTOS

Ao terminar esta nova etapa da minha vida, a nível pessoal e académico, não posso deixar de agradecer a todos aqueles que me ajudaram, me apoiaram incondicionalmente, me influenciaram direta ou indiretamente, aos que me acompanharam:

Em primeiro lugar, aos meus pais, por todos os valores importantes que me transmitiram ao longo da vida, da resiliência dos “Tomazes” e à persistência dos “Branca”, porque se não formos capazes de reagir às adversidades da vida seremos engolidos por ela. Obrigada por acreditarem em mim, por terem este sonho comigo e por me terem dado valor mesmo quando eu não o reconhecia.

Um agradecimento especial à minha orientadora da faculdade, Professora Doutora Elsa Silva, que esteve sempre disponível para me ajudar e procurou sempre as melhores soluções, em conjunto comigo, para os problemas que foram surgindo no decorrer do ano letivo, e não foram poucos.

Ao professor orientador da escola, o meu sincero, sentido e humilde obrigada, pela sua paciência, pela sua presença contínua, por me ter ajudado em todos os momentos e ter sido tão compreensivo comigo. Levarei para sempre os ensinamentos que me deu, e o exemplo que é para todos os jovens do CEO.

A todos os alunos que passaram pela minha turma no CEO, agradeço todas as aprendizagens que me facultaram, saio com certeza, uma pessoa diferente depois deste ano letivo, mais atenta, mais responsável, com mais valores importantes, porque todos, com cada personalidade diferente, marcaram a minha de forma especial. Estarão para sempre no meu coração, e estarei a torcer por todos eles no futuro.

Às minhas amigas, agradeço a paciência, nunca me viraram as costas, nunca me deixaram duvidar. Àqueles que, mesmo com a distância e dificuldades, nunca deixaram de acreditar no meu valor e seguiram cada passo dado, agradeço-vos do fundo do coração, porque sem vocês seria muito mais difícil.

Por fim, à minha maior inspiração. Avó, é para ti.

Aos que estão, aos que já partiram, aos que chegaram e aos que saíram, Obrigada!

RESUMO

O presente relatório tem por objetivo descrever e refletir sobre as atividades desenvolvidas ao longo do Estágio Pedagógico (EP), no ano letivo 2021/2022 no Centro Educativo dos Olivais. O presente documento está organizado em três capítulos: Contextualização da prática desenvolvida, que contém as expectativas iniciais, a caracterização da escola, da turma e do grupo disciplinar de Educação Física; a Análise reflexiva sobre a prática pedagógica, onde se insere uma reflexão mais aprofundada sobre as várias áreas integrantes do EP, como as atividades de ensino-aprendizagem, a organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas e a atitude ético-profissional e, por fim, o Tema-Problema designado “Os comportamentos e atitudes dos alunos de ERB nas aulas de Educação Física”, onde inicialmente realizo uma breve introdução, de seguida enquadro o a temática, defino os objetivos, a metodologia, os resultados e, por fim, a sua conclusão.

O Estágio Pedagógico foi uma etapa de aprendizagem fundamental para a minha formação enquanto professora, não incluindo apenas a lecionação das aulas, mas também a capacidade de gerir e refletir processos, através da análise crítica de diversos fatores, como a chegada e partida de alunos várias vezes ao longo do ano, os níveis díspares nas capacidades de cada um, levando-me a criar uma grande capacidade de ajustamento das tarefas, de forma correta, levando-me a tomar decisões coerentes com os objetivos propostos.

O Estágio Pedagógico teve por base promover transformações nos alunos, principalmente com a utilização do Modelo de Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social, com o objetivo de fomentar valores importantes para o futuro. O professor mostrou ser um agente catalisador que promove e estimula as potencialidades dos jovens, desenvolvendo neles capacidades com o intuito de lhes fornecer ferramentas para que sejam capazes de se adaptar, e de ingressar na sociedade de hoje e de amanhã.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico, Centro Educativo; Educação Física, Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social;

ABSTRACT

This report aims to describe and reflect on the activities carried out during the Teacher Training (TT), in the academic year 2021/2022 at the Centro Educativo dos Olivais. This document is organized into three chapters: Contextualization of the developed practice, which contains the initial expectations, the characterization of the school, the class and the disciplinary group of Physical Education; the Reflective analysis on pedagogical practice, which includes a deeper reflection on the various areas that make up the PI, such as teaching-learning activities, school organization and management, educational projects and partnerships and the ethical-professional attitude; and finally, the Theme-Problem called "The behaviours and attitudes of WB students in Physical Education classes", where initially I make a brief introduction, then frame the theme, define the objectives, methodology, results and finally, its conclusion.

The Pedagogical Internship was a fundamental learning stage for my training as a teacher, not only including the teaching of classes, but also the ability to manage and reflect on processes, through the critical analysis of several factors, such as the arrival and departure of different students several times throughout the year, the different levels of each one's abilities, leading me to create a great capacity to adjust the tasks, in a correct way, leading me to make consistent decisions with the proposed objectives.

The entire Pedagogical Internship was based on promoting transformations in the students, mainly through the use of the Personal and Social Responsibility Development Model, with the objective of promoting important values for the future. The teacher proved to be a catalytic agent that promotes and stimulates the potential of young people, developing their capacities in order to provide them tools to be able to adapt, and to enter, in today's and tomorrow's society.

Key words: *Teacher Training, Educational Centre; Physical Education, Personal and Social Responsibility Development Model;*

ÍNDICE

Introdução.....	- 14 -
1. História de vida	- 15 -
3. Enquadramento Contextual	- 19 -
3.1. A Escola	- 19 -
Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem.....	- 23 -
1. Planeamento.....	- 23 -
1.1. Plano Anual.....	- 24 -
2. Realização	- 28 -
4.1. Modelo de Responsabilidade Pessoal e Social.....	- 44 -
Área 2- Atividades de Organização e Gestão Escolar.....	- 52 -
Área 3- Projetos e Parcerias Educativas.....	- 53 -
Área 4- Atitude ético-profissional.....	- 56 -
INTRODUÇÃO.....	62
REVISÃO DA LITERATURA.....	62
1. Educação Física e valores.....	62
1.1. Atitudes e Comportamentos – Clima e Disciplina.....	64
1.2. Transmissão de valores professor-aluno.....	64
2. Objetivo Geral.....	66
3. Objetivos Específicos.....	66
4. Metodologia.....	66
Considerações Finais.....	77
Referências bibliográficas.....	79
ANEXOS.....	84

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Avaliação Inicial	- 22 -
Tabela 2 - Características do Modelo	- 45 -
Tabela 3 - Níveis de Responsabilidade	- 46 -
Tabela 4 - Descrição de Estratégias de Hallison	- 47 -
Tabela 5 - Papel do Professor.....	- 47 -
Tabela 6 - Perceção dos alunos sobre o respeito	68
Tabela 7 - Perceção do observador sobre o respeito	68
Tabela 8 - Perceção dos alunos sobre o esforço e empenho.....	69
Tabela 9 - Perceção do observador sobre o esforço e empenho.....	69
Tabela 10 - Perceção dos alunos sobre a autonomia	70
Tabela 11 - Perceção do observador sobre a autonomia	70
Tabela 12 - Perceção dos alunos sobre a cooperação e a entreaajuda.....	71
Tabela 13 - Perceção do observador sobre a cooperação e a entreaajuda.....	71

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 Recursos Materiais	84
ANEXO 2 Plano de Aula	88
ANEXO 3 Tabela de Avaliação Sumativa do Domínio Sócio-afetivo	89
ANEXO 4 Tabela de Avaliação Sumativa do Domínio Cognitivo.....	90
ANEXO 5 Grelha de registo comportamental dos alunos	91
ANEXO 6 Registo de comportamento observados nas aulas de EF	91
ANEXO 7 Grelha de Observação Professores Estagiários	92

ANEXO 8 Programa Educação Olímpica.....	97
ANEXO 9 XI Fórum Internacional das Ciências da Educação Física	97

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

MEEFEBS-	Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
AF:	Avaliação Formativa
AI:	Avaliação Inicial
AS:	Avaliação Sumativa
CE:	Centro(s) Educativo(s)
CEB:	Ciclo de Ensino Básico
CEO:	Centro Educativo dos Olivais
DGRSP:	Direção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais
EP-	Estágio Pedagógico
EF-	Educação Física
ERB:	Empregado de Restaurante/Bar
FB-	Feedback
FCDEF-UC:	Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra
GDEF-	Grupo Disciplinar de Educação Física
MDRPS:	Modelo de Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social
ME:	Ministério da Educação
MTI:	Medida Tutelar de Internamento
PEA-	Processo de Ensino Aprendizagem
PNEF-	Programa Nacional de Educação Física
PO-	Professor Orientador
PE-	Professora Estagiária
PNEF:	Programa Nacional de Educação Física
RE-	Relatório de Estágio
TPRS:	Técnicos Profissionais de Reinserção Social

UD- Unidade didática

UC: Unidade Curricular

URF: Unidade de Regime Fechado

Introdução

O processo de formação de um docente é incessante, devendo este adquirir novas ferramentas que ajudem a construir um processo de ensino-aprendizagem inovador e dinâmico, assim, o professor deve refletir sobre a sua prática e sobre os aspetos éticos e deontológicos inerentes à profissão, devendo privilegiar o trabalho de equipa (Decreto-Lei 240/2001 de 30 de agosto). O presente Relatório de Estágio (RE), desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais (CEO), pertencente ao Agrupamento de Escolas EB 2,3 Martim de Freitas, surge com o objetivo de refletir acerca das práticas pedagógicas adotadas, analisando e refletindo de forma crítica, à cerca de todo o trabalho desenvolvido na escola sob orientação e supervisão do Professor Cooperante, Mestre Nuno Barroso e Professora Orientadora, Doutora Elsa Ribeiro Silva, no ano letivo de 2021/2022, integrado no plano de estudos do segundo 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 (FCDEFUC). O EP tornou-se no ponto alto destes dois anos, sendo responsável pela minha evolução enquanto futura docente. Ao longo do ano letivo foi possível errar e acertar várias vezes e, assim, alcançar uma identidade própria enquanto docente. A ajuda, apoio e ensinamentos de ambos os Orientadores foram vitais no meu processo de evolução enquanto professora, ajudando-me a melhorar em vários parâmetros e a reforçar as qualidades.

Este relatório integra um conjunto de temas e subtemas estruturados em três capítulos: (I) Contextualização da Prática; (II) Prática Pedagógica que abarca três partes fundamentais, sendo elas as Atividades de ensino-aprendizagem, as Atividades de organização e gestão escolar e os Projetos e parcerias educativas; (III) Aprofundamento do Tema-Problema, no qual é apresentado uma experiência pedagógica desenvolvida ao longo do presente ano letivo, relativamente às atitudes e comportamentos dos alunos da turma nas aulas de Educação Física (EF).

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA

1. História de vida

"Quaisquer que sejam as dificuldades do passado, pode sempre começar de novo hoje" Buda.

E foi assim, que aos 29 anos quis começar de novo, em busca do sonho descoberto após uma tirania do passado.

Não foi o meu primeiro objetivo, nem sonho, na realidade. Sempre me lembro de estar ligada ao desporto, gostava de me mexer, de fazer qualquer atividade física, qualquer desporto, mas foi o “meu” basquetebol que me conquistou. Desde os seis anos que afirmava que iria chegar à seleção nacional, que o meu sonho era ser jogadora profissional e alcançar uma carreira na WNBA. Sim, este foi o meu primeiro sonho. Essa menina de 6 anos alcançou o seu primeiro objetivo aos 13 quando foi chamada à seleção nacional de basquetebol. Não tardou e passou a olhar para aquele sonho de jogadora profissional como um objetivo, o próximo objetivo, e estava tão bem encaminhada. Infelizmente, o destino fez um abafó sobre os seus sonhos, sobre os seus objetivos, e aquela jovem de 17 anos que estava a começar a conquistar novos rumos na modalidade, viu-se privada de continuar a fazer aquilo que mais gostava, aquilo que lhe dava mais prazer, cancelou os sonhos por um problema grave de saúde que a poderia levar a uma cadeira de rodas. Aos 17 anos, depois de uma operação difícil, a vontade de desistir era superior a qualquer coisa, não encontrava motivação na escola porque nunca se tinha dedicado a ela, não encontrava motivação em nada a não ser no desporto. Felizmente, após uma longa recuperação começou a olhar para o treino e para as aulas de Educação Física sob outra perspetiva, com um olhar avaliativo, curioso, interessado em ensinar e ajudar os colegas naquilo que eles tentavam fazer e, aos poucos, o “bichinho” do ensino foi aparecendo, ganhando espaço, até se tornar o grande objetivo de vida, o seu próximo sonho de poder continuar ligada a algo que tanto lhe dizia, e assim poder preencher o vazio deixado tão precocemente na sua vida.

Ingressei pela área do treino, sempre ligada ao basquetebol, realizei a licenciatura de treino desportivo, mas não me sentia realizada o suficiente, faltava-me algo, faltava-me ensinar às crianças e jovens a arte da Educação Física e, assim, após finalizar a licenciatura e estar no mercado de trabalho, numa área nada a ver com aquela que tinha sonhado, decidi,

de uma vez, ir atrás do meu verdadeiro sonho. Sabendo que a oportunidade era única, apesar de ser difícil o ingresso, foquei-me em conseguir entrar para o Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Foi mais um objetivo conseguido.

“É a reação à adversidade, não a adversidade em si que determina como é que a história da sua vida se desenvolverá” Dieter F. Uchtdorf

Trabalho, persistência, perseverança, resiliência atitude e muito respeito, são mantras que levo para a vida. Que o futuro comece agora e traga consigo mais desafios e sonhos a alcançar.

2. Expetativas Iniciais

Sendo o EP o culminar do processo académico, as expetativas iniciais, assim como o receio de falhar eram elevadas. Desde que ingressei no Mestrado em Ensino, sempre tive presente o quanto desejava lecionar e colocar em prática tudo o que aprendera ao longo da licenciatura, das experiências de vida enquanto treinadora e professora de Atividades Extracurriculares (AECs). Assim que terminei o primeiro ano de Mestrado as expetativas aumentaram, principalmente depois de ter conseguido ficar a estagiar na minha primeira opção.

O desejo de lecionar jovens “problemáticos”, com várias experiências de vidas, diferentes de tudo o que já tinha vivenciado deram-me uma motivação muito importante assim que cheguei ao Centro Educativo dos Olivais (CEO), apesar de, como já referi anteriormente, o receio de falhar e não ter as capacidades suficientes para desempenhar tal função, me atormentassem de vez em quando. Os meus principais objetivos na chegada ao CEO foram: promover as aprendizagens curriculares de todos os alunos, a autonomia e a sua inclusão na sociedade, que consequentemente promovesse a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo; contribuir para a educação e construção da personalidade do aluno, ou seja, não só nos domínios psicomotores e cognitivos, mas também no domínio sócio-afetivo, valorizando valores e atitudes, tais como o respeito pelos outros, por si e pela disciplina, o fair-play, a responsabilidade, a ajuda, o empenho, a cooperação, entre outros.

Na fase inicial do EP surgiram inúmeras dúvidas e incertezas, devido ao contexto, que era totalmente diferente do habitual noutras escolas. Felizmente, ao longo do ano letivo as inseguranças deram lugar a certezas e confiança, percebendo que poderia desempenhar um papel fundamental na vida dos jovens.

Idealizava criar uma boa relação professor-aluno, um clima de aula positivo e favorável à aprendizagem, gerindo o tempo de aula de forma correta, para que os alunos retirassem o máximo de aproveitamento. Como principal pilar, o primeiro objetivo foi respeitar os alunos, as suas diferenças culturais e pessoais e dos restantes membros da comunidade educativa. A capacidade relacional e de comunicação com os alunos e a forma entusiasmante e dinâmica de lecionar era outra expetativa elevada que tinha, uma vez que são qualidades que possuo na minha intervenção pedagógica. Estas qualidades permitir-me-iam inculcar nos alunos o gosto pela disciplina de EF e essencialmente, pelo Exercício Físico e Desporto.

Também tinha como expectativa perceber o real funcionamento de uma escola, da comunidade escolar e do processo educativo em geral, onde se incluem as diversas reuniões que visam maximizar a aprendizagem dos jovens, a construção dos programas anuais da turma relativos à Educação Física e ao restante currículo escolar dos alunos ou a gestão de problemas decorrentes da atividade educativa.

Deste modo, e percebendo que este ano não faria de mim a professora exímia que espero um dia ser, o meu objetivo era que no final do ano e à data de entrega deste relatório, me encontrasse pronta para exercer com qualidade e legitimidade a profissão de professora de Educação Física.

3. Enquadramento Contextual

3.1.A Escola

O CEO localiza-se na freguesia de Santo António dos Olivais (Coimbra), sendo um dos oito centros educativos a funcionar em Portugal. Este foi criado em maio de 1911 com a designação de “Tutoria Central da Infância de Coimbra e do Refúgio”, tendo mais tarde, em janeiro de 2001, com a entrada em vigor da Lei Tutelar Educativa (Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro), vindo a designar-se de Centro Educativo dos Olivais. Este CE pertence à tutela do Ministério da Justiça, que trabalha em parceria com o Ministério da Educação, garantindo assim o apoio escolar a jovens entre os doze e os dezasseis anos, que praticaram factos qualificados como crime e, por essa razão, estão a cumprir uma medida tutelar de internamento (MTI), através do Centro Protocolar de Justiça. Um dos principais objetivos do CEO é reintegrar na sociedade os jovens que nele se encontram, reeducando-os de acordo com valores éticos e morais. É constituído por um edifício de quatro pisos, polivalente, que contém cinco serviços/áreas: administrativa, residencial, escolar, clínica e de ocupação lúdica. Tem duas unidades de internamento: 1. Unidade de Regime Semiaberto – com aulas e atividades formativas e socioeducativas no CE e a possibilidade de sair para passar os fins-de-semana ou férias (de acordo com a fase em que se encontram). Para saídas médicas, judiciais ou outras exceções, os alunos só poderão ir acompanhados por um funcionário do CEO; 2. Unidade de Regime Fechado– cumprem um internamento completo, não tendo direito a sair do centro, exceto saídas judiciais ou médicas, acompanhados. A intervenção educativa desenvolve-se dentro do quadro legal, nomeadamente a Lei Tutelar Educativa (Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro) e o Regulamento Geral e Disciplinar dos Centros Educativos (Decreto-Lei n.º 323-D/2000), complementados pelos Regulamento Interno e o Projeto de Intervenção Educativa, destacando-se neste, a ação integrada de vários programas e o faseamento da intervenção. Este CE apresenta uma oferta formativa aos jovens de quatro cursos profissionais: 1. B2 (2º CEB) - OMH - Operador de Manutenção Hoteleira; 2. B3 (3º CEB) - OJ - Operador de Jardinagem; 3. B3 (3º CEB) - OAMM - Operador de Acabamentos de Madeiras e Mobiliário; 4. B3 (3º CEB) - ERB – Empregado de Restaurante e Bar.

i. Recursos Espaciais e Materiais

No que diz respeito às infraestruturas desportivas, o CEO dispõe de dois pavilhões gimnodesportivos, um localizado na URF denominado de Pavilhão Rosa Mota (com nove metros de largura por dezoito metros de comprimento) e um no exterior do edifício principal,

denominado de Pavilhão Exterior (dez metros de largura por vinte metros de comprimento). Existe ainda um campo exterior, denominado de Polidesportivo, com dezassete metros de largura por trinta e seis metros de comprimento. Relativamente ao material, existe alguma variedade e quantidade respeitante a cada modalidade, estando, na maioria, em bom estado, existindo assim, material suficiente para a lecionação das várias matérias (Anexo I).

ii. O Grupo Disciplinar

O grupo disciplinar de EF era composto por dois professores, sendo que a maioria das decisões são tomadas por ambos. Um professor ficou responsável por dar uma modalidade de Desporto Escolar aos jovens, sendo que no presente ano letivo foi abordado o Voleibol, onde marquei presença ao longo do ano.

iii. O Grupo de Estágio

O grupo de EP de EF do CEO, no ano letivo 2021/2022 foi constituído, apenas, por dois elementos, sendo eles um professor cooperante e uma professora estagiária, ambos com experiências desportivas diversas.

iv. A Turma

O EP foi realizado junto da turma do curso Empregado de Restaurante/Bar (ERB), que diz respeito ao 3º Ciclo do Ensino Básico (B3). Esta era constituída somente por rapazes com idades compreendidas entre os quatorze e dezoito anos, não mantendo a mesma constituição ao longo do ano dado que a permanência dos alunos depende da duração e da gravidade das suas medidas tutelares. Por conseguinte, e de forma a facilitar a compreensão da constituição da turma ao longo do ano letivo, os alunos foram identificados através da numeração e da ordem de entrada e saída da turma:

A1 – Iniciou o ano letivo na turma e deixou no 2º período;

A2 – Iniciou o ano letivo, deixando no decorrer do 1º período;

A3 – Iniciou o ano letivo, saindo ainda no 1º período;

A4 – Iniciou o ano letivo, saindo no final do 1º período;

A5 – Entrou e saiu durante o 1º período;

A6 – Iniciou o ano letivo, saindo no decorrer do 2º período;

A7 – Iniciou o ano letivo, saindo no final do 1º período, voltando de novo no decorrer do 2º período, mantendo-se até ao final;

A8 – Entrou no decorrer do 1º período, saindo no decorrer do 2º;

A9 – Entrou no decorrer do 1º período, saindo no final deste e voltando no 2º período, mantendo-se até ao final;

A10 – Entrou no final do 1º período, mantendo-se até ao final do ano letivo;

A11 – Entrou no final do 1º período, saindo no final do 2º;

A12 – Entrou no início do 2º período, saindo no decorrer do mesmo.

