

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA
ESCOLA SECUNDÁRIA DE AVELAR BROTERO JUNTO DA TURMA DO
12º1C NO ANO LETIVO 2021/2022**

**A INFLUÊNCIA DA MODALIDADE DESPORTIVA NA PERCEÇÃO DA DISCIPLINA
E NO DESEMPENHO DO PROFESSOR**

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

Ricardo Palmeirão Gomes

2022

Ricardo Palmeirão Gomes

Nº2015238301

***RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
SECUNDÁRIA DE AVELAR BROTERO JUNTO DA TURMA DO 12º1C NO
ANO LETIVO 2021/2022***

A Influência da Modalidade na Perceção da Disciplina e no Desempenho do Professor

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

Orientadora: Prof. Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro da Silva

Coimbra

2021

Esta obra deve ser citada como: Gomes, R. (2022). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária de Avelar Brotero, Junto da Turma do 12º1C, no ano letivo de 2021/2022*. Relatório de Estágio Pedagógico, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Agradecimentos

O fim de todo este percurso académico só foi possível com o apoio, amizade, e o espírito de entajuda de todos aqueles que durante estes últimos cinco anos acreditaram em mim e contribuíram para que esta etapa fosse finalizada com sucesso.

Aos meus pais que sempre me deram um apoio incondicional durante todo este percurso, um obrigado nunca vai ser suficiente. São sem dúvida os meus pilares e aqueles que sempre me transmitiram uma educação de excelência.

Depois, um especial agradecimento às minhas orientadoras, a Professora Mestre Maria João Vasconcelos e à Professora Doutora Elsa Silva, pelo compromisso na transmissão de conhecimentos, por todo o acompanhamento e apoio constante e a disponibilidade demonstrada

Por todas as experiências vividas durante esta caminhada, por toda a partilha, entre ajuda e companheirismo, quero deixar um enorme e sentido agradecimento também aos meus colegas do Núcleo de Estágio. Que seja o início de um excelente percurso para todos.

Um agradecimento à Escola Secundária de Avelar Brotero, desde o Diretor do Grupo Disciplinar de Educação Física e a toda a comunidade escolar, pela excelente receção e integração na estrutura, dando-me liberdade e condições para poder realizar um trabalho de qualidade.

Por fim, enorme agradecimento à minha turma do 12º1C da Escola Secundária de Avelar Brotero pela sua dedicação, comportamento, respeito e compromisso que demonstraram desde o início do ano letivo

A todos vós, o meu mais sincero Obrigado!

Resumo

O presente documento intitulado Relatório de Estágio Pedagógico realizado no 2ºano, 4ºsemestre do Mestrado Ensino de Educação Física nos Ensinos básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, consiste uma análise refletiva e da aplicação num contexto prático dos conhecimentos adquiridos num processo de Prática Pedagógica Supervisionada em Educação Física. Foi feita a aplicação destes conceitos na Escola Secundária Avelar Brotero na turma do 12º1C, que corresponde ao Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias, no ano letivo 2021/2022.

O Estágio Pedagógico é muito mais do que um simples documento onde expomos as nossas reflexões e aprendizagens adquiridas. É todo um processo de atividades realizadas durante o ano letivo, desde o planeamento, reflexão, até à realização da avaliação das componentes práticas, sempre com o objetivo de irmos melhorando e aperfeiçoando todo o processo de ensino-aprendizagem. Neste processo vamos tentando sempre enriquecer as aprendizagens dos nossos alunos que nos permitem também evoluir quer como futuros profissionais quer como pessoas.

Este documento está estruturado em três capítulos distintos: o primeiro capítulo tem como base a contextualização da prática desenvolvida, sendo composto pela nossa história de vida, e pela caracterização de todo o contexto envolvido. O segundo capítulo diz respeito à análise refletiva sobre a prática pedagógica, nomeadamente, às atividades de ensino-aprendizagem, à organização e gestão escolar, aos projetos e parcerias educativas e à atitude ético-profissional. O terceiro e último capítulo aborda o aprofundamento do Tema-Problema *A influência da modalidade na perceção da disciplina e no desempenho do professor*.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico; Processo ensino-aprendizagem; Formação

Abstract

This Teacher Training Report conducted in the 2nd year, 4th semester of the Mestrado Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundári, of the Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, portrays a reflective analysis and application in a practical context of the knowledge acquired in a process of Supervised Pedagogical Practice in Physical Education. These concepts were applied at *Escola Secundária de Avelar Brotero* in the class of 12º1C, which corresponds to the Science and Technology Course, in the school year 2021/2022.

This Teacher Training Report is much more than a simple document where we expose our reflections and learning acquired. It is a whole process of activities carried out during the school year, from planning, reflection, to the evaluation of the practical components, always with the objective of improving and perfecting the whole teaching-learning process. In this process, we are always trying to enrich our students' learning, which also allows us to evolve both as future professionals and as people.

This document is structured in three distinct chapters: the first chapter is based on the contextualization of the practice developed, consisting of our life story and the characterization of the whole context involved. The second chapter concerns the reflective analysis of the pedagogical practice, namely the teaching-learning activities, the school organization and management, the educational projects and partnerships, and the ethical-professional attitude. The third and last chapter addresses the deepening of the Theme-Problem *The influence of modality in the perception of discipline and teacher performance*.

Keywords: Teacher Training; Teaching Process

Lista de Abreviaturas

EF- Educação Física

EP- Estágio Pedagógico

ESAB- Escola Secundária de Avelar Brotero

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

MEEFEBS- Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensino Básicos e Secundário

NE- Núcleo de Estágio

JDC- Jogos Desportivos Coletivos

UD('s)- Unidade(s) Didática(s)

GDEF- Grupo Disciplinar de Educação Física

Índice

Agradecimentos	4
Resumo.....	5
Abstract	6
Lista de Abreviaturas	7
Introdução	10
Capítulo I- Contextualização da prática desenvolvida	11
1-História de vida	11
2. Enquadramento do contexto	12
2.1 Caracterização da Escola e do meio	12
Recursos Humanos	13
Recursos Espaciais e Materiais.....	13
2.2 Grupo Disciplinar de Educação Física	14
2.3 Caracterização da Turma.....	14
Capítulo II- Análise Reflexiva da Prática Pedagógica.....	15
Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem	15
Planeamento	15
Plano Anual.....	16
Unidades Didáticas	17
Planos de aula.....	18
Instrução.....	19
Gestão.....	21
Clima/Disciplina	21
Decisões de Ajustamento	23
Avaliação	24
Avaliação Formativa Inicial.....	24
Avaliação Formativa	25
Avaliação Sumativa.....	26
Autoavaliação	27
Coadjuvação no ensino básico	27
Área 2- Organização e Gestão Escolar.....	29
Área 3- Projetos e Parcerias Educativas	30
Corta-Mato Escolar.....	30
<i>Allympics</i>	31
Área 4- Atitude ético-profissional	32
Capítulo III- Tema Problema	34
Considerações finais.....	43