A13 - Entrou no decorrer do 1º período e manteve-se até ao final;

Para que o planeamento fosse adequado à turma, realizou-se a Avaliação Formativa Inicial (AFI) de oito matérias nas primeiras dez aulas do ano letivo (Atletismo, Badminton, Basquetebol, Futsal, Ginástica de Solo e de Aparelhos, Voleibol e Ténis). Além das oito matérias, a avaliação inicial de Aptidão e Condição Física (ACF) foi realizada através da aplicação da bateria de testes FITescola. Realizada a AI, foram efetuados registos traduzidos em quatro níveis de aprendizagem, sendo eles: PI – Nível Pré- Introdutório; I – Nível Introdutório; E - Nível Elementar; A – Nível Avançado.

Alunos	Atletismo	Badminton	Basquetebol	Futsal	Ginástica Solo	Ginástica Aparelhos	Voleibol	Ténis
A1								
A2								
A3								
A4								
A5								
A6								
A7								
A8								

A9								
A10								

Tabela 1 - Avaliação Inicial

Verificou-se que a turma se apresentava heterogénea a nível motor. Em suma, face aos resultados, a turma foi caracterizada como empenhada e com gosto pela prática de desporto. Visto serem alunos a cumprirem medidas tutelares de internamento com períodos diferentes (entrada e saída dos formandos na turma durante o ano letivo), a caraterização da turma foi sendo alterada, de acordo com as características de cada aluno. Estas caraterísticas foram sendo descobertas nas primeiras aulas dos jovens, já que as aulas lecionadas tinham poucos ou nenhuns exercícios analíticos, mas bastante jogo, assim, sempre que um jovem novo chegava à turma era fácil perceber as suas capacidades motoras e cognitivas devido às suas performances ao longo dos jogos relativos às matérias a lecionar na altura, fossem modalidades coletivas, como o futsal ou voleibol, fossem modalidades individuais como o badminton ou voleibol.

CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem

Neste subcapítulo, irão ser abordadas as três fases de tarefas de um docente (planeamento – realização – avaliação) e, também, a coadjuvação.

1. Planeamento

Entende-se o planeamento como um domínio fundamental na orientação de todo o EP, auxiliando na manutenção de um processo de ensino aprendizagem (PEA) eficiente e ajustado. O complexo processo e domínio do planeamento engloba em si o planeamento anual, designado por Bento (2003) como um plano de perspetiva global que tem como objetivo respeitar e responder ao programa de ensino; as unidades didáticas, caracterizadas como uma unidade de matéria apresentada no plano anual; e os planos de aula, tratando-se de planificações específicas e a curto prazo.

O planeamento é uma construção orientadora da ação docente, que como processo, organiza e dá direção à prática coerente com os objetivos a que se propõe. Esta dimensão do ensino é fundamental, uma vez que, é através da mesma que se criam as condições para que as dimensões seguintes sejam providas de qualidade. Deve ter um encadeamento e ser continuamente analisado com base nos objetivos que se querem alcançar.

Esta fase é fundamental tanto para uma correta organização do ano letivo como para o bom funcionamento de uma aula. Devido a isso o professor deve reservar algum tempo para estas funções e realizar atempadamente as mesmas para assegurar uma excelente qualidade de ensino aos alunos. A essência do ensino mostra-nos que as ações pedagógicas não se devem planear isoladamente, ou seja, de aula para aula, mas, sempre que planeamos devemos ter em conta o que aconteceu antes, por exemplo, no nosso caso quando temos um planeamento para três alunos previsto mas na aula anterior apareceram seis, e são esses que estarão nas aulas seguintes, o plano deve ser revisto e adaptado à nova realidade, ou até quando o plano engloba jogos/exercícios onde os jovens têm de colaborar todos entre si, mas existem dois que não devem permanecer perto um do outro por razões de segurança. Em suma, apesar de se dever traçar um plano global, integral e realista da intervenção educativa para um amplo intervalo de tempo, não quer dizer que

não possam, e não devam ser feitos os ajustes necessários para que as aulas decorram da melhor forma e as aprendizagens dos alunos não sejam prejudicadas.

O planeamento foi onde senti mais dificuldades devido às características específicas da turma e dos jovens, também porque ao longo dos períodos o número de jovens na turma foi sofrendo constantes alterações, e consequentemente o planeamento das aulas porque as capacidades de uns não eram as de outro. O número máximo de alunos que tive foi oito, mas em contrapartida, também cheguei a ter apenas três. Tendo em conta este cenário, e sendo o planeamento um projeto que demonstra a necessidade de comunicar os princípios e orientações fundamentais do ensino, deve manter-se aberto a discussão, se necessário. Tal aconteceu nesta situação, realizando ajustes quer nas matérias a lecionar, quer nas aulas em si, por exemplo no que diz respeito às dificuldades dos exercícios.

Durante o processo do EP, procurei estabelecer um planeamento coerente e de acordo com as características e capacidades dos alunos e que ao mesmo tempo seguisse uma perspetiva evolutiva de complexidade.

1.1.Plano Anual

O Plano Anual é um documento flexível que tem como objetivo orientar os docentes na organização das atividades e conteúdos a trabalhar nas aulas, expondo os objetivos que os alunos devem alcançar no final do ano letivo. Este documento possibilita ao professor o conhecimento das necessidades da sua organização, definindo de forma coerente as metas e objetivos que pretende atingir. Por outro lado, permite realizar a distribuição dos recursos temporais e materiais no espaço e no tempo, propondo várias estratégias de intervenção tendo em conta as matérias a abordar. Desta forma, o planeamento deve ser realizado no início do ano letivo e deve servir como guião das ações a serem preparadas e a serem trabalhadas. É imprescindível para estabelecer as bases e orientações do processo de ensino-aprendizagem.

Deste modo, com este documento foram definidas as matérias a abordar, as estratégias, o modelo de ensino, a avaliação e os critérios e parâmetros de avaliação para cada Unidade Didática (UD). A par do mencionado, inicialmente foram analisados os recursos temporais, materiais e espaciais. Fatores como o período escolar no CEO ser mais longo, dispor de três locais apropriados para a prática de diversas matérias, existir material

suficiente para a lecionação de várias matérias, não existir rotação de espaços ou turmas a trabalhar ao mesmo tempo, permitiu escolher as matérias ao longo do ano letivo.

Para a criação de um Plano Anual de Turma (PAT) é importante conhecer o percurso dos alunos, a estrutura de um plano e a linhas orientadoras (Inácio *et al.*, 2014). Neste aspeto, o percurso dos alunos foi o mais difícil de conhecer e acompanhar, porque várias foram as mudanças na turma ao longo do ano e com isso as alterações de conhecimentos das matérias e capacidades motoras para a prática. Por este motivo, o plano anual inicialmente planeado foi sofrendo algumas alterações, como por exemplo a disciplina a lecionar no atletismo ou na ginástica. Relativamente à estrutura do plano anual, o professor orientador forneceu-me vários documentos que me ajudaram a criar o mesmo.

Uma vez que no início do ano optamos por lecionar por multimatérias, procurei fornecer matérias coletivas e individuais em todos os períodos, sempre com o objetivo dos alunos terem novas experiências e vivências, e exponenciando a aprendizagem dos valores essenciais para o futuro.

1.2. Unidades Didáticas

Devido às progressivas transformações e modificações que a nossa sociedade tem vindo a vivenciar, a educação desenvolve-se de acordo com as necessidades da mesma, procurando corresponder às suas exigências. Assim, o processo pedagógico precisa de se adequar à realidade atual, utilizando novas metodologias que provoquem transformações nos alunos, tornando-os pessoas mais conscientes e ativas.

Assim, a segunda etapa do planeamento corresponde à elaboração das UD's. A UD tem a função de planificar e organizar o processo de ensino aprendizagem, onde a mesma é desenvolvida segundo um tema. Nesta fase pretendeu-se entender a realidade heterogénea da turma e criar ensino inclusivo para todos os alunos e os seus diferentes níveis, ao longo de todas as UD's.

Segundo Pais (2013), as UD's são consideradas espaços de organização didática, onde estão definidos modos de atuar. Estas normalmente apresentam características como: serem práticas, reais e úteis, definição com clareza dos objetivos didáticos a atingir, respeitam uma sequência didática de progressão, são flexíveis e motivadoras, implicando ativamente o aluno no processo. O mesmo autor, afirma ainda que, este documento procura dar as seguintes respostas: 1. Objetivos gerais e específicos; 2. Conteúdos teóricos e práticos a abordar; 3. Extensão e sequência de conteúdos da matéria; 4. Recursos Espaciais,

Temporais e Materiais; 5. Estratégias e Métodos de Ensino; 6. Critérios e instrumentos de avaliação. A par do mencionado, a construção das UD teve em consideração as seguintes fases: 1ª Fase: Análise (da matéria, da turma e dos diferentes recursos); 2ª Fase: Decisões (definição de conteúdos e de extensão e sequência dos mesmos); 3ª Fase: Aplicação (criação de progressões e definição de critérios e instrumentos de avaliação). Na elaboração das UD's, procurou-se definir os objetivos de forma clara, com os conteúdos adequados ao nível dos alunos, bem como abordá-los respeitando os princípios de progressão, indo do mais simples para o complexo. Esta estruturação é essencial, pois segundo Verissimo, et all. (2016), a planificação e a definição dos objetivos da aprendizagem vão influenciar o processo de ensino aprendizagem. Desta forma, o pretendido foi ir ao encontro das metas de aprendizagem do PNEF, onde se procurou adaptar os conteúdos às características dos alunos. Assim, a distribuição dos conteúdos teve por base a avaliação formativa inicial realizada, onde esta foi sendo ajustada tendo por base a evolução dos alunos.

A lecionação das matérias foi realizada por multimatérias, neste sentido, foram programadas 3 ou 4 UD's por período. Esta forma de lecionação teve os seus desafios porque se tornava mais fídicil para os alunos aprenderem a matéria de forma continuada, umas vez que não era possível lecionar todas elas na mesma aula, ou seja, havia quebras de rotinas na aprendizagem das matérias, por exemplo, se no basquetebol aprendiam o passe e corte, realizavam jogo de seguida para o colocar em prática, mas depois só voltávamos a essa matéria duas aulas depois e os alunos já se tinham esquecido daquela componente tática. Apesar disso, permitiu-lhes um contato mais próximo com várias matérias desconhecidas.

Sendo esta turma, muito heterogénea e ativa, todas as UD's procuraram ter os gestos técnicos e táticos presentes, bem como exercícios pensados para que os alunos se mantivessem motivados ao longo das aulas.

As primeiras UD's foram, Atletismo (Estafetas), Basquetebol e Futsal. Destas três a que me criou mais desafios foi a de Estafetas onde os alunos tinham pouco ou nenhum conhecimento e se mostraram pouco recetivos na aprendizagem da mesma, apesar dos variados exercícios realizados. Nas UD's das modalidades coletivas, o entusiasmo dos alunos foi sempre positivo, dando muito ênfase ao jogo e às aprendizagens através deste, colocando de lado os exercícios mais analíticos. Os jogos respeitaram as progressões e aprendizagens dos alunos, tendo-lhes colocado várias condicionantes no decorrer das aulas, para que todos conseguissem evoluir, respeitando o tempo de aprendizagem de cada um.

Na UD de Ginástica Acrobática restringi-me a várias figuras de três níveis de dificuldade diferentes, mas com limite de três alunos por figura, à exceção das últimas duas aulas onde desafiei os seis alunos a realizarem uma pirâmide.

Apesar do planeamento, todas as UD's tiveram alterações devido aos constrangimentos de última hora, fosse o número de alunos que de uma aula para a outra alterava, fosse devido a condicionantes de COVID. Por este motivo, nem todas as UD's alcançaram os objetivos desejados, apesar de seguirem a lógica correta na sequência de conteúdos, respeitando todos os momentos de conhecimento e aprendizagem por parte dos alunos, já que houve modalidades que os alunos não conheciam e nunca tinham contactado.

1.3._Plano de Aula

Segundo Bento (2003) os Planos de Aula (PA) devem conter elemento originais face à leitura dominante relativamente ao tema, à aula, ao tempo, ao espaço, ao material. Devem apresentar funções didáticas em consonância com as fases de aprendizagem, que vão dar uma nova compreensão ao planeamento.

O plano de aula foi organizado da seguinte forma: parte inicial, parte fundamental; e parte final. O plano de aula contém nas duas primeiras colunas da direita o tempo parcial e o tempo total de aula, segue-se a coluna que diz respeito aos objetivos específicos, à descrição e organização da tarefa, os critérios de êxito e os estilos de ensino. No final do plano segue-se uma fundamentação das escolhas tomadas.

Na parte inicial da aula conversava com os alunos sobre os objetivos da aula e iniciava o aquecimento. A partir do 2º período também comecei a escolher o capitão da turma que seria responsável por orientar o aquecimento, escolher equipas para os jogos e no final realizar uma reflexão sobre a aula.

Na parte fundamental ou a parte principal, eram consideradas as tarefas fundamentais para a introdução, exercitação, consolidação ou avaliação dos conteúdos programados nas UD, assim como as suas progressões e critérios de êxito, fundamentais à evolução e desenvolvimento dos alunos. Na parte final, eu e os alunos arrumávamos o material sempre que era necessário, de seguida, realizava uma breve conclusão abordando os momentos que para mim deveriam ser lembrados, fosse por questões de prática, fosse por atitudes e comportamentos (positivos ou negativos), realizava questionamentos aos alunos sobre a matéria lecionada e pedia ao aluno capitão que realizasse um balanço da aula sob a sua perspectiva. Por fim, fazia extensão de conteúdos para as aulas seguintes, e finalizava com a

avaliação de todos os jovens numa escala de 0 a 5, relativamente ao comportamento e ao empenho.

As reflexões pós aula, conjunta com o orientador, permitiram que fossem feitas análises detalhadas dos aspetos positivos, dos negativos, sendo apresentadas novas ideias a utilizar nas aulas seguintes.

Ao longo das aulas, houve muitos planos que tiveram de ser adaptados à última da hora, porque o número de alunos alterava, bem como as suas capacidades físicas, cognitivas e socio-afetivas. Estas adaptações requerem múltiplos conhecimentos, seja de todas as matérias a lecionar, seja da forma como se deve e pode gerir a turma, porque ao longo de uma UD a turma já pode estar num nível aceitável e na fase de exercitação, com boas dinâmicas e realização de objetivos, e assim, quando chega um aluno novo, a dinâmica sofre de alguma forma, tendo a professora estagiária de voltar à introdução da matéria para ensinar e dar a conhecer a matéria e as suas progressões. Esta situação ocorreu durante o segundo período nas matérias de badminton e voleibol, tendo alguns planos sofrido alterações de forma a integrar novos alunos na turma.

Assim, podemos afirmar que o plano tem de ser flexível, sendo entendido como um guia de apoio, mas não como um documento estático, obrigatoriamente de ser seguido. Os planos foram muito úteis para organizar as aulas, permitindo-me uma visão mais clara na forma de organizar os objetivos e a forma de os concretizar. Obrigou-me a várias pesquisas, principalmente na diversificação de novos jogos pré-desportivos, de forma a promover o interesse e a motivação por parte dos alunos, permitindo a sua evolução.

2. Realização

Os resultados das aprendizagens dos alunos dependem do trabalho conjunto das dimensões acima mencionadas, sendo estas o conteúdo da realização (Ribeiro-Silva, 2017).

Para Siedientop (1998, citado por Oliveira, 2014): *“um professor eficaz conduz os seus alunos de modo a diminuir as perturbações e a aumentar o tempo consagrado à APZ. Se um professor não se preocupa nem tem por objetivo a APZ dos seus alunos, o seu papel circunscreve-se ao de um animador ou dinamizador de atividades desportivas convenientemente renumerado e, com sorte, consegue que os alunos se divirtam sem colocar em causa a sua integridade física.”*

Considerando que a participação nas aulas de EF permite, aos alunos, aumentarem o seu valor enquanto pessoas e que o docente comporta um papel importante e decisivo na aquisição, incitação e desenvolvimento de um conjunto de valores e atitudes fundamentais para a vida em sociedade, toda a intervenção pedagógica focou-se no desenvolvimento positivo de cada aluno, tendo em conta o princípio pedagógico da inclusividade e elevação das capacidades sociais e afetivas - principal foco- (Jacinto et al., 2011). Existem quatro dimensões que se destacam no ensino da Educação Física, determinantes para alcançar os objetivos: instrução, gestão, clima e disciplina. Apresento, de seguida, cada uma das dimensões.

2.1. Intervenção Pedagógica

O docente eficaz é aquele que encontra os meios de manter os seus alunos empenhados de maneira apropriada sobre o objetivo, durante uma percentagem de tempo elevada, sem ter de recorrer a técnicas ou intervenções coercitivas, negativas ou punitiva.” (Siedentop, 1998)

A qualidade da intervenção pedagógica assume-se como uma das características fundamentais intrínsecas à função docente, para que o processo de ensino-aprendizagem seja eficaz, tendo o objetivo de educar, ensinar e desenvolver valores através da EF, recorrendo a métodos próprios pedagógicos e algumas estratégias. O mais importante na intervenção pedagógica é o tempo que o aluno passa ocupado com empenho nas atividades de aprendizagem criadas pelo professor, no decorrer das atividades, também o ambiente afetivo que se desenvolve entre o professor e o aluno, e o controlo e organização das aulas, por parte do docente.

2.1.1. Instrução

É através da Instrução que o professor explica as tarefas e objetivos de aula, definindo os critérios de êxito e as componentes críticas, esta dimensão assume um papel fundamental no processo de ensino-aprendizagem (Colquitt et al, 2017). Esta engloba todo o tipo de comunicação entre o professor e o aluno ao longo das aulas, tais como as instruções iniciais e finais, as demonstrações, o *feedback pedagógico* (FB) e o questionamento. Na preleção inicial, procurei que a transmissão de informação fosse clara, curta e objetiva, de forma que

os alunos percebessem os conteúdos e tarefas a abordar na aula e que revessem os conteúdos anteriormente abordados. Para a transmissão de informação foram adotadas algumas estratégias com o intuito de facilitar a compreensão dos alunos e diminuir o tempo de preleção, sendo elas as seguintes: 1. Posicionamento dos alunos no meio campo, de costas para a entrada do pavilhão e no campo de visão do professor; 2. Demonstração da tarefa ou do gesto técnico realizada pelo professor ou pelo aluno (com o intuito de manter os alunos no campo de visão e questionar e/ou reforçar as componentes críticas e critérios de êxito); 3. Questionamento, com o intuito de perceber a atenção dos alunos, a retenção da informação e o conhecimento dos alunos). No decorrer da aula, na apresentação das tarefas, a dinâmica era idêntica à da preleção inicial, sendo descrito a organização, os objetivos e as componentes críticas definidas para as tarefas. Considerando que o FB potencializa o desempenho do aluno, o uso desta ferramenta torna-se fulcral no processo de ensino-aprendizagem. Este contempla várias dimensões, tais como, objetivo (avaliativo, descritivo, prescritivo, interrogativo e afetivo), direção (turma, grupo e aluno), momento (durante a ação e após a ação) e, forma (auditivo verbal e não verbal, visual e quinestésico)

Ao longo do ano letivo usou-se como estratégia o FB, sendo que este variava nas suas dimensões de acordo com as necessidades dos alunos e com as necessidades sentidas pelo docente naquele momento.

Para uma boa instrução, é essencial que o professor conheça bem a matéria que está a lecionar e os principais aspetos críticos dos seus gestos a transmitir aos alunos. Baseado na ideia advogada por Freitas (2014) a instrução está diretamente relacionada com a comunicação estabelecida entre o professor e o aluno, sendo necessário cuidado com a forma com que se transmite a informação, tendo influências no PEA. Tendo esta afirmação em conta, durante as aulas senti maior dificuldade na instrução das primeiras aulas de cada UD, principalmente na ginástica acrobática porque não é uma matéria onde me sintia totalmente à vontade, e necessitava de várias informações, principalmente por causa da segurança na realização dos exercícios. Curiosamente, nessa mesma instrução e naquelas que se seguiram durante essa matéria, os alunos mantiveram-se sempre calmos e atentos durante as instruções, realizando mesmo várias questões no final ou respondendo às minhas, mostrando que compreenderam a matéria, que estiveram atentos, havendo assim uma boa comunicação professor-aluno e aluno-professor.

A demonstração e a instrução são duas faces da mesma função: a de transmitir a informação aos alunos. Quando a via preferencial é visual, aplica-se o termo demonstração; quando a via é verbal (ou escrita) trata-se de preleção. Barreiros (2016) refere que em geral, os benefícios da demonstração são superiores aos da preleção, dado que a informação percebida pelo sistema visual é mais poderosa e também mais detalhada. O nosso cérebro é muito estruturado com base na informação visual e pode captar uma imensa quantidade de informação em instantes. A verdade é que, tendo em conta as características dos alunos da turma, eu percebi no decorrer do ano letivo que ganharia muito mais tempo de prática motora, se começasse a realizar a demonstração dos exercícios mais cedo no decorrer da instrução, podendo mesmo pedir a um aluno que demonstrasse e indo explicando ao mesmo tempo, e assim os alunos estavam muito atentos e sem sentirem que “era só conversa” devido à pressa de começar os exercícios. As três grandes funções da demonstração são: transmitir os objetivos da tarefa; focar a atenção do aprendiz em determinados aspetos e aumentar a motivação do aluno.

Na UD de Ginástica Acrobática usei imagens das figuras para que os alunos visualizassem e entendessem, de forma facilitada, o que era pedido ao mesmo tempo que realizava uma breve instrução, utilizando a demonstração dos alunos apenas numa fase seguinte.

O FB mostrou ser uma ferramenta muito importante nas aprendizagens dos alunos, principalmente após uma primeira fase do ano, quando comecei a utilizá-lo de forma mais correta. No decorrer das aulas consegui que ganhasse mais conteúdo e estrutura, melhorando aula após aula. No início muitos dos FB eram muito curtos, com pouca informação, por exemplo “boa”, “vamos, continua”, “estás a fazer bem” e, apesar de circular, quase só dava feedback a quem estava mais próximo de mim. Estes FB não continham a informação necessária para que o aluno entendesse realmente como estava a ser a sua prestação. Assim, e refletindo sobre os conselhos e FB fornecidos pelo professor orientador no final das aulas, comecei a realizar FB mais objetivos, de avaliação, prescritivos ou descritivos, com mais direção e substancialmente mais positivos.

Quando comecei a ganhar mais confiança com os alunos e senti que eles estavam dispostos a aprender sem haver más reações à deteção e correção do erro, realizei FB mais individuais e até quinestésico, ajudando os alunos a entenderem de forma correta o pretendido, algo que os manteve mais motivados na tarefa e empenhados porque viram o seu

esforço recompensado, ao ouvirem palavras positivas, mas também ao perceberem que através do FB conseguiram melhorar a sua prestação. Os FB cruzados foram outra grande melhoria da minha parte, conseguindo que a turma fosse sentindo a minha presença no decorrer das tarefas, e mesmo os alunos que estavam a realizar as tarefas mais longe de mim, sentissem o seu esforço reconhecido e que eu estava a ver o que eles realizavam. Os ciclos de FB começaram a ser mais fechados ao longo do ano, o que permitiu perceber a qualidade de informação que transmitia.

No balanço final das aulas recorri à instrução verbal, tentando que fosse clara, curta e objetiva, acerca do desempenho dos alunos na aula, e algumas situações ou erros que foram observadas com mais frequência na generalidade dos alunos. Nesta parte específica da aula, uma das dificuldades sentidas foi a manutenção da atenção dos alunos, porque a agitação ainda estava presente, devido a ser uma aula muito curta e haver situações de jogo durante grande parte do tempo e, por vezes, o retorno à calma não era o tempo suficiente, não evitando, assim, que os alunos abordassem o que tinha acabado de acontecer, e por vezes com diálogos mais acesos devido à parte competitiva. Apesar disso, consegui acalmar os alunos, chamando a sua atenção, ou por vezes aguardando que se calassem, em silêncio, nas situações onde eram apenas dois alunos a argumentar.

Para finalizar, considero que o domínio da dimensão instrução é essencial para conseguir transmitir aos alunos o conteúdo correto, da forma certa e no menor tempo possível.

2.1.2. Gestão

Segundo Siedentop (1983), para que a aula tenha uma gestão eficaz, é necessário que o professor seja capaz de envolver os alunos nas atividades da aula, de deter um número reduzido de comportamentos de desvio e de usar eficazmente o tempo de aula, ou seja, o professor é tão eficiente quanto o tempo de prática conseguir proporcionar aos alunos. Para alcançar o objetivo de oferecer o maior tempo de prática possível aos alunos, e tendo apenas aulas de 50 minutos, sendo que várias foram as vezes em que ocorreram atrasos por parte dos alunos devido à logística do CEO, estabeleci várias regras de funcionamento de aula e tentei dividir o tempo de forma eficaz. Estas medidas, como diz Quina (2009), tornam-se importantes para potencializarem a qualidade de gestão do tempo, dos espaços e dos materiais, tais como a criação de rotinas e os tempos de transição curtos. Assim sendo, procurei estabelecer tarefas adequadas ao espaço e à densidade da aula, no que diz respeito

à intensidade, volume e complexidade das tarefas, tentei transmitir motivação aos alunos, mantendo-os empenhados, pois o empenho para a prática é essencial para conseguir uma boa dinâmica de aula, nas transições e na realização da própria tarefa; Pedi aos alunos ajuda, sempre que possível e necessário, na montagem e desmontagem do material em determinadas matérias, como a Ginástica Acrobática, Voleibol, Badminton, entre outras. Esta gestão mostrou ser importante, e os alunos entenderam que se ajudassem regressariam à prática muito mais depressa, podendo continuar a realizar a aula sem tempos mortos; atribui o papel de “Capitão” a um aluno diferente todas as aulas a partir do segundo período, atribuindo mais responsabilidade pessoal e social ao mesmo, com o intuito de ser capaz de mobilizar a turma para uma tarefa e de estabelecer uma dinâmica de grupo de forma a criar espírito de equipa e um bom clima de aula; criei rotinas de aula, ou seja, chegarem ao pavilhão, reunirmos no centro, indicar o capitão para começar o aquecimento, e após este iniciar a parte fundamental da aula, no final retornar à calma, realizar o balanço final em conjunto com o capitão e, por fim, avaliar os alunos; compus, com a ajuda dos capitães, grupos heterogéneos, na maioria das vezes, para a realização dos exercícios, mas também grupos homogéneos quando os jogos eram realizados por níveis, como por exemplo, nos primeiros jogos 1x1 de badminton ou ténis, para que todos tivessem o melhor aproveitamento possível da prática facilitando a aquisição de conteúdos dos outros elementos do grupo e a promoção da interação entre eles, promovendo valores como a entreajuda, respeito, cooperação, compreensão, entre outros.

A nível do posicionamento na gestão da aula em si, o mesmo era realizado de forma circular, por fora dos exercícios, sendo que, quando era preciso intervir de forma mais próxima dos alunos, avançava até eles, voltando de seguida para o espaço exterior dos exercícios. Quando era um posicionamento mais fixo, o mesmo era de maneira a conseguir observar todos os alunos e facilmente emitir um feedback de controlo e gestão.

O tempo de aula nunca corresponde ao tempo em que os alunos estão efetivamente em atividade motora. Como tal, tive de tentar rentabilizar ao máximo o tempo que dispunha. A minha preocupação em estabelecer as estratégias anteriormente mencionadas permitiu uma melhor gestão da aula, principalmente segundo período. No primeiro a maior dificuldade prendeu-se com o facto de querer abordar as matérias através de vários exercícios e ainda querer ter tempo para realizar a parte do jogo. Ora esta estratégia era muito difícil de ser concretizada porque o tempo de aula não o permitia, por isso, a partir do segundo período,

comecei a clarificar as instruções, a ser mais célere nesse campo, as transições entre os exercícios também passaram a ser mais rápidas, e as decisões de ajustamento que fui realizando ao longo das aulas, como por exemplo, retirar algum exercício mais analítico, para dar privilégio ao jogo e ao desempenho motor dos alunos, possibilitaram o aumento do tempo de prática, onde os alunos mantiveram o foco nos objetivos pretendidos, sem tempos de espera, contribuindo para as suas aprendizagens e para um bom clima de aula.

2.1.3. Clima

Ribeiro-Silva (2017), aponta que a relação entre professor e alunos depende do clima estabelecido pelo professor na aula, da relação com os alunos, da capacidade de ouvir, refletir e discutir, e da criação de ligações entre o seu conhecimento e o dos alunos sendo que, a ausência do apresentado pode gerar a ideia de que os alunos não conseguem aprender. A mesma autora afirma ainda que, o ambiente de aprendizagem resulta da convergência entre os professores e os alunos, nos valores, expectativas, conceções relativamente ao ensino, sendo necessário uma negociação entre as duas partes para ser possível concretizar os objetivos de ambas os lados.

Devido às características específicas dos alunos do CEO, e principalmente devido ao facto da turma não se manter constante, existiram oscilações no clima.

As personalidades de cada aluno eram muito diferentes e os que estavam na turma há mais tempo tiveram, por vezes, dificuldade em aceitar os alunos que chegavam, demorando algum tempo até se realizar um real entrosamento na turma, algo que às vezes acontecia quando os alunos novos já estavam prontos a ir embora para outra unidade ou turma do CEO. Este foi o maior desafio no que diz respeito a esta dimensão. As dinâmicas da turma foram por vezes afetadas, levando-me, em algumas aulas, a insistir com os alunos que estavam há mais tempo na turma, para terem mais paciência no que dizia respeito ao processo de aprendizagem dos novos colegas, porque, muitas vezes, quem chegava apenas tinha tido contacto com uma ou duas modalidades (o futsal era sempre uma delas). Uma das estratégias que utilizei foi colocar o novo aluno no grupo, equipa, ou par daquele que tem mais capacidades cognitivas e socio-afetivas, de forma a ser mais bem recebido, entrosado e respeitado pelos demais. Esta estratégia revelou-se eficaz, havendo apenas uma situação

de mau clima no decorrer das aulas, e até essa situação aconteceu antes do horário de início da mesma, apesar dos alunos já se encontrarem no pavilhão.

A UD que poderia ter criado um clima mais difícil, devido às reações dos alunos quando abordei a matéria e lhes coloquei os objetivos, foi a Ginástica Acrobática (GA) e os Jogos Tradicionais (JT). A GA teve como primeira reação uma recusa da sua prática, com os alunos a afirmarem mesmo “eu não vou fazer nada disso, isso é para maricas”, “as raparigas é que fazem essas coisas...” ou “a mim ninguém me toca...”, “...a mim também não, não faço nada disso”. Depois destes comentários, e contando com a minha capacidade de ajuste e empatia, consegui fazer com que os alunos entendessem o objetivo da matéria, explicando não só que a ginástica não era apenas para raparigas como eles diziam, mas que existem homens, rapazes, da idade deles que conquistavam medalhas a nível mundial nesta modalidade. Estes fatores, o trabalho exigido a nível do equilíbrio corporal e, principalmente da força física, mudaram a perspetiva dos alunos no decurso das aulas, permitindo que todos alcançassem os objetivos propostos, e conseguissem mesmo realizar a pirâmide com os 6 alunos. Aquilo que foi mais positivo nestas aulas, além da mudança de discurso e aceitação da matéria, foi o clima gerado, com todos os alunos a cooperarem entre si, ajudando-se e respeitando o espaço de cada um, mesmo sendo uma modalidade de contacto permanente. No final da UD todos estavam satisfeitos com o seu desempenho devido às aprendizagens realizadas. Já nos JT, o bom clima de aula existiu, mas não esteve sempre presente, porque os alunos tinham opiniões diversas, ou seja, aqueles alunos que não tinham tantas capacidades nos jogos coletivos, gostavam mais dos JT porque eram requeridas outras habilidades, como a estratégia no jogo da Pela. Já os alunos mais capazes a nível motor, afirmavam: “eia, professora isto é uma seca, vamos jogar outra coisa, fazer futsal...”, ou “isto não tem jeito, nem estou a suar”. Esta foi a UD mais curta, inserida apenas no 3º período devido às características dos alunos.

No decorrer das aulas de badminton, ténis e voleibol, procurei dar ênfase aos gestos técnicos, utilizando exercícios mais analíticos antes de passar para o jogo, algo que os alunos tinham dificuldade em entender e por vezes afetavam o clima da aula com comentários desnecessários, dizendo “já sabemos fazer isso tudo, queremos é jogar”, quando nem conseguiam acertar com a raquete no volante, ou nem conseguiam realizar uma manchete no voleibol. Este aspeto foi sendo contornado com várias conversas com os alunos no decorrer desses exercícios, atribuindo-lhes tarefas como, visualizar a ação do colega e dar

feedback sobre o que fez menos bem, colocar alvos do lado contrário do campo, onde os alunos teriam de acertar através do gesto técnico pedido. Assim, foi mais fácil para os alunos entenderem que para jogar não basta apenas entender como se joga, mas também os gestos técnicos para o conseguir fazer da melhor forma, contribuindo para um melhor clima de aula e uma motivação maior durante as tarefas, além do jogo.

Outro fator recorrente ao longo do ano foi, tal como abordei anteriormente, a dificuldade de alguns alunos aceitarem as diferenças individuais de cada um, não apenas a nível de desempenho motor, mas também a nível cognitivo e sócio-afetivo. Para colmatar este ponto, tentei ajudar o aluno com mais dificuldades e conversar com os alunos que entravam em conflito, tentando que eles percebessem que se houvesse ajuda da parte deles para com esses alunos, seria mais fácil haver uma evolução positiva, e assim, as aulas seriam mais de acordo com aquilo que eles gostavam, mas que se pelo contrário não ajudassem e continuassem a criticar, o aluno iria desmotivar e afetaria toda a turma. Este foi um processo difícil, mas a verdade é que a partir do segundo período, e principalmente durante o terceiro, os alunos mais capazes ajudaram bastante os novos, permitindo uma clara evolução de todos.

A questão das avaliações menos positivas, ou conflitos ocorridos fora das aulas de EF, foram outros problemas que por vezes contribuíram para um clima de aula menos positivo, apesar de ter acontecido poucas vezes.

Tendo em conta todas estas condicionantes, desde o início até ao último dia de aulas, procuramos conhecer os interesses, ambições, gostos e traços de personalidade de cada um, promovemos a inclusão dos alunos novos, tendo empatia e respeito pelo processo de aprendizagem de cada um, valorizámos comportamentos e atitudes adequados no decorrer da aula e fora do contexto da mesma, promovemos o respeito para com os colegas, os professores e as tarefas, bem como a autonomia e a responsabilidade na resolução de problemas.

A implementação do Modelo da Responsabilidade Pessoal e Social (MDRPS), e o facto dos alunos serem avaliados no final de cada aula favoreceu comportamentos positivos, pois os alunos dependem dessas notas para receber benefícios, principalmente ao fim de semana. Mesmo assim, ao longo do ano tivemos várias conversas individuais com os alunos, principalmente quando o clima era afetado devido a alguma atitude ou comportamento

menos positivo por parte deles. Estas conversas mostraram frutos pois a atitude e comportamento foram aspetos que melhoraram ao longo do ano.

Em suma, julgo que o clima das aulas, no geral, foi bastante positivo, e as estratégias utilizadas foram as apropriadas, havendo uma evolução constante nos comportamentos dos alunos, permitindo que as aulas fossem cada vez mais dinâmicas e harmoniosas, mesmo com a continua chegada de novos alunos à turma, inclusive no final do ano letivo. Este clima positivo nas aulas vai ao encontro da afirmação de Aranha (2004) quando diz que em relação à dimensão clima, esta está associada aos comportamentos e destrezas técnicas de ensino utilizadas pelo professor para conseguir um clima educacional agradável e positivo.

2.1.4. Disciplina

A dimensão Disciplina diz respeito ao controlo da turma, sendo que o processo de ensino-aprendizagem tem mais eficácia numa turma disciplinada. Assim, a utilização de estratégias positivas, proativas e centradas no desenvolvimento e comportamentos apropriados e as regras, rotinas e clima positivo são essenciais para um controlo da disciplina (Siedentop, 1998).

A disciplina está diretamente relacionada com o sucesso na aula, podendo ou não garantir uma maior harmonia, cooperação e bom funcionamento da mesma. Deste modo, o principal objetivo desta dimensão é que o professor consiga reduzir fatores desestabilizadores da aula, tendo em atenção os comportamentos fora da tarefa (de pequena gravidade) e de desvio (mais graves, implicando uma intervenção do professor repreensiva ou punitiva). Os comportamentos registados mais comuns incidiram nos comportamentos fora da tarefa, tais como faltas de atenção na instrução e utilização do material sem autorização. Havendo este tipo de comportamentos, é importante agir de imediato, para assim evitar a propagação desses atos impedindo futuras ações semelhantes de outros alunos.

Ao longo das aulas procurei transmitir valores como o respeito, a amizade a compreensão, o acolhimento, a ajuda, entre outros, procurando que os desenvolvessem e acima de tudo entendessem a sua importância, aplicando-os nas mais diversas situações.

Tal como referi na dimensão clima, e estando estas duas dimensões intimamente relacionadas, o facto de a turma estar em constante transformação, foi muito importante as

regras apresentadas aos alunos, permitindo assim, prevenir comportamentos menos positivos. De qualquer forma, e sendo cada aluno um ser diferente, houve aulas onde existiram algumas picardias, muito devido ao facto de estarem em jogo e uma equipa ganhar e outra perder. Sempre que a turma se encontrava nesse enquadramento de jogo, uma das minhas principais preocupações era perceber a predisposição dos alunos, o seu comportamento corporal e expressões, para conseguir antecipar comportamentos desviantes e inapropriados para com os colegas ou para com a tarefa. Por exemplo, quando um aluno perdia a bola de forma constante no futsal, começava a ficar frustrado, tentando roubar a bola ao adversário através de faltas, ou no badminton, quando não conseguia concretizar ponto ao fim de várias jogadas, começava a ficar frustrado, entrando em stress e tendo atitudes menos positivas, como aconteceu com um aluno que atirou com a raquete ao chão, pedindo desculpa logo de seguida, mas mesmo assim valendo-lhe uma repreensão.

Com os jovens do CEO temos de ter sempre presentes que a linha que separa o respeito do desrespeito, e o “está tudo bem”, do “estou farto disto”, é uma linha muito ténue, que através de alguma situação menos boa, pode acionar o gatilho e fazer com que o aluno perca a calma, perdendo o controlo sobre as suas ações, situação essa que aconteceu duas vezes ao longo do ano, resolvidas prontamente.

Após uma análise reflexiva, considero que os alunos foram disciplinados ao longo do ano, salvo raras exceções. Tiveram bons comportamentos e atitudes para com os professores, para com as tarefas e também para com os seus colegas, apesar de nesse ponto, tal como referi na dimensão acima, ter sido onde os alunos mais mostraram dificuldades ao longo do ano. Tentei sempre, através do meu relacionamento interpessoal com os alunos, chamá-los à atenção quando previa comportamentos desviantes, conversando com eles e acalmando-os, considerando que nesta dimensão superaram as minhas expectativas.

2.1.5. Decisões de Ajustamento

Segundo Bento (1987, p.15) “o ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção, depois na realidade”. As decisões de ajustamento podem ser feitas quer a nível do planeamento quer a nível da intervenção pedagógica, sobre qualquer elemento do currículo, como objetivos, conteúdos, estratégias de ensino, processos, avaliação, entre outros (Abreu, 2016). Assim, todo o processo de ensino-aprendizagem é flexível e passível de ser ajustado, podendo variar devido a inúmeros fatores, como questões temporais, necessidades sentidas

pelos alunos e professor, entrada de alunos na turma, redução do número de alunos na aula, questões pandêmicas, comportamentos inapropriados, ou na deslocação para o pavilhão.