Bibliografia.....	44
Anexos	46

Índice de Anexos

Anexo 1- Inventário do Material	47
Anexo 2- Ficha Individual do Aluno	54
Anexo 3- Rotação de Espaços.....	66
Anexo 4- Exemplo de Sequência e Extensão de Conteúdos	68
Anexo 5- Exemplo de Plano de Aula.....	69
Anexo 6- Exemplo de Reflexão de Aula	72
Anexo 7- Exemplo de Protocolo de Avaliação Formativa Inicial	73
Anexo 8- Exemplo de Protocolo de Avaliação Final	74
Anexo 9- Grelha das classificações finais dos 3 anos	75
Anexo 10- Exemplo da ficha de autoavaliação.....	76
Anexo 11- Grelha Final da Avaliação da UD	86
Anexo 12- Exemplo de Relatório de Aula.....	87
Anexo 13- Cartaz Corta-Mato.....	88
Anexo 14- Cartaz Allympics	89
Anexo 15- 11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física.....	90
Anexo 16- Programa de Educação Olímpica	91

Introdução

O presente documento intitulado Relatório de Estágio (RE), está inserido no plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEFUC), no ano letivo 2021/2022. Este documento relata a aplicação em contexto prático, uma experiência profissional desenvolvida ao longo do ano na Escola Secundária Avelar Brotero (ESAB), com a turma do 12º1C, sob a orientação e supervisão da professora cooperante Maria João Vasconcelos e da professora orientadora da FCDEFUC, Prof.^a Doutora Elsa Ribeiro da Silva.

O Estágio Pedagógico (EP) é a última etapa do nosso percurso académico, onde nos são propostas um conjunto de tarefas que nos colocam em situações de observação e reflexão diariamente perante a prática pedagógica. Vamos ter a oportunidade de exercer a função de docente e, com isso, toda a responsabilidade que esta determina. Simultaneamente, temos ainda função de aluno onde se inserem as tarefas de observação e reflexão diárias para podermos ir evoluindo ao longo do ano como futuros profissionais desta área. Este EP é fundamental para o nosso desenvolvimento tanto a nível pessoal como profissional onde adquirimos conteúdos e competências pedagógicas e didáticos, e faz com que nós estagiários consigamos potencializar todas as nossas capacidades com o intuito de chegarmos ao objetivo final que é a integração na carreira de docente.

O RE está estruturado em três capítulos diferente, sendo eles, a contextualização da prática desenvolvida, a análise reflexiva sobre a prática pedagógica e apresentação do aprofundamento do Tema-Problema.

No primeiro capítulo abordamos a História de vida e a caracterização das condições locais e relação educativa, nomeadamente a caracterização da escola e do meio, do Grupo Disciplinar de Educação Física (GDEF), do Núcleo de Estágio (NE) e da turma (12º1C).

No segundo capítulo é realizada uma análise reflexiva sobre a prática pedagógica relativamente às diversas áreas do Estágio Pedagógico: atividades de ensino aprendizagem, constituídas pelo planeamento, realização e avaliação; organização e gestão escolar; projetos e parcerias educativas; atitude ético-profissional.

No terceiro e último capítulo destina-se ao aprofundamento do tema-problema escolhido, que diz respeito à influência na modalidade na percepção da disciplina e no desempenho do professor na turma do 12º1C.

Capítulo I- Contextualização da prática desenvolvida

1-História de vida

A minha infância foi passada muito tempo na rua a brincar com os meus vizinhos. Brincávamos durante horas a fio os mais variados jogos, desde apanhadas e escondidas, futebol, corridas de bicicletas, de patins, entre outros.

Desde muito cedo que os meus pais me meteram em atividades extracurriculares. Comecei por entrar para a nataçãõ onde estive durante 5 anos. Contudo aos 6 anos quis mudar de desporto e fui para o futebol que tem sido o meu desporto durante os últimos 20 anos sem paragens.

Na escola era um miúdo muito sociável e sempre brinquei com todos os meus colegas durante os intervalos e a atividade física era uma coisa já bastante presente no meu dia-a-dia. Quando passei para o 5ºano e a Educação Física passou a ser uma disciplina, rapidamente passou a ser a minha favorita. Por a minha infância ter sido passada tanto tempo na rua consegui desenvolver muitas habilidades e deu-me ferramentas para conseguir evoluir mais depressa nesta área. Sempre tive muito jeito para a prática de todas as diferentes modalidades inseridas na disciplina de educação física sendo que a ginástica sempre foi o meu calcanhar de Aquiles.

Ao longo de todo o meu percurso escolar tive diversos professores de Educação Física e todos eles me ajudaram a desenvolver as minhas capacidades nas diferentes modalidades, com a escola também a ajudar nesse processo uma vez que sempre nos deram muito boas condições. Durante as férias de verão tínhamos sempre um mês em que íamos todos os dias para a escola fazer inúmeras atividades, desde canoagem, torneios de jogos desportivos coletivos, ténis de mesa, orientação, entre outras.

No ensino secundário decidi ir para a área de Ciências e Tecnologias uma vez que me dava um maior leque de escolhas depois para ingressar na universidade. Apesar de Educação Física

sempre ter sido a minha disciplina favorita, os meus pais sempre me disseram para ver outras áreas porque achavam que esta não tinha grandes saídas profissionais.

A minha entrada na universidade não iniciou na FCDEF, estive dois anos no curso de matemática que rapidamente me apercebi que não era o que me deixava verdadeiramente feliz nem me motivava para estudar e trabalhar. Depois desses 2 anos decidi fazer os pré requisitos e entrar no curso que realmente queria que era Ciências do Desporto. A partir desse momento fiz a licenciatura em três anos onde aprendi imenso sobre todas as diversas áreas que são abordadas tanto a nível prático como teórico. Durante a licenciatura entrei também na área do treino, tendo dado os meus primeiros passos como treinador de futebol nas camadas jovens. O gosto pelo ensino começou a surgir nesse momento, onde ver a evolução das crianças durante o ano me deu um gozo enorme e vontade aprender ainda mais para também poder transmitir melhor informação e conhecimento para os meus jogadores.

Na altura de ingressar neste mestrado de ensino não tive quaisquer dúvidas, foi a área que me despertou mais interesse e sempre quis aprender mais. Foi uma experiência bastante enriquecedora onde sinto que evolui bastante tanto a nível pessoal como profissional. Saio com a ambição de ser sempre melhor profissional todos os dias e continuar a evoluir e poder transmitir os meus conhecimentos e valores a todos os que passarem por mim ao longo da vida.

2. Enquadramento do contexto

2.1 Caracterização da Escola e do meio

Coimbra ocupa uma área de 319,4 km², que após a reorganização administrativa do território das freguesias realizada em 2013 abrange 18 freguesias, entre as quais está a de Santo António dos Olivais, onde se encontra a Escola Secundária Avelar Brotero.

A Escola Secundária Avelar Brotero encontra-se, num meio urbano, com grandes áreas residenciais (Solum, Quinta de S. Jerónimo), Bairro Norton de Matos, estruturas comerciais (Alma Shopping), estruturas desportivas (Estádio Cidade de Coimbra) e ainda junto de outras instituições educativas (Escola Infanta D. Maria e a ESEC). A localização que a caracteriza permite a captação de alunos dos diversos patamares socioculturais e económicos, o que torna a sua forma de ensino propícia a uma formação humana integral do aluno.