Considero que, para ser docente no CEO, uma das qualidades que temos de ter é mesmo a capacidade de ajustamento às mais variadas situações que possam ocorrer, e aqui, julgo terem sido muito importante as minhas experiências anteriores, quer como professora de Aec's, quer como treinadora, porque permitiu-nos ajustar as aulas, os planos, os exercícios, sem grandes dificuldades, sendo bastante rápida a encontrar as melhores soluções, mantendo a dinâmica da aula e concretizando novos objetivos (caso fosse mesmo impossível alcançar aqueles traçados no plano de aula). Os ajustamentos que foram necessários realizar tiveram como motivo, o número de alunos presentes na aula, o horário da aula ser mais curto devido a atrasos dos alunos ou a pandemia, que atingiu as aulas no mês de janeiro.

Devido a estes constrangimentos surgiu uma necessidade constante de ajustar o plano de aula e os seus objetivos, encurtando o tempo de aula, reduzindo exercícios, realizando apenas jogo ou até mesmo, mudando a matéria a lecionar. Sempre que tinham de ser feitos devido ao número de alunos disponíveis, refazia equipas e se o número era ímpar colocava um joker nos jogos que tinham essa possibilidade, ou construía um exercício específico para um só aluno. Estas alterações tiveram de acontecer de forma rápida e eficaz para que o tempo de prática e consequentemente as aprendizagens dos alunos não fossem afetadas.

Ao longo do ano o horário sofreu duas alterações sendo que a aula de segunda-feira passou das 11h30 para as 9h20 até ao final do ano, também o horário de quarta e quinta que inicialmente era às 17h30 passou para as 16h30, situação essa que durou apenas 2 meses, retornando, depois ao horário inicial das 17h30. Neste caso não foram precisas muitas alterações, porque apenas mudava a hora do dia.

A nível da construção dos planos de aula foi essencial entender quais as tarefas que resultaram ou não, perceber o que falhou de modo a arranjar alternativas que fizessem os alunos aprenderem e entenderem de forma mais facilitada os objetivos. Por vezes o exercício que parece funcionar bem no papel, acabam por não ter o mesmo efeito na prática, necessitando de ajustes e melhorias. Também o tempo planeado para cada tarefa foi tendo alterações ao longo de vários planos de aula, tanto porque o exercício estava a correr bem, por complexificar a tarefa, mas também por situações em que, desde cedo, percebemos que

o exercício não iria resultar, tendo-o terminado de imediato, passando para a tarefa seguinte ou sendo substituído por outro mais adequado.

Os métodos de avaliação também acabaram por sofrer reajustes, porque tendo em conta a turma e a variabilidade dos alunos presentes nas aulas, a avaliação formativa processual ganhou total destaque após uma avaliação formativa inicial no início do ano. Portanto, e como abordarei de seguida na parte da avaliação, esta foi a mais utilizada ao longo do ano, e onde baseei as notas dos alunos, uma vez que atribuía duas no final de todas as aulas, dando uma média final do mês (a apresentar nas reuniões mensais) e que depois se traduzia na pauta nos finais de período, não havendo a necessidade de uma avaliação sumativa formal, mas sim utilizando as avaliações formativas.

Em suma, a capacidade de ajustamento é muito importante para o docente e para a possibilidade de os alunos alcançarem o sucesso e objetivo das tarefas. Observar, analisar, atuar e modificar tornam-se ações regulares durante as aulas de EF. Estas são aulas imprevisíveis e em constante alteração, dependentes das capacidades dos alunos tanto motoras como cognitivas.

3. Avaliação

Sendo a avaliação das aprendizagens uma prática permanente da profissão docente, é importante definir o modo como os alunos serão avaliados nas diferentes modalidades de avaliação, bem como os domínios, componentes críticas e conteúdos a abordar. Muitas vezes a avaliação é vista pelos professores como uma mera atribuição de notas, dando aos alunos um “rótulo” e não como um meio de os orientar para prática indo ao encontro das reais necessidades dos seus alunos (Simões, et al. 2014).

Os PNEF referem que esta disciplina deve priorizar o desenvolvimento dos alunos atendendo a uma “apropriação das habilidades técnicas e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores proporcionados pela exploração das suas possibilidades de atividade física adequada – intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa” (PNEF 3º Ciclo, 2001).

Assim, avaliação deve ser bem planeada permitindo verificar o progresso do aluno e a eficácia do programa escolar. Deste modo, foi definido um Sistema de Avaliação

composto por quatro instrumentos de avaliação: Avaliação Inicial (AI); Avaliação Formativa (AF); Avaliação Sumativa (AS) e Autoavaliação.

Segundo Bento (2003) a avaliação é uma tarefa fundamental do professor necessária para o processo de ensino-aprendizagem, conjuntamente com a planificação e a realização do ensino. Tendo em conta a importância da avaliação para todos os alunos, decidimos, no final do 1º período, devido às alterações que a turma foi sofrendo, que a avaliação seria essencialmente formativa. Assim, os alunos novos, mesmo não tendo conhecimentos prévios das matérias, nem as aprendizagens dos seus colegas, não foram prejudicados nas avaliações, sendo a nota final de período o reflexo daquilo que os alunos realizaram nas aulas que estiveram presentes, não individualizando por matérias, mas sim por empenho, aprendizagens adquiridas, comportamentos e atitudes nas aulas.

A avaliação constitui, assim, um processo que me permitiu recolher informações sobre as aprendizagens dos alunos, de forma a entender os conhecimentos dos mesmos, e se eles estavam a seguir no sentido dos objetivos estabelecidos, quer a nível motor, cognitivo ou sócio-afetivo.

3.1. Avaliação Formativa Inicial

“O objeto da primeira etapa de trabalho com a turma, no começo do ano letivo, é a avaliação inicial, cujo propósito fundamental consiste em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias do respetivo ano de curso, procedendo simultaneamente à revisão\atualização dos resultados obtidos no ano anterior” Jacinto et al., (2001. p. 31).

Desta forma, a Avaliação Formativa Inicial (AFI) da maioria das matérias abordadas foi realizada nas primeiras aulas, e foi alvo de um trabalho criterioso e fundamental, uma vez que permitiu identificar o nível em que os alunos se encontravam, possibilitando assim a criação de uma UD ajustada às dificuldades e desenvolvimento das competências dos alunos o que possibilitou definir um ponto de partida e um conjunto de objetivos a cumprir ao longo do ano letivo.

A AFI e a sua subsequente análise, permitiu adequar a oferta formativa dos conteúdos face às características e níveis apresentados pelos alunos. Deste modo, é importante conhecer

os pontos fulcrais a trabalhar na turma, ajustando os conteúdos e objetivos a alcançar. Assim sendo, o professor deve adotar um instrumento adequado para avaliar as capacidades dos alunos e, posteriormente, fazer uma reflexão relativa ao nível da turma e, especificamente, o nível de cada aluno perante os conteúdos abordados. Neste sentido, foi adotada uma grelha avaliativa na maioria das UD, que permitia inserir as componentes da avaliação e as suas ponderações, os nomes e os níveis avaliativos, baseada nos critérios específicos da modalidade que foram pré-definidos para o 3º Ciclo, segundo os níveis: Pré-Introdutório (1), Introdutório (2), Elementar (3) e, Avançado (4). (Anexo ...)

Neste contexto a AFI permitiu identificar: (i) quais os alunos mais proficientes; (ii) os alunos menos proficientes; (iii) identificar o nível geral da turma e individual; (iv) recolher informações para a constituição de grupos e/ou equipas de trabalho; (v) matérias que os alunos mais gostam e (vi) matérias que os alunos gostam menos. Realizando assim, uma parte importante na preparação do ano letivo, sendo possível orientar e organizar as aulas da turma, adequar o nível de objetivos e proceder a alterações ou ajustamentos no planeamento anual.

Além das AFI das matérias a abordar ao longo do ano, foram também realizados os testes do FITescola: Vaivém, IMC, Abdominais, Extensões de Braços, Impulsão, Flexibilidade dos Ombros e Flexibilidade dos MI. No final foi realizada uma comparação com os valores de referência do FITescola.

3.2.Avaliação Formativa

A avaliação formativa é uma avaliação de proximidade que ocorre durante o dia a dia e resulta da interação estabelecida entre alunos e professores (Fernandes, 2020). Segundo o mesmo autor, o seu objetivo principal é contribuir para que os alunos aprendam melhor, produzindo informação sistematizada e sintetizada das observações de aprendizagem dos alunos.

A AF permitiu verificar a distância entre o que o aluno já sabe e o que se pretende atingir. Segundo a perspetiva de Vygotsky, o professor deve proporcionar apoios e recursos aos alunos, de forma que eles atinjam um patamar que não conseguiriam atingir sozinhos, ou seja, permitindo aos alunos atuar no limite do seu potencial (Fino, 2001). Esta avaliação foi aplicada ao longo de todo o ano letivo, através da observação direta, de carácter global,

procurando indicadores que fornecessem informação suficiente acerca das lacunas e dificuldades de aprendizagem. Ao longo das aulas fui gerindo e controlando o cumprimento das atividades, supervisionando e observando as atividades desenvolvidas, prestando auxílio aos alunos nas suas dificuldades, através do questionamento e da adoção de vários estilos de ensino, de acordo com o MDRPS.

Deste modo, a avaliação formativa, com todo o seu carácter regulador do processo de ensino aprendizagem, permitiu-me elaborar em cada aula uma reflexão consciente daquele que foi o desempenho dos alunos, sensibilizando-me para a importância deste parâmetro no processo ensino-aprendizagem dos jovens.

3.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa não é mais que a prova final da avaliação formativa, ou seja, surge para comprovar todo o processo regulador de avaliação que foi realizado aula após aula, de uma dada matéria ou para tirar algumas dúvidas sobre alguns alunos, onde a avaliação ainda está indecisa. Sendo assim, a avaliação sumativa foi realizada com o maior rigor possível, respeitando o nível de cada aluno e a sua evolução tendo em conta o seu nível inicial, classificando de 0 a 5 o seu empenho e comportamentos ao longo de todas as aulas, e no final de cada mês do período letivo.

No final de todos os períodos os somatórios das avaliações das aulas ditaram as avaliações sumativas, traduzindo assim as aprendizagens desenvolvidas e colocadas em prática por cada aluno presente na turma no final de cada período, bem como os seus comportamentos e atitudes ao longo das aulas. Nesta fase avaliei o domínio motor, o domínio cognitivo e sócio-afetivo.

3.4. Autoavaliação

Segundo Reis (2014) a autoavaliação é o ato de um indivíduo refletir e criticar acerca das suas práticas, levando ao autorreconhecimento e aprendizagem. Deste modo, foi importante incluir esta forma de avaliação, de forma a compreender o que os alunos achavam da sua própria prestação no decorrer das aulas.

Na autoavaliação os alunos avaliam os seus próprios desempenhos nas diferentes matérias abordadas dentro da sua vida escolar. Para isso, torna-se fundamental que os professores os informem dos conteúdos perante os quais se devem avaliar e sobre os critérios de avaliação, fornecendo-lhes também indicações sobre a forma como estes devem realizar os juízos de valor (Nobre, 2015).

Assim, no final de cada aula, existia uma breve conversa com os alunos, para que analisassem a mesma nos três parâmetros, ou seja o seu desempenho motor, os seus comportamentos e atitudes e os conhecimentos adquiridos no decorrer da aula, face aos objetivos definidos. A par disso, eram dadas indicações do que precisavam para atingir esses objetivos e de como é que os podiam atingir -caso seja necessário-, visando a melhoria da sua performance. A partir do segundo período, o capitão da aula também realizou uma avaliação mais aprofundada da sua opinião da aula. No final de cada período foi realizada a autoavaliação na última aula de cada período.

4. Modelo de Ensino

É através do recurso a modelos e métodos de ensino, que os professores podem definir um plano compreensivo e coerente para o ensino que inclui: sustentação teórica, aspiração em alcançar resultados de aprendizagem, conhecimento por parte do professor, atividades de aprendizagem adequadas e sequenciadas, expectativas para o comportamento de professores e alunos, estruturas de tarefas únicas, avaliação do processo de aprendizagem e formas de verificar a implementação exata do modelo (Metzler, 2000).

Assim, e com o intuito de contextualizar o modelo de ensino usado na turma B3 - ERB do CEO, irei realizar uma breve descrição do Modelo de Responsabilidade Pessoal e Social (MRPS).

4.1. Modelo de Responsabilidade Pessoal e Social

Um dos objetivos da Educação Física é ensinar valores e competências essenciais à vida em sociedade. Para alcançar este objetivo, os professores de Educação Física desempenham um papel fundamental através da implementação de modelos pedagógicos coerentes.

Desenvolvido por Donald Hellison (1978), surgiu com o intuito de responder às carências de jovens e crianças em risco de exclusão social, baseando-se no potencial

formativo e educativo do desporto, bem como nalgumas crenças pedagógicas e ideológicas (Martinek & Hellison, 2009, Martinek, Schilling & Hellison, 2006, Metzler, 2000, citados por Santos et al., 2015).

Tem como objetivo principal responsabilizar o aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social nos alunos, aplicando-se tanto no desporto, como na vida quotidiana. Para isso, os professores são responsáveis por implementar programas de intervenção e desenvolver estratégias pedagógicas que permitam alcançar estes objetivos.

Este modelo baseia -se no trabalho de Hellison realizado nos Estados Unidos com jovens em risco de exclusão social e integra um conjunto de competências que devem ser adquiridas através da EF: respeito pelos sentimentos e direitos dos outros (nível I); participação/cooperação e esforço (nível II); autonomia (nível III); liderança e ajudar os outros (nível IV); transferência para fora do contexto de aula (nível V) (Martinek & Hellison, 2009).

Na Tabela 2- “*Caraterísticas do Modelo*”, podemos observar de uma forma síntese as características do modelo.

Caraterísticas do Modelo	
1	O professor oferece “ferramentas” aos alunos, para que estes desenvolvam uma determinada tarefa de forma autónoma, estimulando a tomada de decisão, tendo estes de lidar com as consequências das suas escolhas.
2	Baseia-se numa conjuntura de pressupostos (responsabilidade pessoal, responsabilidade social e bem-estar), que considera o ensino de competências de vida e de valores como parte integrante das atividades desportivas;
3	Destina-se, maioritariamente, a crianças e jovens que vivem em locais com condições sociais problemáticas, integrando-as na sociedade, com o intuito de as responsabilizar para aquilo que será o seu futuro;
4	Pretende o desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e da Responsabilidade Social, através da promoção de oportunidades e experiências;

Tabela 2 - Caraterísticas do Modelo

A sua aplicação deve ser feita de forma progressiva, tendo em atenção as atitudes e comportamentos dos alunos, de acordo com o avançar ou não nos níveis de responsabilidade.

Segundo Hellison (2011), o programa está estruturado em cinco níveis de responsabilidade pessoal e social, tal como podemos observar na Tabela 3 - “*Níveis de Responsabilidade*”.

0. Egocêntrico	- Falta de autocontrole, antissocial, não respeita regras nem os outros.
I. Respeito pelos sentimentos e direitos dos outros	-Os alunos procuram o autocontrole e a resolução pacífica dos conflitos, percepção de comunidades e de que os seus desejos e vontades muitas das vezes não vêm em primeiro lugar, respeito pelos outros na sala de aula e compreensão que todos têm um lugar no círculo' incluindo eles próprios. -Os alunos do nível 1 compreendem que a violência não é resposta a um desentendimento ou discussão, muitas das vezes basta evitar o conflito. -Os alunos procuram outras soluções para a resolução do problema em vez da violência.
II. Esforço e cooperação	-Demonstração de uma interação saudável entre todos os alunos, motivação para dar o seu melhor respeitando a envolvência, os alunos mostram vontade em participar e aprender sem recusar as tarefas propostas. -Os alunos exploram novas atividades com uma atitude positiva, tentando dar-se bem com todos os seus colegas mesmo não sendo estes seus amigos ou parceiros, já existe um sentimento de pertença à equipa.
III. Autonomia	-Estar na tarefa, estabelecer e manter metas pessoais e resistir à pressão dos colegas. -O aluno deve conseguir manter o foco na tarefa, traçar objetivos e manter-se neles o aluno deve apresentar maturidade pessoal para continuar na tarefa em vez de se distrair com algo mais interessante ou desleixado.
IV. Liderança e ajudar os outros	-O aluno deverá mostrar algum carinho, sensibilidade e preocupação para com todos os colegas de turma. -O aluno deve demonstrar preocupação para com a comunidade e nas aulas de educação física ninguém é dispensável. -Muito trabalho deve ser posto em prática antes que este nível possa ser considerado alcançado. -Quando os alunos demonstram companheirismo e compaixão voluntariamente, então pode considerar-se alcançado.
V. Transferir para fora do contexto de aula	-Este é o nível mais difícil de implementar - mas pode se manifestar em mudanças de atitude, como no vestuário, pontualidade, resolução de conflitos, atenção ao trabalho escolar e tarefas domésticas, e em assumir a tarefa de orientar as crianças mais novas. -Ser um modelo a seguir para os outros.

Tabela 3 - Níveis de Responsabilidade

As Estratégias de responsabilidade, segundo Hellison (2011) podem ser observadas na tabela 3, que descreve as estratégias utilizadas numa aula de EF.

Existem muitas estratégias, no entanto a valorização de comportamentos positivos e a atribuição de papéis de liderança aos discentes, são um exemplo muito relevante, mas temos

de ter sempre presente que as mesmas devem ser sempre adequadas a realidade de cada turma (Hellison, 2011, citado por Miguel, 2018).

Estratégias	Descrição
I. Conversa individual	Antes, durante ou depois da aula, com o objetivo de definir ou atender aspetos relevantes para a promoção da responsabilidade;
II. Conversa de consciencialização	Início das sessões, com o intuito de delimitar objetivos de responsabilidade;
III. Atividade Física	Através das atividades/tarefas instruir a responsabilidade;
IV. Reuniões de Grupo	Final da sessão ou quando seja preciso, tentando que as crianças reflitam sobre os seus comportamentos, dizendo sugestões de atividades e/ou dificuldades sentidas;
V. Reflexão Final	Com o objetivo de avaliar os comportamentos de RP e RS decorrentes na aula;

Tabela 4 - Descrição de Estratégias de Hallison

O papel do professor, na aplicação deste modelo, é visível na Tabela 6 – “*Papel do Professor*”. Esta, descreve e apresenta as ações que o docente deve adotar ao longo da UD, de forma a contribuir para o sucesso.

Ações do Professor	Descrição
Permitir aos alunos liberdade na tomada de decisão	Com o intuito de garantir que no futuro tenha essa experiência adquirida.
Fornecer opções de escolha	Garantir oportunidades adequadas para tomar decisões.
Ensino centrado nos alunos	O professor importa-se com os interesses, capacidades e valores dos alunos, demonstrando-o.
Incluir todos os alunos	Escolha de conteúdos de acordo com os interesses e habilidades dos alunos.
Permitir uma reflexão sobre as decisões	Reflexão sobre a tomada de decisão, podendo existir consequências positivas ou negativas.
Promover uma participação ativa dos alunos	As ideias dos alunos por vezes vão para além do pensamento dos professores.

Tabela 5 - Papel do Professor

5. Estilos de Ensino

Os diferentes estilos de ensino estão relacionados com a apresentação dos conteúdos, a sua combinação, organização e orientação da aprendizagem. Os estilos de ensino podem

ser definidos como a forma que o professor organiza as situações de aprendizagem com incidência nos processos convergentes ou divergentes do trabalho.