Recursos Humanos

Os órgãos de gestão da escola são compostos por um conselho geral, um diretor, um conselho pedagógico e um conselho administrativo. O conselho pedagógico é constituído por catorze membros, estes são: o diretor, o professor bibliotecário e os coordenadores dos vários departamentos. Esta Escola integra 173 professores, 57 turmas, sendo que 2 são dos cursos EFA e as restantes são dos cursos Científico-humanísticos e Profissionais e ainda um vasto grupo de funcionários disponíveis para qualquer tipo de situação. O grupo Disciplinar 620, referente à disciplina de Educação Física, é constituído por 12 docentes e os 4 elementos do núcleo de estágio.

Recursos Espaciais e Materiais

Nesta Escola, os professores de Educação Física dispõem de seis espaços diversificados:

O polidesportivo, que está dividido em (poli I) e (poli II), sendo que em cada ciclo alberga duas turmas. O polidesportivo é constituído por um campo de futsal/andebol, seis campos de badminton, oito tabelas de basquetebol e quatro campos de voleibol; O ginásio (Gin), um espaço com as características específicas para a Dança e ginástica, em que é usado apenas por uma turma de cada vez; O espaço exterior 1 (Ext1) que é constituído por um campo de futsal/andebol e o exterior 2 (Ext2) que é constituído por um campo de futsal/andebol contando ainda com quatro tabelas de basquetebol. Estes dois espaços acarretam alguma gestão, pois consoante as condições climáticas podem ou não ser utilizados, sendo que é necessário ter um plano b para a eventual não realização da aula nesses espaços. O Complexo Olímpico de Piscinas, que é cedido pela câmara à escola e devido às suas características é apenas usado para as aulas de Natação.

No início do ano realizamos o inventário do material (Anexo 1) designado para a disciplina de Educação Física, onde foi contabilizado a quantidade dos materiais e também a sua qualidade para o uso dos mesmos nas aulas. Após a contabilização foi possível perceber que existiam materiais suficiente para podermos lecionar todas as unidades didáticas ao longo do ano letivo. Os materiais encontravam-se devidamente arrumados no Ginásio, numa arrecadação e numa sala de arrumação.

2.2 Grupo Disciplinar de Educação Física

O Grupo Disciplinar de Educação Física (GDEF), denominado também por grupo disciplinar 620, na Escola Secundária Avelar Brotero (ESAB) é constituído por um corpo docente composto por 12 professores, sendo três do sexo feminino e nove do sexo masculino, com idades compreendidas entre 44 e 60 anos, e por quatro professores estagiários orientados por uma professora efetiva na escola.

De realçar o apoio que tivemos deste grupo disciplinar ao longo do ano letivo, em especial atenção, à nossa professora orientadora da escola que foi fundamental no nosso processo de evolução, tendo-nos ajudado a refletir nas aulas e fazer com que percebêssemos o que fizemos de errado e o que poderíamos melhorar para as aulas seguintes. Nos projetos que organizamos também tivemos uma grande ajuda por parte de todo o grupo disciplinar, para que tudo corresse da melhor forma possível. Com este espírito sempre de entre ajuda, companheirismo e de partilha de muitas experiências foi nos permitido crescer bastante como futuros profissionais nesta área.

2.3 Caracterização da Turma

No início do ano letivo, na primeira aula, foi feita a aula de apresentação onde foi pedido que todos os alunos preenchessem a Ficha Individual do Aluno (Anexo 2) que era um questionário constituído por 53 questões, onde é possível ter acesso a dados estatísticos relativamente aos alunos de maneira a conseguir caracterizar a turma em vários parâmetros, nomeadamente nas horas de sono, se tomam ou não o pequeno-almoço, quais as disciplinas que gostam mais e as que gostam menos, entre outras questões.

A turma do 12º 1C era formada por 28 alunos, onde 3 dos alunos são do sexo masculino e 25 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 16 e os 18 anos. O horário estipulado para a disciplina de EF da turma do 12º 1C é composto por 2 blocos, sendo um de 100 minutos, lecionado à segunda-feira das 10:30 às 12:20h, e o outro de 50 minutos, lecionado à quinta-feira das 8:30h às 9:20h.

A turma sempre foi bastante empenhada em todas as unidades didáticas lecionadas, e mesmo tendo algumas dificuldades a nível de desempenho sempre se esforçaram para melhorar e conseguir evoluir ao máximo. O clima de aula sempre foi excelente e na altura que eu tive mais dificuldades porque fui operado e tive que lecionar as aulas de muletas, sempre foram muito

cooperantes e ajudaram em todos os aspetos da aula, e com essa ajuda permitiram que as aulas tivessem o mesmo nível de aprendizagem.

Ao longo de todo o ano a evolução de todos os alunos foi constante tendo sentido que o meu trabalho com eles foi realizado com sucesso e terminando o ano com notas bastante positivas.

Capítulo II- Análise Reflexiva da Prática Pedagógica

Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem

Planeamento

Como professores estagiários o planeamento é o primeiro procedimento que realizamos neste Estágio Pedagógico e nos permite organizar e definir todas as tarefas e objetivos a curto, médio e longo prazo ao longo do ano letivo. Todo este processo é pensado e realizado de forma lógica e sequencial tendo em conta diversas variantes como o contexto escolar em que estamos inseridos, o nível dos alunos, os recursos materiais disponíveis, os regulamentos da disciplina e todo o meio envolvente.

Haydt (2011) afirma que o planeamento requer uma previsão, análise e reflexão que é frequentemente utilizada por todos os professores. Desta forma podemos entender que todo o processo de planear vai obrigar o profissional docente a ter em conta o contexto que está inserido requerendo sempre uma análise prévia. O planeamento não é algo fixo sendo que pode ir sendo ajustado ao longo do ano caso seja necessário.

Para conseguirmos realizar todo este processo tivemos a ajuda fulcral da nossa orientadora que nos deu as ferramentas todas para conseguirmos toda informação necessária para podermos construir o nosso planeamento para todo o ano letivo. Na primeira aula os alunos tiveram que preencher uma ficha individual com todas as informações para que nos facilitasse a caracterização da turma e por conseguinte fazer um planeamento sequencial e lógico e que fosse de acordo com o

nível da turma. O planeamento ao longo do ano foi sofrendo algumas alterações e sempre revisto pela nossa professora orientadora.

Na área do planeamento vão existir três níveis distintos sendo eles o plano anual de atividades, as unidades didáticas e os planos de aula.

Plano Anual

O plano anual de atividades é um documento orientação no qual são definidos à priori a organização para todo o ano letivo, tendo em conta os objetivos, a programação de atividades e todos os recursos necessários para a sua execução. Pretende ainda identificar todas as matérias que serão lecionadas, bem como a distribuição do tempo, e os objetivos a atingir em cada unidade didática de acordo com as características das nossas turmas.

Segundo Bento (2003) o plano anual “constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo”. O plano anual é um documento que está em constantes alterações sendo ajustado sempre à realidade da escola e de todos os diferentes intervenientes no processo de ensino-aprendizagem.

Para a realização do plano anual da turma do 12º1C, este foi ajustado para a realidade em que está inserido e fundamentado de forma teórica por alguns documentos da legislação do Ministério da Educação (Dec. Lei nº51/2012 de 5 de setembro e nº54 e 55 de 2018 de 6 de julho) e também do Regulamento Interno da ESAB. O plano anual contém alguns documentos base estruturados de forma lógica e sequencial, sendo estes, o enquadramento teórico, os objetivos e conteúdos previamente definidos para o ano letivo, a caracterização da escola e do meio envolvente, as orientações do programa educativo da escola, a caracterização da turma, a contabilização e organização das aulas pelos espaços e matérias e os diversos tipos de avaliação a utilizar.

Segundo Teixeira e Onofre (2009) as dificuldades sentidas relativas ao planeamento vão diminuindo do primeiro para o último período. Como estagiários inicialmente foi onde sentimos mais dificuldades uma vez que tanto a escola como a turma eram completamente novos para nós o que fez com que fosse mais difícil conseguir justificar a atribuição das matérias e a forma como foram organizadas ao longo do ano. Com a ajuda da nossa orientadora

conseguimos delinear todas estas tarefas da melhor forma possível e ainda definimos a sequência de conteúdos e como iríamos abordar as diferentes modalidades e o seu método de avaliação.

O grupo disciplinar de EF (GDEF) da ESAB definiu uma distribuição diversificada das matérias para o ensino secundário no presente ano letivo. Ficou definido que iriam ser lecionados dois Jogos Desportivos Coletivos (JDC), uma matéria de Ginástica, uma modalidade de raquetes, natação, dança e atletismo no 10ºano e uma categoria “outras” no 11º e 12º anos.

Para o 12º ano foi sugerido que os JDC lecionados fossem voleibol e futsal uma vez que não foram abordados no ano anterior. Para a área de Ginástica a matéria associada é a ginástica acrobacia e como atividade rítmica expressiva a dança aeróbica. No que diz respeito às sub áreas do Atletismo/Patinagem/Raquetes/e Outras as matérias selecionadas são ténis e *pickleball*. Natação não foi possível lecionar devido às restrições impostas pelas Piscinas Municipais.

Na primeira reunião do GDEF ficou definidos os diferentes espaços e a sua rotação (Anexo 3). Com as ordens de ocupações de espaço definidas a turma do 12º1C iniciou o ano letivo com a modalidade de ténis no Exterior II, passando para o Poli I para a modalidade de voleibol. No segundo período iniciou com Ginástica Acrobática e Dança no Ginásio, passando depois para o Poli II com o *pickleball*. Por fim, no terceiro período foi lecionada a modalidade de futsal no Exterior I.

Unidades Didáticas

Bento (2003) afirma que as unidades didáticas correspondem a um nível de planeamento que fornece uma sequência metodológica dos conteúdos e organiza as atividades, tanto do professor como dos alunos, de modo a constituir e orientar a ação pedagógica e tornar favorável o desenvolvimento dos mesmos.

As unidades didáticas foram idealizadas de forma a criar estratégias que permitissem o sucesso de todos os alunos em cada modalidade. Para a realização das mesmas tivemos reuniões com a nossa professora orientadora que nos ajudou a definir e delinear as melhores estratégias. Ficou definido que as unidades didáticas iriam ser divididas em três fases distintas: a fase de

análise, a fase de decisão/reflexão e o balanço final onde são apresentadas as nossas reflexões/conclusões finais de cada modalidade.

Nas diferentes Unidades Didáticas que realizamos as que tivemos mais dificuldades foram na de *Pickleball* uma vez que era uma modalidade desconhecida de todos o que implicou mais estudo e preparação para lecionar as aulas da melhor maneira possível. Depois a de Ginástica Acrobática e Dança uma vez que o à-vontade na matéria era muito pouco o que levava sempre a ter algum receio de exemplificar durante as aulas e dar os feedbacks mais corretos. Com a ajuda da professora orientadora na partilha de bibliografia e de exercícios apropriados para cada uma das modalidades, facilitou nos na realização e preparação tanto das unidades didáticas como das aulas.

A sequência e extensão de conteúdos foi criada com base nos critérios definidos no início do ano letivo pelo núcleo de estágio, assumindo-se três grupos auxiliares base para a criação da mesma, sendo eles o domínio Psicomotor, composto pelas habilidades motoras, o Socioafetivo, composto pelas atitudes e valores e o domínio Cognitivo relacionado com os conhecimentos teóricos. Durante a criação da mesma foi tido em conta as características dos alunos criando estratégias para que a turma alcance um nível mais perto da homogeneidade.

De forma a perceber se toda a planificação efetuada foi bem-sucedida era realizada uma reflexão que procurava determinar se a prestação dos alunos tinha sido a esperada e estes tinham conseguido atingir os objetivos previamente definidos. De realçar que durante as unidades didáticas a extensão e sequência de conteúdos foi se ajustando de acordo com a progressão dos alunos para que o objetivo final pudesse ser atingido.

Planos de aula

O plano de aula surge no nível micro, onde é feito o planeamento de cada aula. Este plano segue uma estrutura lógica e está definido em cinco colunas distintas sendo elas o tempo, tanto total como parcial, os objetivos específicos, a descrição da tarefa/organização, componentes críticas/critérios de êxito e estratégias e estilo de ensino. O plano está dividido em três partes distintas, a parte inicial onde está incluído a preleção inicial onde são apresentados os conteúdos a serem abordados nessa aula e é dado o aquecimento. Na parte fundamental são realizados os exercícios propostos e na parte final em que é feito o retorno à calma e um balanço final da aula com os alunos.

O plano de aula numa fase inicial tem se alguma dificuldade em ser realizado uma vez que ainda nos faltam alguns domínios como a seleção correta de exercícios para cada aula. Contudo ao longo do tempo vai sendo cada vez mais fácil realizar os planos de aula porque é um trabalho que fazemos semanalmente e vamos sempre melhorando com a ajuda da nossa professora orientadora que nos levava a refletir e a preparar sempre a aula seguinte de acordo com o que tínhamos feito na anterior, corrigindo os erros e pensar em novas estratégias a cada aula.

Instrução

A instrução assume um papel fundamental no que diz respeito à comunicação entre o professor e os alunos e é necessária eficácia na passagem da informação e na qualidade da intervenção para que exista um processo de ensino aprendizagem de qualidade.

O papel da comunicação do professor é de extrema importância uma vez que define a qualidade de informação que é transmitida para os alunos. Não se resume a uma transmissão de ideias, procura-se fornecer novas formas de ver essas mesmas ideias, de obrigar os alunos a raciocinar e a refletir sobre toda a informação que recebem.

Morin (1999) referiu que “ensinar não é só falar, é comunicar com credibilidade”, o professor deve saber transmitir todo o seu conhecimento de forma que os alunos percebam e também fazendo com que estes reflitam e construam o seu próprio conhecimento, ajudando-os a construir significados para tudo aquilo que aprendem ao longo do ano letivo.

A preleção, o questionamento, o *feedback* e a demonstração são pontos fulcrais no que diz respeito à comunicação do professor. Deve variar a forma como transmite as informações, para que estas sejam enriquecedoras para os alunos. Ao longo do ano letivo fomos sempre alterando a nossa forma de comunicar tendo sempre em conta a matéria a ser abordada e o contexto de cada aula. Desde início começamos por controlar primeiro a turma para que eles tivessem calmos e no nosso campo de visão e só depois transmitíamos a informação que pretendíamos. Com isto foi possível criar uma boa rotina e um bom clima de aula onde o processo de ensino aprendizagem foi melhorando durante todo o ano letivo.