Assim, reconhecendo as características dos alunos da turma ERB, os estilos de ensino que coloquei em prática foram:

- Ensino recíproco - trabalho em pares ou grupo. Um aluno fornecia FB de acordo com critérios preparados pela professora, assumindo o papel de “professor” ou “treinador”. A professora controlava e fornecia FB aos observadores. Assim, permitia ao aluno uma participação mais ativa (socialmente e cognitivamente), não exigindo a presença permanente do professor. Por exemplo – a correção da manchete enquanto se exercitavam a pares.
- Ensino por tarefa - permitia dar tempo ao aluno para trabalhar individualmente na tarefa, com o grupo distribuído em diferentes tarefas. À professora, proporcionava o fornecimento de feedback individualizado. Por exemplo, as estações de condição física.
- Ensino Inclusivo – pretendeu-se promover o sucesso individual do aluno, dando-lhe a possibilidade experimentar o seu êxito, de acordo com o seu nível de proficiência. A aula era organizada por níveis de dificuldade e o aluno selecionava um nível ou tarefa que era capaz de desempenhar. Além das decisões definidas no ensino por tarefa, o aluno examinava e selecionava o nível apropriado para si, realizando a tarefa e comparando o seu desempenho com os critérios preparados pelo professor. Assim, permitia ao aluno ter mais autonomia e ser responsável pelas suas escolhas (responsabilidade). Por exemplo, a realização das figuras na Ginástica Acrobática.
- Ensino por Descoberta Guiada - procurava que o aluno explorasse e investigasse de forma a chegar ao objetivo definido pelo professor, neste caso eram dados aos alunos ferramentas para a concretização do objetivo, ferramentas estas apresentadas em exercícios anteriores, por exemplo, antes do jogo 3x3 no basquetebol, os alunos realizaram um exercício de passe e corte em situação de contra-ataque, passando para a realização do jogo tentei perceber se os alunos na mesma situação usariam essa componente tática para poderem progredir mais rápido nos contra-ataques.
- Ensino por Descoberta Convergente – teve como propósito promover, ao aluno, a descoberta de uma solução para um problema ou chegar a uma conclusão. O

professor apresentava o problema, o aluno examinava o problema ou situação, desenvolvendo um procedimento para o solucionar ou chegar a uma conclusão. O docente acompanhava o processo de pensamento do aluno e fornecia feedback. Por exemplo, no jogo de basquetebol, onde o objetivo era marcar cesto sem poder utilizar o drible no decorrer do jogo.

6. Coadjuvação

Durante o Estágio Pedagógico, um dos objetivos propostos foi a intervenção pedagógica num ciclo de estudos diferente do qual o professor estagiário está inserido (3º Ciclo). Assim sendo, esta intervenção decorreu na escola EB 2,3 Martim de Freitas, com a turma do 5ºE (2º ciclo), composta por 28 alunos, tendo contado com 6 blocos de aulas.

Na primeira semana, a minha primeira aula foi de 50 minutos e a segunda de 120m, ambas de voleibol dentro do pavilhão. Na segunda aula também se realizou o teste vai-e-vem do FitEscola. Já na segunda semana passamos para a sala de ginástica onde estive presente em duas aulas, uma de 50 e outra de 120 minutos. Para terminar, na última semana as aulas decorreram num campo de futsal no exterior, onde também estive presente na aula de 50 e 120 minutos.

Caraterização da turma

Esta turma mostrou ser muito ativa, onde todos os alunos pediam bastante atenção.

Consegui decorar os nomes quase todos na primeira aula, o que tornou a minha tarefa de aproximação mais fácil. O comportamento da turma foi muito abordado pela professora titular, sendo desafiador manter a turma concentrada e focada nas tarefas, devido a comportamentos desviantes que ocorriam em pequenos grupos. Apesar de algumas atitudes menos positivas, a turma quando avisada seriamente, mostrava respeito para com as professoras.

Principais tarefas

As minhas principais tarefas nas aulas foram sendo diferentes no decorrer das semanas e das sessões. Na primeira aula, participei nos exercícios de pares com os alunos, fornecendo feedback aos alunos que realizavam o exercício comigo, e aos que estavam mais

próximos. Na segunda aula orientei o aquecimento, realizando jogos lúdicos tendo como objetivo o aumento de temperatura corporal. Outra tarefa que tive nesta aula foi de observar os vai-e-vem de uma aluna. Durante esta aula dei feedback a pequenos grupos de alunos enquanto realizavam o teste FitEscola. Já na segunda parte da aula, enquanto se encontravam a praticar voleibol, realizando passes por cima da rede, fui gerindo o comportamento dos alunos e dando feedback para o grupo, mas acima de tudo individuais. Nesta altura a professora titular chamava quatro alunos de cada vez para realizarem a impulsão vertical, por isso, sempre que uns alunos voltavam para a rede e outros se encaminhavam para o teste, eu fui colocando os alunos nos sítios corretos para que pudessem continuar com os exercícios de voleibol.

Na terceira aula, que já aconteceu na sala de ginástica, orientei o aquecimento dos alunos com deslocamentos e aquecimento geral dos membros superiores e inferiores, principalmente articulações dos membros superiores. No decorrer da aula fui dando feedback aos alunos, ajudando sempre que necessário, na execução dos exercícios de solo. Na aula seguinte, também orientei o aquecimento, mas desta vez, além da mobilização articular, realizei jogos de deslocamentos entre equipas em formato de competição, exercícios esses que iam ao encontro daquilo que a professora iria ensinar na aula. No decorrer da sessão observei, dei feedback e fiz correções nas estações de solo.

Nas últimas duas aulas do período, que eu orientei por completo, optei pela matéria do futsal porque era a mais indicada para o espaço onde iríamos estar. No início da quinta aula ainda houve o reconhecimento da turma sobre percurso do corta-mato escolar que seria realizado na quinta-feira dessa semana. Nas duas aulas realizei pequenos jogos lúdicos de aquecimento e de seguida escolhi equipas para realizarem jogo.

Nas duas aulas consegui controlar bem o grupo, tendo os alunos com atenção às tarefas, principalmente na última aula, onde até fiz equipas maiores e pedi a dois alunos para serem os árbitros, de forma a haver pouca gente de fora parada, prevenindo comportamentos desviantes. No decorrer dos jogos forneci feedback constantes e realizei intervenções quando achava que precisava, e até mesmo parando a prática do jogo se fosse necessário, quando os alunos tinham comportamentos menos desejados, chamando à atenção da turma, do grupo ou do aluno.

No final das aulas realizei um feedback geral à turma, agradei pela oportunidade e pelo respeito demonstrado durante as aulas.

Principais dificuldades

Sendo esta uma turma bastante numerosa, o primeiro obstáculo foi aprender o nome de todos, e por esse motivo, logo na primeira aula estive bastante atenta à primeira parte da mesma, onde pude ir observando os alunos e descobrindo características específicas de cada um de forma a conseguir memorizar melhor o seu nome. A dificuldade seguinte esteve relacionada com a modalidade que demos de seguida, ginástica. Como esta é uma matéria onde tenho mais dificuldades, fui previamente estudar e perceber de que forma a ginástica pode e deve ser lecionada em idades tão jovens. Esta pesquisa trouxe-me benefícios, conseguindo ajudar os alunos durante a prática, quer na correção dos exercícios de solo, quer nas ajudas, mas acima de tudo fornecendo feedback dos movimentos que eles faziam.

Aspetos Positivos /Aprendizagens adquiridas

Um dos aspetos mais positivos que encontrei durante as minhas aulas foi o facto de ser uma turma muito numerosa, porque, apesar de nas aulas de ginástica ser mais complicado gerir tantos alunos numa sala mais pequena, onde existem alguns comportamentos desviantes, a verdade é que mesmo assim as possibilidades de exercícios e de aprendizagens são muito maiores e muito mais abrangentes do que com uma turma reduzida. Foi possível formar grupos, formar equipas, trabalhar em cooperação e em competição durante muito tempo e com uma dinâmica muito positiva. A gestão dos alunos foi o que me deu mais gosto, conseguindo observar os 28 ao mesmo tempo, decorando o nome de todos logo nas duas primeiras aulas e conhecendo as principais características e comportamentos de cada um. Na última aula tive o prazer de a lecionar toda sozinha, o que se tornou numa experiência muito gratificante, porque consegui transmitir o meu conhecimento a todos e notou-se uma melhoria da aula anterior quer na qualidade do jogo de futsal quer nos comportamentos.

Balanço final

Para mim, esta experiência foi muito positiva, e lamento que tenham sido apenas algumas semanas e não um período inteiro, pelo menos. As aprendizagens desenvolvidas ao longo

destas aulas são muito importantes para o meu futuro, quer na gestão dos alunos, quer no contacto com uma turma maior e a forma como estou perante a mesma, quer as aprendizagens adquiridas através da observação e troca de ideias com a professora titular. A minha relação com a professora foi muito boa, senti total apoio por parte da mesma e acima de tudo confiança. Deixou-me sempre à-vontade para dar informações, fornecer feedback, orientar aquecimentos, desenvolver o meu ponto forte que são os desportos de equipa, permitindo-me lecionar na totalidade as aulas de futsal e dando-me total confiança quando na última aula do período me deixou sozinha com os alunos, tendo total autonomia sobre a turma em todos os aspetos.

Área 2- Atividades de Organização e Gestão Escolar

De forma a enriquecer o currículo, ao longo do EP surge a oportunidade de acompanhar um cargo de gestão na escola em que os professores estagiários estão inseridos, aplicando desta forma os conhecimentos adquiridos ao longo da UC de Organização e Administração Escolar, inserida no 3º semestre do 2º ano do Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS). A assessoria de um cargo de gestão permite elevar o conhecimento e prática dos professores estagiários, relativamente à complexidade do funcionamento da organização e gestão de uma escola, desenvolvendo, assim, competências de perceção e manuseio das funções/atribuições do cargo selecionado e estratégias e instrumentos criteriosos e ajustados, para acompanhar o professor assessorado (Ribeiro-Silva, Fachada & Nobre, 2019).

O meu cargo de Assessoria ocorreu no Grupo-Equipa do Desporto Escolar, referente à modalidade de Voleibol, na Escola EB 2,3 Martim de Freitas, durante o 1º período, mas as reuniões aconteciam quase sempre na hora das minhas aulas no CEO ou quando estava a trabalhar, e por este motivo, permaneci apenas no projeto do desporto escolar no CEO, que iniciei no princípio do ano.

No desenvolvimento deste projeto acompanhei os professores responsáveis na realização das suas funções. Desde o início desta integração que estes se mostraram disponíveis e prontos para ajudar e explicar os procedimentos associados às suas funções. Ambos encorajaram novos projetos/atividades e promoveram a nossa criatividade para a elaboração de possíveis iniciativas e análises no âmbito do Desporto Escolar.

Numa fase inicial estive presente nas reuniões ocorridas na Escola Martim de Freitas e nos treinos do desporto escolar no Centro Educativo dos Olivais. Ao longo dos treinos tive muita interação com os alunos, inicialmente até joguei com eles por serem poucos, mas no final do ano passei a ter um papel de professora mais ativo, intervindo mais nos treinos. Ao longo do ano letivo foi possível compreender algumas das dinâmicas, funções e responsabilidades destes docentes. Houve a oportunidade de perceber de que forma se pode encarar e proceder em determinadas situações específicas deste contexto, tais como: a inscrição dos alunos no sistema; a organização e gestão dos treinos, tendo em conta o espaço, material, número de alunos e duração do treino; a integração de alunos que apresentam um nível inferior aos alunos já inscritos; a criação de um ambiente agradável e propício ao espírito de equipa/grupo; a fomentação do gosto pelo desporto, mais concretamente pela modalidade; a programação e organização de atividades não letivas; a capacidade de adaptação tendo em conta o número de alunos que aparecem nos treinos; entre outras.

Posto isto, considero que este processo foi muito gratificante e bastante enriquecedor. Ajudou-me a desenvolver competências de interação com os alunos e fornecimento de feedback, de adaptação de exercícios de acordo com o número e nível dos alunos, de desempenho de tarefas em grupos de trabalho, etc. A integração neste projeto ajudou a melhorar as minhas competências e forneceu-me mais ferramentas para futuramente conseguir desempenhar o cargo destas funções.

Área 3- Projetos e Parcerias Educativas

Este capítulo surge com o intuito de apresentar os projetos educativos que foram organizados, planeados e desenvolvidos ao longo do ano. Estes projetos surgem com o objetivo de desenvolver competências e capacidades organizacionais, sendo eles o projeto, “Um magusto tradicional no CEO”, e “Um dia no...”.

1. “Um magusto tradicional no CEO”

Esta atividade teve como objetivo celebrar o magusto no CEO, através da prática de Jogos Tradicionais. O departamento de Educação Física e a Professora Estagiária foram os responsáveis pela organização do projeto que se realizou no dia 11 de novembro de 2021, durante o período da manhã (08h30-12h30).

O principal objetivo da realização desta atividade passou por festejar o dia de S. Martinho com a realização do tradicional magusto. Nesta senda, de celebrar as tradições existentes na nossa cultura popular, como é exemplo este dia, fez todo o sentido a realização de uma atividade onde todos os alunos do CEO e os seus professores desenvolveram algumas atividades físicas, atividades linguísticas e trabalhos manuais selecionados pelos professores de modo a aprender e celebrar um pouco da nossa cultura, nestes trabalhos houve uma competição, com dois vencedores: na atividade de barro, venceu a turma com a melhor escultura e na atividade linguística musical venceu a turma que criou a melhor letra e consequente música.

Pretendeu-se que os jovens, em conjunto com os professores responsáveis, tivessem uma nova experiência através da composição de uma letra para uma música, realizassem algumas atividades desportivas e uma peça de barro alusiva ao tema. O objetivo principal foi fazer com que os alunos criassem laços mais próximos com os professores num ambiente mais descontraído, fora da aula, criando uma ligação saudável.

As atividades desenvolvidas nos Jogos Tradicionais foram: corridas de andas, tração à corda, o jogo do galo, o jogo do burro e o jogo das latas.

Tal como já referido, este projeto consistiu em quatro atividades diferentes, o desenho, a letra e música, assar castanhas e atividades físicas. Durante toda a manhã, fiquei responsável pela organização e desenvolvimento das atividades físicas.

Todas as turmas mostraram interesse em participar nas atividades, tal como os seus professores. A atividade onde houve mais dificuldade foi as andas e os blocos. Inicialmente disse aos alunos para realizarem um percurso nas andas até a um cone e voltar nos blocos, mas como estava a ser muito difícil atingir o objetivo devido ao facto dos alunos não se conseguirem deslocar sozinhos nas andas, decidi com a ajuda do professor Rui, que os dois ou três percursos seriam com os blocos, após o que teriam a oportunidade de experimentarem as andas, sem a pressão da competição, com a ajuda dos colegas ou professores.

A atividade onde os alunos demonstraram mais empenho e interesse foi na tração à corda, onde competiam a pares ou trios, tentando puxar a equipa adversária para o seu campo. Houve entusiasmo e muito dinamismo por parte dos alunos e professores.

Incentivados pelos professores titulares, os alunos participaram nas atividades com entusiasmo e acima de tudo, muito fair-play e respeito pelo outro, algo que nem sempre é fácil para estes jovens e deve ser destacado pela positiva.

Concluindo e avaliando o desempenho e a participação dos alunos e dos professores de cada turma, considero que a atividade correu bem, onde o clima foi bastante positivo e o objetivo dos alunos conviverem de forma mais próxima com os docentes e estreitarem as relações foi conseguido com muito sucesso.

Será, na minha opinião, algo a repetir no futuro, podendo ser com outras atividades, mas com a mesma dinâmica e entrosamento entre alunos e docentes do CEO.

2. *“Um dia no...”*

Este projeto surgiu no âmbito da Área 3 (Projetos e Parcerias Educativas) do Estágio Pedagógico, integrado no 2º ano do MEEFEBS, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra. Esta tarefa visou o planeamento e organização do evento “Um dia no...”. Pretendemos promover a integração dos jovens alunos do CEO (Centro Educativo dos Olivais) na comunidade, participando em várias atividades na cidade de Coimbra, sendo proposta pela Professora Estagiária Maria Tomaz e pelo Professor Orientador Nuno e Silva Barroso, do Centro Educativo dos Olivais, do presente ano letivo 2021/2022, destinando-se aos alunos autorizados a sair e participar em atividades fora do Centro Educativo dos Olivais. “Um dia no...” teve como principal objetivo oferecer aos jovens experiências novas, em ambientes novos e desconhecidos, bem como dar a conhecer alguma da cultura e desporto da cidade de Coimbra. Foi constituído por duas atividades em diferentes locais, sendo elas: 1. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física; 2. Museu Nacional Machado de Castro. Antes das atividades foi entregue um questionário aos jovens sobre as suas expectativas iniciais, e no final foi entregue outro para que os jovens indicassem se as expectativas tinham sido correspondidas, do que tinham gostado mais ou se o pensamento em prosseguir os estudos se tinha alterado, por exemplo.

Os jovens do Centro Educativo dos Olivais podem estar em três regimes diferentes, o aberto, o semiaberto e o fechado. Este projeto teve como objetivo a preparação dos alunos para a sua futura vida em sociedades através da sua imersão progressiva naquela, optando-se, para tal, por atividades motivadoras e lúdicas. No CEO o objetivo é ajudar os jovens a desenvolverem capacidades e valores que lhes permitam reintegrarem-se na sociedade, com boas práticas, boas atitudes e comportamentos, de forma a se tornarem cidadãos de direito.

Pretendeu-se, assim, que os jovens se sentissem integrados e que aprendessem a ser e estar em sociedade a fim de virem a ter um melhor futuro.

Resultados e discussão da atividade

Antes do início das atividades os jovens mostraram-se entusiasmados, com as expectativas altas e com muita vontade em participarem, também afirmaram no questionário inicial que tinham gosto pelo desporto e cultura. No final das atividades responderam ter vontade de prosseguir estudos depois de saírem do CEO. Assim, podemos afirmar que as expectativas foram superadas por quase todos os alunos, mesmo havendo algumas queixas sobre o pouco tempo de atividade, desejando um dia completo. De realçar que dois dos alunos manifestaram vontade em prosseguir estudos numa faculdade de desporto.

Conclusões

Tratando-se de jovens em privação de liberdade, cujos valores, comportamentos e atitudes, tanto sociais como pessoais, se apresentam desvirtuados, os valores Olímpicos revelam-se como excelentes instrumentos para serem desenvolvidos nas aulas de Educação Física, e na prática desportiva em geral, com o intuito de que os transponham para o seu dia-a-dia, não só no CEO, mas principalmente na vida em liberdade. Estas atividades proporcionaram aos jovens dois dias diferentes, integrados na comunidade. Quando questionado à pergunta do que tinha gostado mais e porquê, um jovem respondeu que foi a manhã passada na FCDEFUC “Porque interagimos com outros jovens da nossa idade e participamos nas atividades”, esta resposta vai ao encontro ao que Pérez-Heredia (2017) diz, reforçando a ideia, de que a participação nas atividades “aperfeiçoam os valores e desenvolvimento social dos jovens”, uma vez que muitos desportos e atividades envolvem uma alta participação em equipa onde o apoio entre todos é fundamental.

Área 4- Atitude ético-profissional

A ética profissional está relacionada com a conduta do professor, sendo esta demonstrada com características quotidianas básicas, através de assiduidade, cumprimento das atividades propostas, comportamento moral e sócio educativo. Esta caracteriza-se como sendo uma “dimensão transversal à dimensão intervenção pedagógica”, tendo uma elementar

importância no “desenvolvimento do agir profissional do futuro professor, assim como na construção da sua profissionalidade” (Silva et al., 2020).

Saraiva, J. (2021) diz-nos que a ética pode ser entendida como o conjunto de valores e princípios morais que governam e conduzem os comportamentos de um indivíduo. Já a ética profissional alberga os princípios que dirigem a conduta positiva do indivíduo na sua ocupação profissional. No contexto deste EP, a minha atitude Ético-Profissional compreendeu um conjunto de compromissos, condutas e capacidades importantes a serem tidas em conta, visto que estas características serão fundamentais para o futuro, para os meus futuros alunos e para a comunidade escolar em geral. Relativamente ao compromisso com as aprendizagens dos alunos, tentei preparar as aulas e a abordagem às diferentes matérias tendo em conta as capacidades e as necessidades dos alunos da turma, com atenção para a necessidade de cada um, para lá da turma. Foi igualmente importante entender a forma como eles aprenderam e lidaram com as suas individualidades em termos de aprendizagem e de personalidade.

Malone (2020) afirma que a educação ética devia ocupar uma posição central na formação dos professores, no entanto por vezes isso não acontece. A finalidade da educação ética destina-se à formação de docentes que percebam o valor das ações humanas, atuando da melhor forma perante qualquer contexto (...) para além da importância que os comportamentos dos professores têm na reputação e credibilidade da profissão, estes assumem uma grande importância nos modelos da sociedade e nos modelos que são inculcados aos alunos

Verificaram-se ao longo do ano dois momentos que me impediram de dar aulas, sendo um deles a COVID-19 e o outro uma questão de saúde. Em todos os outros momentos do ano procurei ser uma professora presente, tendo um papel ativo na dinâmica do CEO, lecionando as aulas, participando em atividades e reuniões.