Barreiros (2016) advoga que a instrução deve seguir três princípios gerais: ser curta, clara e precisa. O autor defende ainda que é muito importante referir apenas a informação que é estritamente necessária e deve se sempre ajustar às características dos alunos. Dado o tempo limitado que temos em cada aula, o professor deve ser curto e preciso na informação que quer

transmitir uma vez que a aula de Educação Física necessita de muito tempo de prática. Desta forma procuramos no início das aulas realizar uma preleção inicial onde apresentamos os objetivos a atingir e questionávamos o que já tinha sido lecionado nas aulas anteriores. Ao longo da aula procurávamos relacionar os conteúdos que já tinham sido abordados com os que estavam a ser lecionados nessa aula, com o objetivo de facilitar a compreensão desses mesmos conteúdos e ajudar na evolução dos alunos durante a aula. Durante a aula enquanto os alunos realizavam os exercícios, transmitíamos feedback de forma clara e objetiva para manter a dinâmica e a fluidez do exercício dando mais tempo de prática aos alunos. No final da aula realizamos sempre um balanço final da mesma e facultávamos sempre a informação dos conteúdos a abordar na aula seguinte. Ao longo do ano fomos tentando melhorar a comunicação com os alunos, conscientes de que é de extrema importância para a sua aprendizagem.

Uma das formas de instrução que raramente usávamos inicialmente era o questionamento, uma vez que estávamos mais focados em transmitir a informação e não nos centrávamos no aspeto mais importante que era a compreensão dessa mesma informação por parte dos alunos. Ao longo do tempo fomos procurando questionar os alunos sobre os conteúdos que estavam a ser abordados ao longo da aula e isso fez com que eles tivessem primeiramente mais focados e facilitou no seu processo de evolução e de compreensão de toda a informação que lhes era transmitida.

O *feedback* foi sem dúvida a nossa forma de comunicação que mais evoluiu ao longo do ano letivo. Inicialmente não tínhamos grande à-vontade nas matérias que lecionávamos e o nosso foco da aula estava na organização da mesma, na forma como transmitíamos a informação aos alunos em cada exercício e no controlo do tempo. Com as reflexões que realizávamos no final de cada aula, e à medida que íamos ganhando mais experiência e confiança com a turma, permitiu nos alterar o nosso foco para a transmissão de bastante feedback durante a realização dos exercícios o que ajudou bastante no desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem. Segundo Piéron (2005) o professor dever fazer uma boa preparação de tarefa e conhecer por completo a ação motora a ensinar, o aluno e o próprio feedback. Durante o EP fomos adquirindo esta mesma competência, refletindo no final de cada aula, reforçando o nosso conhecimento em casa, e melhorando na qualidade de transmissão de informação para os alunos antes, durante e após os exercícios.

Gestão

Todo o planeamento e organização no processo de intervenção pedagógica faz parte da gestão da aula e conseqüentemente para o seu bom funcionamento. Esta dimensão requer a gestão dos alunos, dos espaços e do material que vai ser utilizado, da comunicação e do tempo de duração da aula. Tentamos sempre criar métodos que facilitassem todo o processo de ensino aprendizagem e que permitisse aos alunos terem o máximo tempo de prática possível. Para conseguirmos atingir este objetivo referido anteriormente refletimos e tentamos criar algumas rotinas de aula para que se perdesse o menor tempo de prática possível.

Desta forma os alunos logo no início do ano foram informados do tempo de tolerância que tinham para se apresentarem equipados na aula, o local, onde se tinham que colocar para a preleção inicial e final de cada aula, e com a organização do aquecimento. Para reforçar estas rotinas, definimos algumas estratégias para organizar as aulas de uma forma mais rápida para podermos aproveitar o tempo de aula. Começamos por preparar o material previamente à aula e coloca-lo no espaço pretendido; definimos onde seria a zona de aquecimento (ex: as aulas no Exterior, o aquecimento era realizado com os alunos distribuídos ao longo da linha lateral do campo); criamos transições de exercícios rápidas e fluidas para evitar grandes perdas de tempo, nas aulas de curta duração dávamos primazia a situações de jogo; instruções claras, curtas e concisas, colocamos de fora do exercício para poder controlar toda a turma; a recolha e a arrumação do material era feita pelos alunos; contabilizar o tempo de instrução quando planificamos os exercícios para a aula, entre outros.

O aspeto mais complicado de atingir nesta dimensão foi conseguir respeitar os tempos de cada exercício que tínhamos planeado para cada aula e conseguir cumprir com a hora do término da aula. Ao longo do ano letivo fomos melhorando com a redução de exercícios nas aulas de apenas 50 minutos, na consideração dos tempos propostos na planificação da aula. Desta forma as aulas passaram a ser mais controladas e a cumprir com o tempo previsto de cada tarefa e com o término da aula.

Clima/Disciplina

A relação que o professor estabelece com os alunos vai definir o clima da aula, esta deve dar primazia à capacidade de o professor ouvir, refletir e discutir o nível de compreensão dos alunos, definindo boas estratégias de comunicação para conseguir transmitir o seu

conhecimento de forma que todos entendam. Vinha et al. (2016) escrevem que o clima tem um papel fundamental em todo o processo de ensino aprendizagem, assim como, no desempenho dos alunos, quer na motivação, quer no seu rendimento escolar. Seguindo esta linha de ideias, o professor vai ser principal responsável para que haja um bom clima entre todos.

Segundo Ribeiro-Silva (2020), os alunos demonstram ter uma maior consideração pelo professor que tem a capacidade de ser justo, imparcial, compreensivo e motivador. Desta forma, desde o início do ano letivo procuramos construir uma relação saudável com a turma onde o bom clima foi chave fundamental para conseguirmos desenvolver o nosso trabalho, e fazer com que o processo de ensino aprendizagem fosse o melhor possível. Procuramos estabelecer uma relação com o aluno que favorecesse a preocupação e o interesse pelos alunos, para que estes se sentissem bem e com vontade de querer evoluir e conseguir atingir os objetivos definidos.

Nesta dimensão o foco principal do professor foi conseguir reduzir os fatores que possam destabilizar a aula e garantir que esta decorria sempre num ambiente harmonioso, de cooperação que permitisse o bom funcionamento.

A dimensão disciplina requer que o professor seja capaz de manter a ausência de comportamento inapropriados durante a aula, mas, principalmente, de conseguir orientar os seus alunos consoante as suas capacidades e motivações.

A disciplina em contexto de sala de aula é bastante importante porque os alunos conseguem ter uma melhor capacidade de aprendizagem em turmas que sejam mais disciplinadas, Siedentop (1998). Contudo a disciplina no contexto de aula de educação física é mais complicada uma vez que não tem o mesmo ambiente controlado de sala de aula, o que faz com que haja mais espaço para distrações e comportamentos de desvio. Desta forma foi imperial criar algumas estratégias de intervenção nesta dimensão para que as aulas pudessem ser o mais produtivas possível. Durante o estágio pedagógico desenvolvemos algumas estratégias de intervenção para controlar a disciplina da turma, tais como: a criação de exercícios que motivassem os alunos de forma a manterem se focados na aula, dando primazia a mais exercícios táticos do que técnicos uma vez que sendo ensino secundário já se requer outro tipo de planeamento de aulas; transmitir bastante reforço positivo quando a turma tinha uma melhoria significativa do comportamento; evitar fazer exercícios que envolvessem grupos muito grandes uma vez que pode ser sempre fator de distração; como professor adotar uma postura coerente perante comportamentos de indisciplina ou fora da tarefa, entre outros.

A turma durante todo o ano apresentou um comportamento adequado, raramente tivemos que a necessidade de chamar a atenção a algum aluno por comportamento de indisciplina ou uma intervenção mais rígida. Na modalidade de ginástica foi onde houve um maior distúrbio a

nível do comportamento global da turma. A justificação pode estar centrada no facto de estes se sentirem mais confiantes na matéria e uma vez que estavam a trabalhar em grupo de forma autónoma levou a que existissem mais alguns comportamentos de desvio. Contudo, ao nível desta dimensão a turma sempre apresentou um comportamento de excelência durante todo o ano letivo.

Decisões de Ajustamento

Todo o trabalho do planeamento foi pensado e estruturado de forma coerente e lógico para evitar falhas, contudo existem fatores externos que nos obrigam a adaptar e a ajustar o que estava previsto inicialmente. Desta forma, o docente deve ter a capacidade reflexiva e espírito crítico para ajustar qualquer parâmetro que não vá de encontro aos objetivos previamente definidos.

No decorrer do EP foi necessário reajustar a organização do número de aulas de algumas unidades didáticas, devido às interrupções letivas do Natal, Carnaval e Páscoa pela razão pandémica que se vivia. Consequentemente a sequência de conteúdo também foi obrigada a ser reajustada, visto que o número de aulas foi alterado.

A intervenção pedagógica foi onde sentimos mais necessidade de fazer alterações, uma vez que, inicialmente a nossa intervenção estava muito direcionada para a correção individual. Após reflexão com o NE e com ajuda da professora orientadora procuramos transmitir outro tipo de feedbacks fazendo com que a nossa presença em aula fosse sentida por parte da turma.

Na realização, as alterações decorriam muito devido ao facto de alguns alunos faltarem e rapidamente tínhamos que ajustar os grupos que estavam previamente formados para determinado exercício. A maior dificuldade foi conseguir fazer esses ajustamentos de forma rápida e sem perder grande tempo para manter o bom funcionamento e dinâmica da aula.

Concluindo, a capacidade de ajustamento por parte do professor é fulcral para corrigir rapidamente o que não está bem na aula, de forma que esta não perca dinâmica nem fluidez. As aulas de Educação Física são bastante imprevisíveis devido a fatores externos como o clima, o número incerto de alunos, o que exigiu de nós professores estagiários rapidamente aprende a ajustar e tomar decisões para o bom funcionamento da aula.

Avaliação

A avaliação do processo ensino aprendizagem, está compreendida em três parâmetros de avaliação distintos: Inicial (analítica), Formativa (controladora) e sumativa (classificatória) Nobre (2015). A avaliação representa um papel fulcral na aprendizagem dos alunos, que permite aos professores perceberem quais estão a ter sucesso e insucesso.

Nobre (2015) afirma que a avaliação consiste num processo contínuo de intervenção pedagógica transmitida pelo professor com o objetivo de analisar e acompanhar o desenvolvimento do aluno nos diferentes níveis.

Esta dimensão vai permitir ao professor melhorar a qualidade de ensino, através da retificação dos procedimentos e do ajuste no ensino das diversas disciplinas em função dos objetivos delineados [Decreto de Lei nº139/2012 (despacho normativo nº24-A/2012), de 5 de julho; Cap.III].

Avaliação Formativa Inicial

Seguindo o Decreto-Lei nº139/2012, de 5 de julho, a Avaliação Formativa Inicial: “... realiza-se no início de cada ano de escolaridade, ou sempre que seja considerado oportuno, devendo fundamentar estratégias de diferenciação pedagógica, de superação de eventuais dificuldades dos alunos, de facilitação da sua integração escolar e de apoio à orientação escolar e vocacionais”.

Haydt, (2008) afirma que através da avaliação formativa inicial é possível perceber se os objetivos previamente definidos foram atingidos pelos alunos, assim como dar informação ao professor do trabalho a realizar para aperfeiçoar os seus procedimentos.

Foi construída uma grelha de avaliação formativa inicial (Anexo 7) para facilitar o processo de observação e o registo do nível inicial dos alunos, onde estão destacadas as aprendizagens essenciais de cada unidade didática. As avaliações das unidades didáticas dos jogos desportivos coletivos e dos desportos de raquetes foi realizada através da situação de jogo, enquanto na Ginástica se centrou mais nos aspetos técnicos e de carácter individual. A avaliação formativa inicial de *pickleball* foi diferente das restantes uma vez que era uma matéria que nunca tinha

sido lecionada anteriormente. Foi feita uma avaliação em alguns elementos técnicos introduzidos no início dessa aula.

Depois de feito o registo da avaliação inicial, iniciávamos o processo de análise e reflexão sobre os resultados obtidos, que nos serviam de referência para fazer o planeamento e sequência de conteúdos de cada unidade didática

A nossa maior dificuldade na realização deste registo, numa fase inicial do EP, foi conseguir observar todos os alunos de forma coerente e em concordância com o nível da turma. Uma vez que ainda não conhecíamos os alunos e a nossa capacidade de observação ainda não estava muito desenvolvida, dificultou-nos o processo de avaliação. Com o tempo fomos aperfeiçoando tanto os métodos de avaliação como a forma como observávamos a turma, conseguindo fazer uma avaliação inicial mais coerente e de acordo com o nível da turma e consequentemente planear a unidade didática de uma forma mais precisa favorecendo todo o processo de ensino aprendizagem.

Avaliação Formativa

Segundo Chen et al (2012) a avaliação formativa deve ser centrada no aluno e ter a preocupação em alcançar os objetivos previamente definidos. Esta avaliação vai permitir ao professor realizar uma avaliação mais justa e coerente com o nível da turma e, simultaneamente, promover uma aprendizagem mais autónoma por parte do aluno.

Fernandes (2020) afirma que esta avaliação formativa, apesar de não ser uma avaliação de proximidade, todas as suas aplicações devem primar pela qualidade e rigor na recolha de informação tendo em conta os objetivos de aprendizagem predefinidos.

Nesta avaliação formativa onde sentimos mais dificuldades inicialmente foi conseguir observar todos os alunos da turma durante as aulas. Conseguíamos identificar facilmente os que tinham tido uma melhor e pior prestação na aula, contudo aqueles que não se sobressaíam nem pela positiva nem pela negativa, dificultava nos muito porque não os conseguíamos distinguir uns dos outros. Esta prática de avaliação formativa foi aplicada desde o início do EP, contudo não a transmitíamos para os alunos. Após reflexão com o NE e com a professora orientadora decidimos começar a passar essa informação aos alunos a meio de cada UD. Isto trouxe nos aspetos muito positivos uma vez que os alunos começaram a ter uma melhor noção do que estavam a fazer bem e quais os aspetos ainda a melhorar. Desta forma fez com que o

empenho nas aulas aumentasse e todo o processo de ensino aprendizagem evoluísse significativamente.

Com esta transmissão mais recorrente da avaliação formativa para os alunos, permitiu nos desenvolver em simultâneo outra dimensão que foi a do feedback. Passámos a transmitir muito mais feedback aos alunos sobre as suas prestações durante a aula e mais facilmente perceber todo o seu processo evolutivo ao longo de cada unidade didática. Podemos ainda constatar que os alunos no processo de auto avaliação realizado no final de cada unidade didática começaram a aproximar se das notas atribuídas, o que mostrou que os alunos começaram a ter mais noção do seu desempenho e atitude durante as aulas.