Sendo esta uma turma em constante mudança, preocupei-me com todos os alunos de igual forma, tentando mostrar àqueles que chegavam a importância de alguns valores dentro das aulas, mas também fora delas. Aquele que mais me pareceu oportuno e diferenciador foi o respeito, pelos colegas, pelos professores, pelos funcionários, monitores, seguranças, entre outros, sem exceções. O trabalho e as tarefas também devem ser respeitados e executados de acordo com as capacidades de cada um. No decorrer das aulas também criei estratégias que promovessem a cooperação e ajuda mútua, dois valores muito importantes para os jovens. De

todos os valores que tentei transmitir, a empatia foi aquele que se mostrou mais difícil, mostrando que os alunos sentem muitas dificuldades em se colocarem no lugar do outro.

Procurei ser uma pessoa que contribuísse para a educação e construção da personalidade dos alunos, valorizando valores e atitudes, criando uma boa relação professor-aluno, respeitando as diferenças culturais e pessoais. No processo de ensino-aprendizagem, procurei respeitar as diferenças de cada aluno, encontrando tarefas individuais e/ou coletivas para que todos os alunos tivessem um desenvolvimento harmonioso e positivo, contribuindo para que as dificuldades de cada um fossem ultrapassadas.

No decorrer do EP participei nas reuniões de avaliações mensais da minha turma e nas reuniões de final de período, bem como nas atividades realizadas no CEO, como o magusto, a festa de Natal, o dia do PI, participei em atividades relativas ao Tema de Vida da turma, e dei ainda aulas à turma de OAMM quando um professor foi obrigado a ficar de baixa devido a um problema de saúde, assegurando também as aulas teóricas de dois alunos do secundário.

Quando tive a oportunidade de lecionar EF a um ciclo de ensino diferente, numa escola diferente, preocupei-me em ter uma postura correta, tendo os mesmos objetivos de passar os meus valores para a turma. Ao longo desta experiência tive a oportunidade de evoluir a nível profissional, visto serem outros, e muitos mais, alunos (vinte e oito), mas também de conhecer outros métodos, modelos e estratégias de ensino. No decorrer destas aulas fui adaptando a minha postura às dinâmicas da turma, mas cedo senti que tinha o respeito de todos e a sua atenção, principalmente por ter decorado vários nomes deles na primeira aula, e de ter mostrado na aula seguinte que me lembrava de todos.

No início do ano, até finais de novembro, fui realizando observações semanais aos meus três colegas que se encontravam a estagiar na escola EB2,3 Martim de Freitas. Quando um estagiário desistiu, acabei mesmo por fazer parte da lecionação de algumas aulas da turma do 9ºB, em conjunto com um dos estagiários e a professora orientadora. Esta foi uma experiência gratificante e que tenho muita pena de não ter podido continuar no resto do estágio devido aos meus compromissos profissionais. Durante o mês e meio que estive mais presente nestas aulas foi-me possível crescer muito enquanto professora, principalmente no que à gestão do tempo e recursos de aula diz respeito, mesmo com uma turma grande. Sinto que estas experiências na Escola EB 2,3 Martim de Freitas me ajudou a evoluir e a tornar-me melhor docente, oferecendo-me estratégias e valores que levarei para o futuro.

Para além do acima referido, no final de cada aula, juntamente com o professor cooperante, realizava-se uma análise reflexiva da mesma. Realizei, numa fase inicial do estágio várias observações semanais, sempre que possível, aos meus colegas e professora da Escola EB 2,3 Martim de Freitas e a um professor do CEO mensalmente. Também observei dois colegas estagiários na Escola EB23 Dr^a Maria Alice Gouveia, realizando relatórios de observação das mesmas através da utilização de grelhas de observação (Anexo 7).

Ao longo do ano letivo participei na ação de formação, “Programa Educação Olímpica” (Anexo 8) e “XI Fórum Internacional das Ciências da Educação Física” (Anexo 9). Todas estas ações de formação apresentaram um grande leque de conhecimentos que foram adquiridos, sendo essenciais e benéficos para a conclusão do EP e para a futura vida profissional.

Em suma, a minha atitude ética abrangeu toda a comunidade educativa. Fui pontual, assídua, responsável, respeitosa, mostrei disponibilidade para colaborar com a comunidade do CE, docentes e não docentes e desenvolvi projetos educativos que me ajudaram a evoluir enquanto professora.

CAPÍTULO III– APROFUNDAMENTO DO TEMA- PROBLEMA

AS ATITUDES E COMPORTAMENTOS DOS ALUNOS DA TURMA B3 – EMPREGADO RESTAURAÇÃO/BAR, NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

THE BEHAVIOUR AND ATTITUDES OF THE STUDENTS FROM CLASS B3 -WAITER AND BARMAN, IN THE PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Maria Tomaz Joaquim da Branca
Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva

Resumo: O presente estudo tem por objetivo principal compreender a percepção dos alunos sobre os seus comportamentos e atitudes nas aulas de educação física, numa segunda fase procuramos perceber se as percepções dos alunos convergem ou divergem daquelas observadas por um observador externo. Os alunos, todos do sexo masculino, têm idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos. Para desenvolver este estudo foram usados dois questionários, um a preencher pelos alunos (ANEXO 5) e outro pelo observador (ANEXO 6).

Os registos do observador mostraram uma maior incidência nas boas atitudes e comportamentos no parâmetro do esforço e empenho, indo ao encontro dos registos dos alunos. Já o parâmetro com pior registo, por parte dos participantes no estudo e do observador, foi a autonomia.

No final do estudo pudemos concluir que o comportamento e atitudes percebidas pelos alunos, apesar de não serem totalmente iguais às do observador, demonstram que os alunos são ativos no decorrer da aula, se mostram motivados no desempenho da mesma, e tentam criar um bom clima com comportamentos de disciplina no decorrer da mesma, principalmente através do respeito que demonstram pela professora. Infelizmente, um aluno não efetuou qualquer registo das suas percepções por escolha própria.

Sendo os alunos, jovens muito centrados em si próprios e na sua performance foi visível através dos registos que o empenho nas tarefas foi várias vezes registado por eles, já o da cooperação e entajuda foi o menos registado, mostrando resistência em ajudar os colegas e em colocarem-se para segundo plano com o objetivo de auxiliarem quem tem mais dificuldades.

Palavras-chaves: Educação Física; Atitudes; Comportamentos; Disciplina; Centro Educativo; Valores

Abstract: *The main objective of this study is to understand the perception of students about their behaviors and attitudes in physical education classes, in a second phase we seek to understand whether the perceptions of students converge or diverge from those observed by an external observer. The students, all male, are aged between 15 and 18 years. To develop this study, two questionnaires were used, one to be filled out by the students (Appendix 5) and another by the observer (Appendix 6).*

The records of the observer showed a higher incidence of good attitudes and behaviors in the parameter of effort and commitment, in line with the records of the students. The parameter with the worst record, by the participants in the study and the observer, was autonomy.

At the end of the study we could conclude that the behavior and attitudes perceived by the students, although not totally equal to those of the observer, show that the students are active during the class, are motivated in the performance of the class, and try to create a good climate with disciplined behaviors during the class, mainly through the respect they show for the teacher. Unfortunately, one student did not make any record of his perceptions by choice.

As the students are very self-centered and focused on their performance, it was visible through the records that the commitment to the tasks was several times recorded by them, while the cooperation and mutual help was the least recorded, showing resistance to help their classmates and putting themselves in second place in order to help those who have more difficulties.

Key words: Physical Education; Attitudes; behaviours; Discipline; Educational Centre; Value

INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos, os professores estão sujeitos a vários desafios diários que estão de certa forma ligados à diversidade social existente na nossa sociedade e que conseqüentemente refletem alunos com diferentes valores, sentimentos, interesses e motivações face à escola e à aula de Educação Física (EF).

Uma vez que a atitude é formada por crenças, e na maioria das vezes, estas são adquiridas e não inatas, torna-se pertinente compreender a forma como a atitude se associa aos comportamentos dos alunos em contexto de aula de EF.

As atitudes têm um papel central nos sujeitos, predispondo o comportamento destes ao transportar uma carga afetiva que pode interferir nas suas reações ou maneira de ser face a uma pessoa, objeto ou situação (Henrique & Januário, 2005, p. 40). Por este motivo, foi fundamental compreender a ligação da atitude com os comportamentos de disciplina e indisciplina por parte dos alunos.

A indisciplina está adjacente ao conflito, desajuste, revolta, violência verbal ou física, agressividade e maus-tratos entre pares, ou seja, está associada à desordem proveniente da quebra das regras (Zandonato, 2004).

Tendo o CEO regras da boa convivência social e regras que os alunos devem respeitar em função da sua vivência no centro. Os comportamentos dos alunos foram avaliados ao longo do segundo período em vários parâmetros: RA – Relação com Adultos; RC – Relação com Pares/colegas; NR – Normas e Regras; H – Higiene.

Estas avaliações serviram como um fator comparativo em relação ao comportamento dos alunos nas aulas de EF durante o mesmo período, podendo, dessa forma aferir se existia, ou não, uma convergência nos seus comportamentos e atitudes.

REVISÃO DA LITERATURA

1. Educação Física e valores

São muitos os benefícios proporcionados pelas práticas corporais para quem as pratica. Os mais comuns são: físico, afetivo, social e cognitivo.

Os valores nada mais são do que “crenças, guias” e “metas gerais que nos informam sobre como agir melhor na vida” (Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento, 2010).

Inserida no sistema educativo, a Educação Física (EF) enquanto disciplina curricular está bem patente nas rotinas diárias da comunidade escolar. Para além da EF “ser uma disciplina apreciada pelos alunos, esta goza ainda de um estatuto original no meio escolar visto que utiliza o jogo e o movimento numa escola da imobilidade fundamentalmente intelectualista e laborista” (Duran, 1988 cit. in Doron & Parot, 2001, p.261).

A EF assume um papel importante no sistema educativo na medida em que esta procura melhorar a aptidão física dos jovens, ensina-os a praticar desporto, promove o gosto pela prática regular de atividades físicas, alerta para a importância e benefício resultante da sua prática como fator de saúde, ajuda na formação altitudinal ao nível da higiene, socialização, solidariedade, cooperação, responsabilidade pessoal e coletiva, etc. (Programas Nacionais Educação Física [PNEF], 2001) tendo por isso uma forte componente educacional inerente a ela no que respeita à transmissão de valores, princípios e competências através do desporto. A EF procura “o empenho e o aperfeiçoamento pessoal do aluno para que este tenha uma repercussão positiva, profunda e duradoura ao longo da vida” (PNEF, 2001, p. 5).

Deve ser uma disciplina eclética (englobar varias matérias), inclusiva (ir ao encontro das necessidades dos alunos) e multilateral (abranger varias dimensões como a social, a emocional, a física, etc.), sendo o seu currículo dividido em três grandes dimensões: i) atividades físicas (matérias); ii) aptidão física e iii) conhecimentos (PNEF, 2001).

Todo processo de ensino-aprendizagem, vinculado pelo professor de Educação Física, deve ter mais objetivos além do conhecimento científico, uma vez que na escola deve-se possibilitar diferentes vivências, realizando atividades que desenvolvam valores humanos como cooperação, responsabilidade, amizade entre outros. A disciplina de Educação Física propõe, nas suas diretrizes, a formação de um aluno com conhecimentos e habilidades nas diferentes dimensões. Uma dessas dimensões é a formação social, ensinando a prática de valores como o respeito, dignidade e solidariedade, que têm uma importância fundamental para o desenvolvimento do aluno enquanto ser humano individual. As situações cotidianas vivenciadas durante as aulas de Educação Física, se forem conduzidas pelo professor de forma adequada, podem levar o aluno a desenvolver a autonomia e boas atitudes (ARAÚJO; SANTOS, 2009).

1.1. Atitudes e Comportamentos – Clima e Disciplina

A atividade docente enquanto processo relacional requer dos professores grande capacidade de relacionamento interpessoal e, identicamente, uma gestão eficaz das suas próprias emoções e das dos outros, bem como, as atitudes no espaço de aula, nos intervalos ou noutros contextos sociais, refletem a forma de pensar (crenças), a forma de sentir (emoções) e a forma de agir (comportamentos) de cada aluno.

As atitudes dos alunos podem ser positivas, desadequadas ou negativas. Positivas, todas aquelas que contribuem para o bom funcionamento da aula promovendo o clima positivo; desadequadas, são aquelas que embora não sejam negativas, se tornam desenquadradas porque de manifestam fora do contexto, contrárias às regras e perturbam, dificultam ou prejudicam, a comunicação ou interrompem o fluxo da aula; as atitudes negativas são todas aquelas que prejudicam e contrariam as regras do bom funcionamento da aula, promovendo um mau clima (conflito).

Uma prática rotineira, sem análise, sem crítica e sem diálogo enfraquece o desenvolvimento emocional de professores e alunos, anulando qualquer participação ativa destes últimos e convertendo o conteúdo programático em algo sem emoção, o que empobrece a participação e desempenho dos alunos (Barrantes-Elizondo, 2016), potenciando o desinteresse, desmotivação e o aumento da indisciplina na sala de aula (Extremera & Fernández-Berrocal, 2004).

1.2. Transmissão de valores professor-aluno

Após as primeiras reuniões do ano letivo, o grupo de Educação Física definiu que era de importância maior, incumbir aos alunos do CEO certos valores considerados por nós fundamentais para as vivências dos jovens no centro, mas também para a sua vida futura. Estes valores, muitas vezes ficam em falta no crescimento dos jovens ao longo da vida, já que vêm de ambientes difíceis e propícios para que as atitudes reflitam o oposto destes valores.

Assim, o respeito, a cooperação, a autonomia e o empenho foram os valores pilares que nos guiaram ao longo das aulas. O respeito pelos outros, pelas normas, regras, materiais, entre outros, que normalmente são negligenciados por eles; a cooperação pois normalmente contam apenas com eles próprios. Têm a ideia de que “só eles bastam” para o seu sustento, e que não precisam dos outros; a

autonomia, de forma a ganharem confiança nas suas capacidades e competências de modo a conseguirem criar estratégias para aprenderem, dando importância ao estudo e ao trabalho; o empenho, que está ligado à resiliência, para que trabalhem com gosto naquilo que estão a fazer e percebam o que podem “colher” mais tarde, tendo de haver empenho e esforço para alcançarem os seus objetivos.

1.2.1. Respeito

Durante as práticas das aulas de Educação Física, professor e aluno devem criar vivências que os levem a desenvolver diferentes valores como o respeito mútuo, cooperação, justiça e igualdade.

Neste parâmetro pretendeu-se perceber se os alunos respeitavam as decisões do professor, as opiniões dos seus colegas e se mantiveram um bom comportamento durante a tarefa e conseqüentemente no decorrer de toda a aula.

1.2.2. Esforço e empenho

Perceber se os alunos se mantiveram concentrados e empenhados na tarefa, se cooperaram ativamente com o professor, e com os colegas, eram os principais objetivos deste parâmetro.

1.2.3. Autonomia

Neste parâmetro do domínio sócio-afetivo pretendemos perceber se o aluno, realizava observações úteis no decorrer das tarefas, conseguia executar as tarefas sem pedir ajuda, conseguia resolver uma dificuldade sozinho, reconhecia o seu próprio erro ou resolvia conflitos.

1.2.4. Cooperação e entreaajuda

No último parâmetro, procurámos entender se o aluno ajudava os colegas na realização da tarefa, explicando ou informando, se motivava os colegas no decorrer da mesma e se mostrava apoio aos colegas quando algo não lhes corria tão bem durante a aula.

2. Objetivo Geral

O objetivo deste estudo foi compreender a percepção dos alunos sobre os seus comportamentos e atitudes nas aulas de EF.

3. Objetivos Específicos

- 1- Perceber qual a percepção que os alunos têm dos seus comportamentos e atitudes na aula de EF.
- 2- Analisar comparativamente aquelas percepções com as registadas pelo observador externo, a fim de identificarem as maiores divergências e, conseqüentemente, as maiores dificuldades dos alunos em reconhecerem os seus comportamentos e atitudes.

4. Metodologia

4.1. Participantes

Participaram sete alunos, com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos, pertencentes à turma de ERB, a professora estagiária e o professor orientador (observador). Todos os alunos eram do sexo masculino.

4.2. Instrumentos e Procedimentos

Foram utilizadas duas folhas de registo de comportamentos dos alunos por aula, uma para os alunos e outra para o observador.

No decorrer das aulas, o observador foi avaliando as atitudes e comportamentos dos alunos através dos parâmetros descritos na folha de registo, colocando o nome do aluno à frente do aspeto que tinha verificado acontecer. Os alunos realizavam exatamente o mesmo processo, auto avaliando-se e de seguida escrevendo na folha o seu nome no local da sua atitude ou comportamento.

Os registos dos alunos eram realizados no decorrer da aula, ou seja, sempre que sentiam que tinham um comportamento ou atitude digna de ser registada, deslocavam-se ao local onde estava a folha e preenchiam. Os parâmetros correspondiam a comportamentos e atitudes, sendo eles: respeito, esforço e empenho, autonomia no desempenho da tarefa e, cooperação e ajuda. Todas as atitudes e comportamentos estavam relacionadas com os colegas (C), ou com a tarefa (T), ou com o professor (P).

No final de cada aula, recolhia a folha dos alunos, e no final da semana, recolhia os registos do observador.

No final do período, foi fornecido pela psicóloga do CEO os dados relativos às avaliações dos alunos no mesmo período, permitindo desta forma verificar se tinha havida atitudes e comportamentos similares dentro e fora da aula de EF, ou se havia uma diferenciação, para pudermos entender se as aulas de EF têm um papel importante no desenvolvimento das boas atitudes e comportamentos dos jovens, subentendendo-se a aquisição dos valores propostos.

Os dados foram recolhidos desde o dia 14 de dezembro, até dia 21 de março e posteriormente analisados.

5. Apresentação dos resultados

Os resultados das perceções dos alunos e observador encontram-se a partir do próximo ponto, sendo que todos os comportamentos foram registados com base na sua direção, seja, para com os colegas (C), professora (P) e tarefa (T). Na autonomia, os registos eram realizados com base na tarefa (T) e colegas (C), havendo registo de “sem ajuda” (SA), “reconhecimento do erro “RE), “observações úteis” (OU) e “resolução de conflitos” (RC). Na cooperação e entreajuda, os registos foram feitos com base na tarefa, professora e colegas, havendo registos do observador sobre “Ajudar um colega” (AC), “motivar um colega” (MC) e “apoio incondicional” (AE).

5.1. Respeito

No parâmetro do respeito, podemos verificar que a percepção dos alunos foi bastante diferente do observador ao longo das semanas. Apenas a semana 2, se aproxima minimamente dos registos dos alunos, sendo que o respeito para com a professora é o ponto onde ambos os registos coincidem.

Três alunos afirmaram que praticaram ao longo de todas as sessões atitudes de respeito para com os colegas e professores, facto não corroborado pela percepção do observador.

Também verificamos que o aluno A6 não efetuou nenhum registo de respeito ao longo das semanas, mas o observador registou atitudes de respeito para com a professora na segunda semana.

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
RESPEITO							
S1	C, P, T			C, P, T	T		C, P, T
S2	P	C	C, P, T	P, T	C		C, P
S3			C, P, T	C, P, T	C, P, T		C, P
S4	C, P, T			C, T	C		
S5	C, P			C, P	C, P		

Tabela 6 - Percepção dos alunos sobre o respeito

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
RESPEITO							
S1		P		P			
S2	P	P	P	P	P	P	P
S3							
S4							
S5							

Tabela 7 - Percepção do observador sobre o respeito

5.2. Esforço e empenho

No que ao esforço e dedicação diz respeito, foi onde os alunos obtiveram melhores registos por parte do observador, conseguindo registos de empenho ao longo de todas as semanas do estudo, com exceção da primeira. Essa primeira semana foi registada por quatro alunos, que tiveram a percepção de se esforçarem e dedicarem pela tarefa, pela cooperação com os colegas, ou com o professor.

Mais uma vez, o aluno A6 não tem qualquer registo na sua folha de auto percepção, mas o observador atribuiu esforço e empenho nas 4 semanas, principalmente pela tarefa. Também o aluno A2 realizou apenas dois registos, na mesma semana sobre este parâmetro e o observador teve anotações em quatro das cinco semanas.