Avaliação Sumativa

Segundo o Decreto-Lei nº139/2012, de 5 de julho, a avaliação sumativa é entendida como a formulação de um juízo global sobre a aprendizagem feita pelos alunos, em que os objetivos são a classificação e a certificação. Nobre (2015) afirma que este tipo de avaliação disponibiliza informação determinante para o professor averiguar se os objetivos finais que estavam previstos foram alcançados de forma positiva ou negativa, tendo em conta o produto final.

Esta avaliação foi realizada nas últimas duas aulas de cada unidade didática onde o aluno demonstrou toda a sua evolução desde a avaliação formativa inicial. A sequenciação de conteúdos ia sofrendo alterações consoante o cumprimento dos objetivos definidos e das estratégias desenvolvidas.

Depois da avaliação sumativa é feita uma reflexão dos resultados obtidos, e a partir daí, construímos uma análise crítica de todo o processo efetuado, definindo que estratégias poderíamos ter utilizado para melhorar certos aspetos e conseqüentemente melhorar o processo de ensino-aprendizagem.

A professora orientadora deu-nos uma ajuda essencial, facultando-nos o instrumento avaliativo para registarmos os dados o que nos facilitou bastante o trabalho. Este já apresentava uma estrutura organizada e os cálculos eram todos realizados de forma automática. Desta forma a comparação dos dados foi facilitada. Na fase inicial do estágio as avaliações eram realizadas em conjunto com a professora orientadora, mas a partir da segunda unidade didática já nos foi concedida autonomia para assumirmos essa responsabilidade.

Autoavaliação

A autoavaliação é um procedimento fulcral no processo de ensino aprendizagem e vai ter um papel fundamental no próprio processo de desenvolvimento do aluno. Segundo Nobre (2015) este processo requer um momento de reflexão e de autoanálise crítica individual sobre o seu desempenho, permitindo “a formação de uma consciência de aprendizagem ao aluno e uma aprendizagem única do próprio ato de avaliar”.

Durante o ano letivo os alunos realizaram vários momentos de autoavaliação, nomeadamente no final de cada unidade didática. Os alunos tinham que preencher um formulário que foi inserido pela professora orientadora e aprovado pelo GDEF na plataforma *Google Forms* (anexo 10). Neste momento os alunos fazem uma reflexão sobre o seu desempenho, as suas atitudes, e as suas apreciações sobre a matéria e da prestação do professor durante a unidade didática.

Depois de fazer a análise das informações recebidas, é de salientar o espírito crítico dos alunos, em que a grande maioria tiveram uma perceção coincidente com as dos professores estagiários, contudo ainda existia um grupo de alunos que considerava a sua prestação ligeiramente superior à realidade e não correspondia à nota que lhe era atribuída no final da unidade didática. Por fim colocávamos os dados da autoavaliação em conjunto com os da avaliação sumativa e estes eram enviados através do *Classroom* de forma individual para cada aluno ver apenas a sua autoavaliação e nota atribuída. Desta forma foi possível estimular um momento reflexivo para que os alunos evoluíssem no espírito crítico e na perceção daquilo que fizeram ao longo de cada UD.

Coadjuvação no ensino básico

Durante o EP foi-nos proposto a intervenção noutra ciclo de ensino. Tendo em conta que a escola onde estávamos a realizar essa intervenção pedagógica apenas era possível lecionar ensino secundário, tivemos que ir a outra escola para poder realizar esta tarefa presente no Guia de Estágio. Por esta razão, fomos cumprir esta exigência na Escola Básica dos 2.º e 3.º ciclos Dra. Maria Alice Gouveia, a uma turma do 6ºano, na qual foram lecionadas um conjunto de quatro aulas constituintes dos módulos de voleibol e ginástica. Foi-nos dada a possibilidade de poder comparar as diferentes realidades entre o ensino básico e secundário.

Inicialmente, a proposta do professor para a aula de voleibol foi para que preparássemos uma aula com os elementos técnicos do passe, manchete e serviço e finalizar com situação de jogo 2x2. Procurei planejar a aula com exercícios introdutórios para os elementos técnico anteriormente referidos e explicar da forma mais simples e objetiva possível a execução dos mesmos. Sendo que o primeiro contacto com a turma foi nessa primeira aula, não existia qualquer conhecimento sobre os alunos e o seu nível de desempenho. Isto fez com que se tornasse bastante desafiante preparar a aula para que esta fosse bem-sucedida.

Após a primeira aula foi possível analisar as competências dos alunos na matéria bem como uma análise geral das características da turma. De realçar as diferenças claras na dimensão da disciplina entre uma turma do ensino básico com a do secundário. Contudo a turma mostrou-se sempre bastante empenhada na realização dos exercícios, com o comportamento a ser o adequado. Para além do planeamento da aula outro dos maiores desafios foi conseguir motivar alguns alunos que eram um pouco mais envergonhados e não gostavam da modalidade de voleibol.

Na segunda aula, devido ao facto de estarmos em final de período, foi feita a avaliação a ginástica por parte do professor responsável pela turma. Para essa aula apenas preparei a fase inicial com alguns jogos lúdicos como forma de aquecimento, onde facilmente consegui que os alunos estivessem empenhados e bastante felizes na aula devido à sua idade, este tipo de jogos gera sempre muita euforia e por vezes é necessário um maior controlo sobre a turma. Depois do aquecimento tive a oportunidade de observar como o professor responsável organizou a turma e de que forma preparou o circuito para os diferentes elementos de avaliação. A turma manteve sempre um comportamento excelente durante todo o momento de avaliação.

Esta experiência foi bastante enriquecedora uma vez que me permitiu ter contacto com um contexto completamente distinto daquele que estava inserido o que me fez desenvolver novas habilidades como futuro profissional nesta área.

Área 2- Organização e Gestão Escolar

Com o intuito de complementar a nossa experiência de EP, foi-nos proposto a oportunidade de assessorar um cargo escolar, podendo optar por fazer assessoria ao Diretor de Turma ou ao Coordenador do Desporto Escolar.

Depois de reunirmos com os vários professores que nos foram esclarecendo as dúvidas e dando a suas opiniões sobre esta área, optamos por assessorar o cargo de Grupo-Equipa do Desporto Escolar, referente à modalidade de futsal.

A responsável pelo grupo-equipa do desporto escolar de futsal, desde início se mostrou bastante acessível para nos guiar e auxiliar nesta tarefa, apresentando domínios e competências sobre a modalidade e o cargo de coordenador do desporto escolar, as tarefas de acompanhamento a desenvolver, as rotinas que já estavam implementadas e quais os materiais que deveríamos utilizar. Durante o ano letivo a professora deu-nos liberdade e autonomia para assumirmos alguns dos treinos, o que foi bastante importante porque, deu-nos possibilidade de interagirmos mais com os alunos e criar uma melhor relação com o grupo-equipa.

Numa primeira fase participamos de forma muito ativa no processo de inscrição dos alunos na plataforma do desporto escolar e tentámos ainda promover a modalidade para que mais alunos se juntassem ao grupo já formado. Ao nível prático, observámos e analisámos os treinos todas as semanas, e fomos acompanhar a professora responsável e os alunos em três torneios realizados em escolas distintas.