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
ESFORÇO E EMPENHO							
S1	T, C			T, C, P	T, C		T, C, P
S2	C	T, P	T, C, P	T	C, P		C, P
S3			T, P	P	T		
S4	T, C			T, C	T, C		
S5	T, C, P			T, C, P	T, C		

Tabela 8 - Percepção dos alunos sobre o esforço e empenho

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
ESFORÇO E EMPENHO							
S1							
S2	P	P	T, P	P	P	P	P
S3	T	T	T	T	T	T	T
S4		T	T	T	T, C	T	T
S5	T, C						

Tabela 9 - Percepção do observador sobre o esforço e empenho

5.3. Autonomia

Na autonomia, os registos eram realizados com base na tarefa (T) e colegas (C), havendo registo de “sem ajuda” (SA), “reconhecimento do erro “RE), “observações úteis” (OU) e “resolução de conflitos” (RC). Aqui, seis dos alunos registaram comportamentos sinónimos deste parâmetro, mas o observador registou apenas um na primeira semana, um na quinta e última semana, dois na terceira e quarta, e nenhum comportamento de registo na segunda, algo completamente contraditório dos registos dos alunos que na segunda semana registaram vários comportamentos deste tipo, principalmente em relação à ajuda aos colegas no decorrer da tarefa. O observador registou essencialmente o reconhecimento do erro por parte dos alunos, três vezes (1ª, 3ª e 4ª semana), e a resolução de conflitos, duas vezes (4ª e 5ª semana).

Os alunos A2, A3 e A6 não tiveram qualquer tipo de registo neste parâmetro.

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
AUTONOMIA							
S1	T						
S2	T	C, SA	T	T			T
S3			T, SA	T, SA	T, SA		
S4	SA			SA	SA		
S5	T, SA			T, SA	T, SA		

Tabela 10 - Percepção dos alunos sobre a autonomia

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
AUTONOMIA							
S1	RE						
S2							
S3				OU			R. Erro
S4					R. Erro		R. Conflito
S5				RC			

Tabela 11 - Percepção do observador sobre a autonomia

5.4. Cooperação e entreaajuda

Na cooperação e entreaajuda, os registos foram feitos com base na tarefa, professora e colegas, havendo registos do observador sobre “Ajudar um colega” (AC), “motivar um colega” (MC) e “apoio incondicional” (AE). Este parâmetro foi aquele que menos registos teve por parte dos alunos, apenas na segunda semana do estudo e só quatro alunos acharam que tiveram comportamentos nesse sentido, através da motivação que tentaram passar aos colegas (três em quatro).

Já o registo do observador abrange mais semanas e alunos, sendo que apenas o aluno A2 não tem qualquer registo. O aluno A1 é aquele que mais coopera e ajuda os colegas, bem como o aluno A5.

O aluno A3, A4 e A7 tiveram apenas um comportamento de registo numa das semanas por parte do observador.

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
COOPERAÇÃO E ENTREAJUDA							
S1							
S2	MC	AC, AE	MC		MC		
S3							
S4							
S5							

Tabela 12 - Perceção dos alunos sobre a cooperação e a entreaajuda

Alunos	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7
COOPERAÇÃO E ENTREAJUDA							
S1	AC, MC						AC
S2	MC						
S3	MC		MC	MC	MC		
S4					MC		
S5					MC	MC	

Tabela 13 - Perceção do observador sobre a cooperação e a entreaajuda

5.5. Resultados das Avaliações ao longo do segundo período

Durante o mesmo período em que o estudo decorreu, foram registados pelos outros professores do CEO das outras disciplinas, e pelos agentes de intervenção do CE, as avaliações dos comportamentos e atitudes dos alunos.

Estas avaliações são elementos de avaliação comportamental que traduzem a intervenção que é realizada dentro do Programa de Contingência do CE e refletem-se na evolução dos jovens no que se refere ao sistema de faseamento e progressividade (subida de fase: 1, 2, 3 e 4).

Tal como referido anteriormente, os jovens são avaliados em quatro parâmetros diferentes ao longo dos dias e as avaliações são de 0 a 5 valores. Estas avaliações podem dar resultado num procedimento disciplinar, ou seja, aconteceu algo grave, como episódios de agressão para com as normas ou regras, normalmente entre pares, e estas serão comunicadas ao tribunal, mas também pode acontecer “apenas” uma intervenção pedagógica se a avaliação variar entre 1 e 2, que já não são situações tão graves como a anterior.

6. Discussão dos Resultados

Ao longo do segundo período, os alunos avaliaram-se e foram avaliados diversas vezes, durante a aula de Educação Física e fora dela.

Durante as avaliações extra-aulas, apenas um aluno nunca foi avaliado de forma negativa, tal como não foi nas minhas aulas. Este aluno demonstra capacidades motoras, cognitivas e socio-afetivas superiores às dos seus colegas com base neste fator, mas também com base nos registos de perceção do aluno e do observador no decorrer das aulas, que coincidiram 8 vezes no estudo, significando que o aluno consegue demonstrar respeito, ser empenhado nas aulas, ter autonomia e cooperar com os colegas.

Relativamente à tabela seis e sete, verifica-se que a perceção dos alunos foi diferente da perceção do observador, à exceção da segunda semana que foi digna de registo por parte de todos os intervenientes, menos de um aluno.

Estes resultados podem ser justificados pela forma como os alunos estão na aula, e da noção que têm de respeito, sendo que para eles, respeitar a tarefa é realizá-la de forma aceitável e respeitar os colegas é sempre que não acontece uma situação de conflito, o que apesar de

não ser um pensamento de todo errático, não traduz a totalidade daquilo que pretendemos observar quando se trata do respeito para com o colega, ou seja positivo seria se os alunos dessem espaço para todos os colegas darem a sua opinião e realizarem as suas escolhas com feedback de reforço e apoio.

Nas tabelas oito e nove, mostra-se que a nível do esforço e empenho durante a aula existe semelhanças entre os registos do observador e dos alunos, com dezanove registos por parte dos alunos e vinte e seis por parte do observador. Os alunos afirmaram que cooperaram ativamente com a professora e acima de tudo se mantiveram concentrados e focados na tarefa, obtendo quinze registos, indo ao encontro da perceção do observador que registou vinte comportamentos nessa direção também.

O parâmetro da autonomia (tabela dez e onze) foi aquele que menos registos obteve da parte do observador, anotando apenas seis situações em que tais comportamentos aconteceram. Houve apenas três alunos a reconhecerem o seu erro, dois a resolverem conflitos e apenas um a realizar observações úteis. Na segunda semana o comportamento dos alunos não teve qualquer registo neste parâmetro. Já os alunos registaram quinze vezes os seus comportamentos autónomos, sendo juntamente com o respeito, o parâmetro com perceções mais diferenciadas. A resolução de atividades sem ajuda foi o item que os alunos mais assinalaram relativamente ao seu comportamento no decorrer das aulas, significando que se acham autónomos e que conseguem realizar os exercícios sozinhos, isto vai ao encontro do parâmetro seguinte da cooperação e entreajuda, que mostra ser aquele que menos registos tem por parte dos alunos (apenas quatro e todos na mesma semana), enquanto o observador registou dez comportamentos nesse sentido todas as semanas.

Com base nestas duas perceções dos alunos, podemos concluir que os sete são mais centrados nos seus desempenhos individuais do que na cooperação com os colegas, querendo realizar bem as tarefas, mas sem se preocuparem se o colega faz bem ou se necessita de ajuda. Neste último parâmetro, o aluno A1 e A5 foram aqueles que mais registos tiveram ao longo das semanas (quatro e três, respetivamente), o aluno A2 não teve qualquer registo neste ponto, mas pelo contrário, na autonomia registou dois comportamentos, afirmando conseguir realizar as tarefas sem pedir ajuda e resolver dificuldades sozinho.

Através de todos os registos, perceções alunos, perceção observador e avaliações no CE, podemos tirar algumas conclusões individuais de cada aluno. Assim, irei abordar cada caso individualmente, com o objetivo de sumariar os comportamentos e atitudes de cada um ao longo deste estudo.

- A1 – Na sua opinião tem respeito pela tarefa, pelos colegas e pela professora, mas apenas foi alvo de registo uma vez por parte do observador no que diz respeito à professora. No empenho e esforço teve registos sobre a tarefa e sobre a cooperação com os seus colegas, na autonomia o observador indicou que reconheceu o erro numa das aulas e motiva os colegas. Ao contrário daquilo que acontece nas aulas, onde o aluno se mostra calmo, empenhado, motivador, fora da aula teve duas avaliações negativas.
- A2 – este aluno é aquele que mais demonstra dificuldades nos relacionamentos com os outros. A nível do respeito demonstra-o pela professora, mas não tem mais registos neste parâmetro, seja em relação à tarefa seja em relação aos colegas por parte do observador. Na autonomia assumiu que conseguia realizar as tarefas sem ajuda e que motivou um colega numa aula, já o observador não efetuou qualquer registo nestes dois últimos parâmetros, o que faz sobressair a necessidade de melhorar nas relações interpessoais.
- A3 – Este aluno é aquele que mais comportamentos desviantes tem fora das aulas, com cinco avaliações negativas, sendo que todas elas levaram a procedimento disciplinar. Já nas aulas de Educação Física, o aluno demonstra ter respeito pela professora, e tem um registo de motivar os colegas. Na autonomia não tem registo do observador, apesar de sentir que consegue ser autónomo na realização da tarefa. O parâmetro mais positivo do aluno é no esforço e empenho no decorrer das aulas, sendo alvo de vários registos por parte do observador, mais até do que do próprio aluno. As avaliações do aluno no decorrer das aulas foram sempre positivas a nível do empenho motor e do comportamento, sendo diferentes daquelas verificadas fora do contexto da aula.
- A4 – Este aluno, que foi transferido do CEO no final do 2º período, é o aluno que tem mais registos das suas atitudes e comportamentos. No respeito, assumiu tê-lo pela tarefa, colegas e professora, enquanto o observador apenas registou o respeito pela docente. No empenho teve registos semelhantes ao observador bem como na autonomia, onde o observador registou comportamentos positivos no reconhecer do erro, observações úteis e resolução de conflitos. No que diz respeito ao último parâmetro, apenas tem um registo de motivação aos colegas. Este aluno teve três avaliações negativas fora das aulas de EF. Estas avaliações não vão, de forma

alguma, ao encontro do comportamento que o aluno teve nas aulas de Educação Física.

- A5 – Este aluno tem um comportamento fora de aula semelhante aquele que tem dentro da mesma. O aluno sente-se respeitador das tarefas, colegas e professora, apesar do observador apenas registar uma vez o respeito para com a docente. No empenho da aula, tem um registo similar ao do observador, positivo para com a tarefa, os colegas e a professora. Revela-se autónomo, reconhecendo uma vez o erro e, tal como descrito anteriormente, motiva os colegas na realização das tarefas. Teve zero avaliações negativas, tal como nas aulas de Educação Física.
- A6 – O aluno foi o único que nunca quis efetuar qualquer registo das suas atitudes e comportamentos. Não o podendo obrigar, sinto que teria sido interessante ver a sua autoavaliação. O observador realizou alguns registos, como o respeito para com a professora, e esforço e empenho nas tarefas, e na cooperação ativa com os colegas e professora. Na autonomia não teve qualquer registo, apesar de demonstrar gostar de trabalhar sozinho, e conseguir fazê-lo várias vezes, e por último tem um registo de motivação ao colega. Este aluno, que teve duas avaliações negativas fora do contexto da aula de EF, mostra ser um aluno complexo no decorrer das aulas, mas o empenho é bom e o comportamento mostra estar entre o razoável e o bom.
- A7 – o jovem mostra ser respeitador para com a tarefa, colegas e professora na sua opinião. A nível do empenho mostra tê-lo para com a professora e tarefa, mas não o tem para com os seus colegas, sendo um aluno mais introvertido. A nível de autonomia, reconhece o seu erro e tenta resolver conflitos. O observador registou uma vez a ajuda aos colegas por parte deste aluno. Teve apenas uma avaliação negativa fora do contexto da aula. Apesar de ter esta avaliação, o aluno nas aulas tem avaliações positivas, sendo um aluno calmo. Deve melhorar as suas relações interpessoais para se entrosar mais na turma e evoluir nos parâmetros avaliados.

7. Conclusão

Ao longo deste estudo pude perceber que a importância das atitudes e comportamentos dos alunos fora das aulas de Educação Física, não são indicadores de como serão os comportamentos dos alunos dentro da mesma. todos os alunos presentes neste estudo gostavam das aulas práticas, conseguiam adaptar-se às mesmas e criar, na maioria dos casos,

bom clima e ter disciplina para que não houvesse necessidade de serem avaliados de forma negativa.

Sabendo da importância que as avaliações têm na sua vida dentro do CE, quase todos os alunos tentaram dar a sua opinião sobre a percepção dos seus comportamentos, claro está que, quase todos os parâmetros foram diferentes da percepção do observador, porque a percepção que eles têm de si mesmos é sempre mais e melhor, ou seja, o registro será sempre no sentido de avaliações positivas, nem sempre entendendo o que é pretendido, por exemplo na questão do respeito pelos colegas. Para muitos destes alunos, esse respeito passa apenas por não serem mal-educados para eles, esquecendo-se muitas vezes que, por exemplo, o respeito pelo tempo de aprendizagem dos outros é uma das coisas mais importantes que os colegas podem ter uns pelos outros, traduzindo-se na cooperação entre pares nas tarefas ou na ajuda ao colega com dificuldades.

Felizmente, o comportamento e atitudes percebidas pelos alunos, apesar de não serem totalmente iguais às do observador, demonstram que os alunos são ativos no decorrer da aula, se mostram motivados no desempenho da mesma, e tentam criar um bom clima com comportamentos de disciplina, principalmente através do respeito que demonstram pela professora, algo registrado por todos os alunos e observador, à exceção do aluno A5 que não efetuou qualquer registro.

Verificando haver vários pontos positivos nas aulas, existem indicadores negativos fora desta, deixando claro uma diferença visível nos comportamentos dos alunos, por isso, penso que de futuro, poderia ser realizado um estudo que procurasse entender as sensações que os alunos conseguem ter nas aulas de Educação Física e comparar com as outras situações de comportamentos desviantes fora destas, de forma a entender o que provoca estas alterações de comportamentos nos alunos e prevenindo de futuro comportamentos indesejados.

Considerações Finais

O Relatório de Estágio representa o culminar de um longo período de EP, bastante importante na formação pessoal e profissional enquanto futura docente de EF.

Quando há dois anos, com 29 anos me propus a voltar à escola, ao papel de aluna, para conquistar o meu sonho de ser professora de Educação Física, estava longe de imaginar o quão gratificante seria todo este processo de aprendizagem.

Assim que soube, no decorrer do 1º ano de Mestrado, que havia a possibilidade de realizar o meu EP com jovens a cumprir medidas tutelares de internamento, decidi prontamente que queria estagiar nesse local. Foi a minha primeira opção e, se tivesse de escolher de novo, voltaria a fazer a mesma opção.

Apesar do nervosismo inicial, muito se devendo ao facto de pensar não estar preparada quanto às questões mais teóricas, como o planeamento, sentia que aquele era o meu elemento, onde poderia, além de ensinar as matérias, a prática, ensinar também valores, comportamentos e atitudes aos jovens.

A minha turma, B3-ERB, sofreu ao longo do ano, várias transformações. No total lecionei 17 alunos, fora aqueles que estavam nas outras turmas, com quem estive no desporto escolar.

Estes 17 alunos, todos diferentes, cada um com as suas vivências fez-me querer tornar melhor professora, motivou-me a procurar novas formas de ensinar, novos exercícios mais apelativos e motivadores, já que a capacidade de concentração e paciência deles é reduzida, levou-me a querer entender cada um deles, colocando-me muitas vezes nas suas posições, quando por exemplo estava indecisa entre uma avaliação negativa ou positiva.

A transmissão de valores, de ensinamentos foi muito gratificante. Estes foram possíveis através das aulas lecionadas ao longo de todo o ano letivo, mas também das atividades realizadas com os jovens fora do contexto de aula, como o dia de São Martinho, que possibilitou uma realidade mais próxima dos meus alunos fora do contexto de aula, mas também o projeto “Um dia no...” que realizei com os alunos da unidade de progressão, pertencentes a outras turmas do CEO.

A minha participação nas aulas de outra turma na escola EB23, Martim de Freitas também se mostrou ser uma mais valia, ajudando-me a conhecer e entender outras realidades importantes, como por exemplo, lecionar uma turma de 28 alunos sozinha num espaço grande, partilhando esse mesmo espaço com outra turma. Confesso que me motivou ainda

mais para prosseguir o EP até ao final, sem desistir.

Infelizmente não me consegui dedicar a 100% a este estágio. Trabalhei ao longo de todo o ano, e entre fevereiro e o final do ano letivo estive mesmo com um emprego de 40 horas semanais, o que não me permitiu concretizar todos os objetivos pretendidos, como por exemplo, estar presente mais vezes no CEO, ou continuar a participar nas aulas da turma do 9º ano da Escola EB23 Martim de Freitas.

Mesmo com estas condicionantes, considero que o meu EP foi bastante positivo, tentando estar presente, o máximo possível, no que à “vida do CEO” diz respeito.

Julgo que a minha forma de ser e estar perante o ensino me ajudou, a mesmo com estas dificuldades de disponibilidade, conseguisse exceder as minhas expectativas no que à relação com os alunos diz respeito. A capacidade de ajustamento à realidade e empatia que consigo ter em relação aos outros, permitiu-me criar laços próximos dos alunos, tendo sempre o seu respeito (como foi visível no estudo) e respeitando sempre cada um. Consegui passar valores importantes para eles e foi óbvia a evolução destes no decorrer das aulas, indo ao encontro daquilo que Fernandáz-Berrocal & Extremera (2005) afirmam “Quando o professor consegue gerir as suas emoções, consegue, muitas vezes, modificar os seus sentimentos e os dos outros facultando estratégias de *coping* que se focam na alteração da emoção ou na resolução de problemas”, isto aconteceu principalmente na autonomia dos alunos, com estes a reconhecerem mais os seus erros, à resolução de conflitos, mas também ao respeito da aprendizagem dos colegas, apoiando e motivando a evolução dos mesmos, conseguindo assim, de uma forma progressiva um nível mais heterogéneo na turma, que permitisse aulas mais dinâmicas, com bom clima e harmoniosas.

Constatar que a maioria dos alunos alterou atitudes menos positivas, e que houve mesmo alunos a dizerem que gostavam de voltar aos estudos e tentar ingressar na faculdade são aspetos que me dão uma enorme satisfação, conseguindo assim atingir um dos grandes objetivos pessoais do estágio referente à sensibilização dos alunos para a importância dos valores de cada um e respeito pelos outros, por si e pelo meio envolvente.

Estando ciente que a realização do EP e, conseqüentemente do MEEFEBS é apenas um ponto de partida na minha formação contínua ao longo da minha carreira como docente, sinto que foi um privilégio poder lecionar no CEO e ter conquistado esta etapa tão importante na minha vida pessoal e profissional.

Referências bibliográficas

Abreu, A. (2016). Didática da Educação Física I - Material de apoio da unidade curricular. Coimbra: FCDEF-UC.

ARANHA, M. S. F. (2004). Educação inclusiva: a fundamentação filosófica. *Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Especial, 1.*

Araújo, L. C., SANTOS, V. C. dos. A importância da Educação Física Escolar na Formação Social dos Alunos da Educação Infantil. Universidade Estácio de Sá – Rio de Janeiro. Boletim ef Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd147/educacao-fisica-na-formacao-moral-do-aluno.htm>

Bailey, R. et al. The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research Papers in Education*, v. 24, n. 1, p. 1-27, 2009.

Barrantes-Elizondo, L. (2016). Educación emocional: El elemento perdido de la justicia social. *Revista Electrónica Educare*, 20 (2), 1-10. <http://dx.doi.org/10.15359/ree.20-2.24>

Barreiros, J. (2016). *Desenvolvimento motor e aprendizagem*. Instituto português do desporto e juventude. Lisboa.

Barroso, A. L. R.; DARIDO, S. C. A pedagogia do esporte e as dimensões dos conteúdos: conceitual, procedimental e atitudinal. *Revista da Educação Física/UEM*, v. 20, n. 2, p. 281- 289, 2009.

Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (2ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. 3ª Edição, Livros Horizonte (p. 57-74).

Bezerra, A. C. V., Silva, C. E. M. D., Soares, F. R. G., & Silva, J. A. M. D. (2020). Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(suppl 1), 2411-2421.

Cavalcante, F. (2010). As Origens Conceituais da Construção da Paz das Nações Unidas-10.5102/uri. v8i2. 1328. *Universitas: Relações Internacionais*, 8(2).

Colquitt, G., Pritchard, T., Johnson, C., & McCollum, S. (2017). Differentiating Instruction in Physical Education: Personalization of Learning. *Journal Of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(7), 44-49. Retirado de: <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1340205>.

Daron, R., & Parot., F., (Eds.) (2001). *Dicionário de Psicologia*. Lisboa: Climepsi Editores

Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2004). La importancia de desarrollar la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista Iberoamericana de Educación*, 33 (8), 1-9 Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro. Diário da República n.º 215, Série I-A. Assembleia da República.

Fernandes, D. (2020). *Para uma inserção pedagógica dos critérios de avaliação*. Textos de apoio - Projeto de Monitorização, Acompanhamento e Investigação em Avaliação Pedagógica (MAIA). Ministério da Educação/Direção-Geral da Educação.

Fino, C. (2001). Vygotsky e a Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP): três implicações pedagógicas. *Revista Portuguesa Da Educação*, 14(2), 274-291.

Fishbein, M., & Ajzen, I. (2005). Theory-based behavior change interventions: Comments on Hobbis and Sutton. *Journal of health psychology*, 10(1), 27-31.

Hellison, D. (2011). *Teaching Physical and Social Responsibility Through Physical Activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Henrique, J., & Januário, C. (2005). Educação física escolar: a perspectiva de alunos com diferentes percepções de habilidade. *Motriz. Journal of Physical Education. UNESP*, 37-48.

Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2014). Planeamento na ótica dos professores estagiários de educação física: Dificuldades e limitações. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 48 (1), 55-67.

Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). Programa Educação Física no Ensino Básico do 3.º Ciclo (Reajustamento) [PDF]. Direção Geral da Educação. Retirado de: <https://www.dge.mec.pt/educacao-fisica>.

Lazarus, R.S. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Martinek, T., & Hellison, D. (2009). Youth Leadership in Sport and Physical Education. New York: Palgrave Macmillan

Metzler, M. Instructional models for physical education, 2000. Boston: Allyn and Bacon.

Moreno Murcia, J. A., Martínez Galindo, C., Villodre, N. A., & Cervelló Gimeno, E. M. (2007). Los comportamientos de disciplina e indisciplina en educación física. *Revista iberoamericana de educación*.

Nobre, P. (2015). Avaliação das aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos (Tese de Doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto de Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal).

Nunes-Valente, M. & Monteiro, A. P. (2016). Inteligência Emocional em Contexto Escolar. *Revista Eletrónica de Educação e Psicologia*, 7, 1-11.

Pais, A. (2013). A unidade didática como instrumento e elemento integrador de desenvolvimento da competência leitora: crítica da razão didática. In AZEVEDO, Fernando, Coord. - Didática e práticas: a língua e a educação literária. ISBN: 978-989-8309-47-1. Guimarães: Ópera Omnia. p. 66-86.

Quina, J. N. (2009). A Organização do Processo de Ensino em Educação Física. Bragança: Escola Superior de Educação de Bragança - Instituto Politécnico de Bragança, Portugal.

Reis, M. L. D. (2014). Autoavaliação em perspectiva colaborativa para a melhoria da prática docente.

Ribeiro-Silva, E., (2017). Qualidade da Intervenção Pedagógica na Perspetiva do Professor e do Aluno. *Revista Practicum*, V2(2), 18-31.

Ribeiro-Silva, E., Fachada, M. e Nobre, P. (2019). Prática Pedagógica Supervisionada 3. Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, FCDEF-UC.

Santos, F., Corte-Real, N., Regueiras, L., Farias, C., Moreno-Murcia, J., & Dias, C. (2016). A aplicação do modelo de desenvolvimento da responsabilidade pessoal e social a crianças em risco de exclusão social: Um estudo de investigação-ação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 16(2).

Siedentop, D. (1983). Research on teaching in physical education. In J. O. T. Templin (Ed.), *Teaching in physical education*, (pp. 3-15). Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. INDE Publicaciones.

Simões, J., Fernandes, C., & Lopes, H. (2014). Avaliar em educação física: a necessidade de um quadro conceptual. *Problemáticas da educação física I*, 17-23.

Veríssimo S.; González R. & García L., (2016). *Unidades didáticas à luz da teoria dos conceitos nucleares – um exemplo em geometria* (p. 45-47). Universidad de Extremadura. *Campo Abierto*, v. 35, n. 2, p. 41-58

Zandonato, Z. L. (2004). Indisciplina escolar e relação professor-aluno, uma análise sob as perspectivas moral e institucional.

Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto. Perfil geral de desempenho profissional do educador de infância e dos professores dos ensinos básico e secundário. Diário da República, 1ª Série-A, 201, 5569-5572. Ministério da Educação.

ANEXOS

ANEXO 1 Recursos Materiais

Material	Estado do material			Total	Observações
	Novo	Bom/ Razoável	Deteriorado		
Andebol					
Bola Atorka H500 n.º 3		1		1	
Bola Atorka H500 n.º 2		2		2	
Bola Kipsta n.º 1		1		1	
Bola Kipsta n.º 2		5		5	
Bola Sports Partner		3		3	
Conjunto de 2 redes de balizas	1		1	2	
T Shirts	9			9	
Atletismo					
Barreira extensível		3		3	

Fasquia elástica com contrapesos		1		1	
Poste de salto em altura		2		2	
Testemunho em madeira		4		4	
Badminton					
Poste intermédio para rede		1		1	
Raquete Artengo 700	2	6		8	
Raquete Perfly 500	14			14	
Raquetes Indiferenciadas		4		4	
Rede de campo		2		2	Estão unidas
Rede Portátil		2		2	
Volante	72	19		91	8 caixas novas
Basquetebol					
Bola Molten B7R	2			2	
Bola Gam		2		2	
Bola Kipsta preta/laranja		1		1	
Bola Kipsta Tarmak R300		1		1	
Bola Molten de couro sintético n.º 7		1		1	
Bola Project n.º 6		1		1	
Bola Sportzone n.º 5		4		4	
Tabela exterior com aro		2		2	
Tabela interior com aro		2		2	
Beach-ball					
Conjunto de 2 raquetes e 1 bola	13	2		15	2 estão no regime fechado
Raquete de madeira		14		14	
Coletes					
Coletes amarelos		5		5	
Coletes azuis		6		6	
Coletes brancos		14		14	Guardados no cacifo
Coletes FCDEF Amarelos		11		11	
Coletes FCDEF Laranjas		12		12	
Coletes laranjas		6		6	
Coletes pretos		11		11	
Coletes Toppim		4		4	
Coletes verdes		6		6	
Coletes vermelhos		11		11	
Escalada(arrecadação do piso de cima)					
Arnês Edelrid		9		9	
Arnês Fixe		3		3	
Arnês Petzel		1		1	
Bolsa de magnésio		1		1	Não têm magnésio
Capacete branco		6		6	
Capacete verde		3		3	
Descensor GriGri		1		1	
Express		2		2	
Mosquetão simples curvo		2		2	
Oito		4		4	
Plaquete		4		4	
Presa		30		30	
Roldana dupla		1		1	
Roldana simples		1		1	
Corda dinâmica		4		4	
Mosquetão de segurança		4		4	
Futsal					
Bola Kipsta F500		2		2	
Bola Softee Spider 62	2			2	

Bola Mikasa FLL 333S-WR		1		1	
Frisby					
Disco Grande do Desporto Escolar	8	6		14	
Disco Selphy		7		7	
Ginástica					
Arco		2		2	
Colchão de quedas		1	1	2	
Corda rítmica		12		12	Cordas verdes
Minitrampolim de elásticos		1		1	
Plinto de 5 caixas		1		1	
Plinto de 8 caixas		1		1	Lona deteriorada
Trampolim Reuther		2		2	1 está cedido temporariamente pela MF
Tapete de ginástica de espessura fina (azul)		6		6	
Tapete de ginástica de espuma		3	4 (2 verdes tropa + 2 esponja)	7	2 verdes claro; 1 amarelo; 2 verdes tropa; 2 esponja sem capa
Musculação					
Banco de abdominais		1		1	
Banco de musculação		1		1	
Barra de torção		1		1	
Barra grande para discos		1		1	
Barra pequena para discos		2		2	
Bicicleta estática			1	1	
Caixa de salto pliométrica		1		1	
Disco de 2Kg		6		6	
Disco de 3Kg		2		2	
Fechos para barras		3		3	
Máquina de Musculação Body Sculptore			1	1	
Máquina de Musculação Perform 420			1	1	
Máquina de Remo		1		1	
Máquina Vibro Plate		1		1	
Peso de 1Kg		2		2	
Peso de 5Kg		2		2	
TRX		2		2	
Râguebi					
Bola Gilbert			2	2	
Bola Kipsta R300		2		2	
Bola Softee Global	2			2	
Tag (cinto e 2 fitas)			16	16	
Tênis de campo					
Bola Artengo 720	36	31		67	
Bola Artengo 760		4		4	
Bola Artengo 120	36			36	
Bola de esponja Artengo 700		2		2	
Bola de esponja grande		3		3	
Bolas indeferenciadas			116	116	
Bola Wilson de baixa pressão (soft)			1	1	
Manivela		1		1	
Poste de tênis		2		2	
Raquete Artengo TR160	12			12	
Raquete Artengo 700	2	2		2	

Raquete de 23 polegadas – Mega Kids		3		3	
Raquete de plástico preta		19		19	
Raquete Dunlop Slam 21		4		4	
Raquete K-open	1	4		5	
Raquete Rucanor Empire 175		4		4	
Rede		1		1	
Rede de min-ténis		1		1	
Ténis de mesa					
Bolas Brancas		18		18	
Bolas Amarelas		1		1	
Mesa		2	1	3	2 na arrecadação e outra no pavilhão (RF)
Raquetes Artengo 700 M		1		1	
Raquetes Artengo F3 - 730		3		3	
Rede		4	1	5	Falta 1 apoio de rede
Voleibol					
Bola Conti de borracha		1		1	
Bola Kipsta V300		5		5	
Bola Kipsta V500		3		3	
Bola Mikasa MVA330		2		2	Estão no cacifo
Bola Molten de borracha		3		3	
Bola Molten V58R		1		1	
Bola Molten V58SL			1	1	
Bola Molten V5V		1		1	
Poste de voleibol	2	2		4	Os 2 postes novos nenhum tem a roldana para a rede
Rede de voleibol	1	1		2	
Diversos					
Agulha	1	3		4	2 metal e 2 plástica
Andas		4		4	(2 pares grandes e 2 pares pequenos)
Apito de metal		1		1	
Apito de plástico preto		1		1	
Armário com prateleiras		1		1	
Bola Suíça		2		2	
Cabo de Sisal		1		1	
Cacifos		1		1	
Cadeira de Madeira		1		1	
Caixa de primeiros socorros		1		1	
Caixa senta e alcança		1		1	
Carro de transporte da marca continente		1		1	
Carro de transporte Mikasa		1		1	
Cinta com esticador (preta)		2		2	
Cinta sem esticador (preta)		2		2	
Colchonete		13		13	4 na zona de musculação
Compressor portátil		1		1	
Cone grande (vermelho e branco)		4	1	5	
Cone pequeno (laranja)		12		12	
Cone perfurado (amarelo)		2		2	
Corde de saltar com punho		5		5	
Corde de tração		1		1	
Dardos		6		6	
Elástico (material calisténico)		2	2	4	

Escada coordenativa		2		2	
Extintor		1		1	
Fita métrica		2		2	
Jogo de Petanca		1		1	
Marca sinalizadora (cones)		22		22	10 azuis + 12 brancos
Marcador de pontuação			1	1	
Mesinha cabeceira		1		1	
Mini-estaca (campismo)		20		20	
Mosquetões com segurança		3		3	
Mosquetões sem segurança		5		5	(3 grandes e 2 pequenos)
Peso livre		2		2	1 de 2Kg e 1 de 3kg e estão na arrecadação do piso de cima
Pião sem cordel		8		8	
Rede de transporte de bolas		3		3	
Saco de Boxe		1		1	
Saco de transporte de bolas DE			1	1	Parcialmente danificado
Secretária		1		1	
Ski's de madeira		1		1	
Material Professor Nuno					
Cabos pretos		4		4	
Cesto de roupa		1		1	
Elásticos Brancos			5	5	
Leitor de CD (Thomson) com duas colunas		1		1	
Pinos Kipsta		40		40	
Balança		1		1	

ANEXO 2 Plano de Aula

PLANO DE AULA		
Professor(a): ○	Data:	Hora/Duração:
Turma:	Período:	Local:
Nº de alunos previstos:	Nº de alunos ausentes ou lesionados:	

U.D:	Nº aula:
Função didática:	
Recursos materiais:	
Objetivos da aula:	
Sumário:	

<i>Tempo</i>		Objetivos	Descrição da tarefa / Organização	Critérios de Êxito	Estilos de ensino
<i>T</i>	<i>P</i>				

Fundamentação da aula
Relatório da Aula

ANEXO 3 Tabela de Avaliação Sumativa do Domínio Sócio-afetivo

Avaliação Sumativa do Domínio Sócio-afetivo								
	1	2	3	4	5	6	Soma	Nota
1								
4								
7								
9								
		Parâmetro 1		Parâmetro 2		Parâmetro 3		

1. Organização da Aula	Ajuda a montar o material	Arruma o material	Manuseia/ utiliza o material com cuidado, para não estragar
2. Respeito pelo Sentimento dos outros	Respeito pela decisão do professor	Respeita a opinião dos colegas	Mantem um bom comportamento durante a aula/tarefa
3. Esforço e Empenho	Mantem-se concentrado e empenhado na aula/tarefa	Coopera ativamente com o professor	Coopera ativamente com os colegas
4. Autonomia	Realiza observações úteis na aula	Consegue executar a tarefa sem pedir ajuda ou sem solicitação constante do professor	Reconhece o erro e/ou tenta resolver um conflito
5. Ajudar os outros	Ajuda o(s) colega(s) na realização de uma tarefa/aula	Motiva o(s) colega(s) na realização de uma tarefa/aula	Apoia um colega numa dificuldade emocional
6. Evolução de comportamentos e atitudes	Torna-se mais autónomo	Demonstra ser mais colaborativo com o professor nas tarefas de aula e na organização, mostrando mais esforço e empenho	Ajuda os outros colegas e demonstra mais respeito por todos os intervenientes
Procedimento de atribuição de notas: 1 - cumpre apenas com 1 parâmetro; 2 - cumpre com 2 parâmetros; 3 - cumpre com os 3 parâmetros			

ANEXO 4 Tabela de Avaliação Sumativa do Domínio Cognitivo

	Avaliação Sumativa do Domínio Cognitivo					Soma	Nota
	CA				Total		
	Identifica	Exemplifica	Corrige	Total			
1							
4							
7							
9							
	Descrição					Nota	
Condução de Aula	Capacidade de realizar os exercícios/tarefas de aula de forma autónoma, e, quando solicitado, de dinamizar o exercício/aula					0-5	

ANEXO 5 Grelha de registo comportamental dos alunos

Grelha de registo de comportamentos dos alunos (Durante a tarefa)

Registo de comportamentos durante as aulas de EF – ERB Data: ___/___/2020

Respeitei a opinião dos meus colegas		Respeitei a decisão do professor		Mantive um muito bom comportamento durante a tarefa	
Mantive-me concentrado e dei o meu máximo na tarefa		Cooperei ativamente com os meus colegas		Cooperei ativamente com o professor	
Realizei observações úteis no decorrer da tarefa que ajudaram os meus colegas a realizá-la		Consegui executar a tarefa sem pedir ajuda		Consegui resolver uma dificuldade sem ajuda	
Ajudei um colega na realização de uma tarefa (expliquei ou informei o colega)		Motivei um colega para a realização de uma tarefa		Apoiei um colega numa dificuldade emocional	

ANEXO 6 Registo de comportamento observados nas aulas de EF



FCDEF FACULDADE DE CIÊNCIAS DO
DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

MESTRADO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO
ESTÁGIO PEDAGÓGICO – CENTRO EDUCATIVO DOS OLIVAIS - 2020-2021



Nome: SB

REGISTO DE COMPORTAMENTOS OBSERVADOS NAS AULAS DE EF

DATA: 16/2/2020

Nome do aluno	Observações de Comportamento

<p>1. Respeito pelos sentimentos dos outros:</p> <p>1.1 Respeitou a decisão do professor;</p> <p>1.2 Respeitou a opinião dos seus colegas;</p> <p>1.3 Manteve um muito bom comportamento durante a tarefa.</p>	<p>2. Esforço e empenho:</p> <p>2.1 Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa</p> <p>2.2 Cooperou ativamente com o professor</p> <p>2.3 Cooperou ativamente com os colegas</p>
<p>3. Esforço e empenho:</p> <p>3.1 Realizou observações úteis no decorrer da tarefa</p> <p>3.2 Conseguiu executar a tarefa sem pedir ajuda</p> <p>3.3 Conseguiu resolver uma dificuldade sozinho</p> <p>3.4 Reconheceu o erro</p> <p>3.5 Resolveu um conflito</p>	<p>4. Ajudar os outros:</p> <p>4.1 Ajudou um colega na realização de uma tarefa (explicou/informou)</p> <p>4.2 Motivou um colega na realização de uma tarefa</p> <p>4.3 Apoiou um colega numa dificuldade emocional</p>

ANEXO 7 Grelha de Observação Professores Estagiários

DIMENSÕES	CATEGORIAS	INDICADORES	NIVEIS				
			1	2	3	4	5
INSTRUÇÃO	PARTE INICIAL						
	Informação inicial	Começa a aula no horário previsto					
		Verifica as presenças de forma económica					
		Posiciona-se a si e aos alunos adequadamente					
		Utiliza uma linguagem clara, adequada e sucinta					
		Apresenta todas os objectivos e conteúdos informacionais					
		Relaciona as tarefas com a aula anterior e contextualiza-as na UD					
		Explica e clarifica as tarefas sem consumir tempo de aula (questiona, demonstra, etc.)					

		Utiliza meios gráficos (quando relevante)						
	PARTE FUNDAMENTAL							
	Condução da Aula		Revela capacidade de organização da actividade (posicionamento, circulação, controlo, risco)					
			Explica clara e oportunamente a matéria, captando a atenção					
			Certifica-se da apropriação da informação prestada aos alunos					
			Utiliza o melhor modelo para apoiar, corrigir ou demonstrar					
			Revela eficácia e economia de tempo na utilização de auxiliares					
			Dá FB de forma frequente e uniformemente distribuídos					
			Dá FB de forma pertinente (momento e qualidade)					
			Fecha ciclos de feedbacks					
	PARTE FINAL							
	Conclusão da aula		Resume os conteúdos da aula, com enfoque nos seus objectivos					
			Controla a aquisição de conhecimentos					
			Estabelece uma extensão dos conteúdos, motivando para a aula seguinte					

		Reforça comportamentos dos alunos (aprendizagem e disciplinares)						
GESTÃO		Revela capacidade e cuidado na organização da aula e nas transições entre tarefas (dinâmica do espaço, material e alunos)						
		Estrutura a aula de forma coordenada, contínua e sem quebras						
		Completa a informação sublinhando regras e/ou cuidados a ter						
		Realiza a aula de acordo com o plano						
		Circula pela periferia mantendo o controlo visual do grupo						
		Define ou mantém rotinas específicas						
		Potencia o tempo de aprendizagem						
		Promove situações de segurança						
		Envolve os alunos em rotinas organizativas						
		Define, quando necessário, sinais de: atenção, reunião, transição (sonoros, não sonoros ou mistos)						
CLIMA		Mantém o ritmo e entusiasmo pela aula						
		Intervém sistematicamente na promoção do sucesso dos alunos						
		Promove a cooperação entre os alunos						

		Estabelece uma relação pedagógica positiva com os alunos					
		Motiva os alunos para e na tarefa					
		Utiliza a comunicação não verbal de forma adequada					
DISCIPLINA		Revela capacidade de controlo dos alunos					
		Promove e valoriza comportamentos responsáveis					
		Distingue comportamentos fora da tarefa a ignorar					
		Detecta comportamentos inapropriados e intervém adequadamente					
		Prevê situações, minimizando comportamentos desviantes					
		É coerente com as regras definidas					
RE-AJUSTAMENTO		Revela capacidade de adaptação a situações não previstas, ajustando as condições de ensino					
		Reajusta o material de forma pertinente					
		Toma decisões de ensino pedagógicas e didacticamente correctas de acordo com os objectivos da aula ou da UD					

Escala: 5 – Muito Bom; 4 – Bom; 3 – Suficiente; 2 – Insuficiente; 1 – Muito Insuficiente