Durante o ano letivo fomos inseridos em algumas atividades onde exercemos funções responsáveis pelo grupo-equipa e tivemos possibilidade de acompanhar e colaborar na organização e gestão das mesmas. As atividades foram: jogos com outras escolas, torneio inter-turmas e a Semana da Educação Física e Desporto onde foram realizados torneios de quadras de voleibol; 4x4 basquetebol; 7x7 andebol; 5x5 futsal e o corta-mato escolar.

Todo este processo e envolvimento que tivemos nesta área, permitiu nos evoluir bastante como profissionais. Foi possível interagir com realidades diferentes, exercer outros tipos de funções. Este cargo foi uma experiência enriquecedora, permitiu o contacto com outros alunos fora das nossas turmas e também com outros professores. No 1º período apenas um pequeno grupo de alunos cumpria com as presenças em todos os treinos, sendo que quase todas as semanas tínhamos alunos novos a querer treinar também. No final do 2º período já conseguimos

umentar o número regular de alunos nos treinos o que fez com que estes também tivessem mais qualidade e os alunos mostravam se muito mais motivados.

Um dos nossos maiores desafios foi o facto de existirem alunos com medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão o que fez com que tivéssemos que arranjar estratégias para estabelecer uma comunicação de professor-aluno e aluno-professor. Estas estratégias passaram por ficar mais perto destes alunos e explicar de forma mais pausada e individualmente, o que pretendíamos fazer em cada exercício.

Concluindo, este cargo permitiu-nos entender e interagir com outras realidades que não estávamos habituados, perceber a interação e dinâmica que existe entre todos os envolventes e ter uma melhor noção de todas as funções que este cargo assume.

Área 3- Projetos e Parcerias Educativas

Nesta área, o que nos foi pedido fazer foi desenvolver dois projetos educativos e curriculares no âmbito da disciplina de EF, de modo a integrar o Plano Anual de Atividades da Escola Secundária de Avelar Brotero. Como núcleo de estágio esta área permitiu-nos adquirir competências e conhecimentos relativos à organização de eventos desportivos, e perceber o funcionamento ao nível da gestão e organização destas atividades que foram realizadas ao longo do ano letivo.

As atividades desenvolvidas foram o “Corta-mato Escolar 2021/2022” que foi realizado no final do 1º período e o “Allympics” que foi o nosso projeto que decorreu durante o 2º período, onde incluía todos os alunos da escola e foram realizados no espaço da mesma.

Corta-Mato Escolar

Esta atividade foi a primeira a ser realizada, organizada pelo NEEF, onde nos podemos ajudar a compreender todos os métodos necessários para a realização da mesma. As tarefas que nos foram atribuídas envolveram a elaboração do cartaz do evento, as fichas de inscrições, o caderno de juizes, os dorsais, os prémios, a definição dos percursos, os contactos com as entidades colaborativas (Cruz vermelha, Câmara Municipal de Coimbra, entre outras).

Esta atividade foi realizada no dia 15 de dezembro de 2021 na ESAB, e teve a participação de 57 alunos, sendo que 6 eram do sexo feminino e 51 do sexo masculino, pertencentes a turmas dos 10º ao 12º anos escolares. O objetivo desta atividade foi promover o convívio entre todos

os alunos da escola, o incentivo à prática de atividade física, desenvolver o espírito competitivo dos atletas e promover o espírito de ajuda e inclusão. A realização do evento foi feita ao ar livre, no ceio da ESAB, o que proporcionou o convívio entre todos os envolvidos da comunidade escolar e foi possível desenvolver um ambiente bastante agradável durante toda a manhã.

De salientar que apesar de a atividade estar ao encargo do NEEF, todos os restantes professores do departamento de EF ajudaram bastante para o sucesso do evento, tendo sido possível assegurar todas as funções necessárias para garantir a segurança e o controlo de todos os participantes. Fazendo um balanço final, consideramos que a atividade correu muito bem e todos os objetivos foram cumpridos com sucesso.

Allympics

O segundo projeto elaborado pelo NEEF foi o *Allympics*, no dia 28 de fevereiro de 2022. Este evento foi centrado na realização de uma atividade adaptada, onde definimos duas modalidades que foram o voleibol sentado (modalidade paralímpica) e um jogo tradicional francês denominado petanca. As duas atividades foram realizadas em simultâneo no Polidesportivo I e II, no ginásio e no auditório exterior.

Este projeto pretendeu mobilizar os três grandes Valores Olímpicos: Excelência, Respeito e Amizade, que estão implícitos nos objetivos sociais da Agenda de 2030 de Desenvolvimento sustentável. O NEEF teve ainda a colaboração do Núcleo de Estagiário de Espanhol (NEE) e do Núcleo de Estágio de Português (NEP) na gestão deste evento.

A realização do *Allympics* foi com a ideia incluir todos os alunos da escola, e pensado principalmente para a integração de alunos com necessidades educativas especiais, tendo estes sido convidados a participar no evento, podendo escolher entre fazer a atividade ou de realizar o cartaz do evento. Contudo não se mostraram recetivos para nenhuma das opções referidas anteriormente.

Apesar disso, o projeto cumpriu com todos os objetivos previamente definidos e foi elogiado e reconhecido por todos as pessoas envolvidas, em especial aos alunos participantes deste evento. O facto de não termos colocado nenhum quadro competitivo fez com que o jogo se tornasse muito mais colaborativo e todos os alunos tiveram um papel ativo nas suas equipas, transmitindo também um grande valor de *fair play*. Na modalidade do voleibol sentado utilizamos diferentes tipos de bolas para proporcionar diferentes experiências, e os alunos tomaram consciência da dificuldade do desporto adaptado. No caso do jogo de petanca

utilizamos dois *kits* distintos, sendo que um deles era com bolas de plástico e outro com bolas de chumbo.

Concluindo, acreditamos que os desenvolvimentos destas atividades permitiram a aquisição de competências e conhecimentos relativos à organização de eventos desportivos, bem como a compreensão do processo de organização e planificação das atividades realizadas ao longo de todo o ano letivo.

Área 4- Atitude ético-profissional

A ética profissional é uma das dimensões fulcrais para a nossa profissão de docente, e constitui uma dimensão transversal à dimensão de intervenção pedagógica tendo uma influência bastante acentuada no desenvolvimento do agir profissional do futuro docente, bem como na transmissão dos seus valores éticos e morais e na construção da sua profissionalidade. Todos os comportamentos que o professor adota vai ser fator fulcral para a sua reputação e credibilidade na sua profissão assumindo uma grande importância nos modelos incutidos aos seus alunos e na sociedade.

Desta forma, ao longo do EP esta área foi muito explorada, como professores estagiários e futuros profissionais na área procurámos construir a nossa própria identidade baseada em diversos princípios fundamentais como a disciplina, o respeito, a educação, dedicação, responsabilidade e compromisso. Desde o início do ano letivo demonstramos sempre uma postura pontual, assídua, exigente e respeitadora com o intuito de transmitir aos alunos esses valores para que eles pudessem evoluir enquanto pessoas não só dentro do ambiente da escola mas também na sociedade lá fora. O nosso objetivo foi conseguir transmitir o nosso conhecimento e valores para instruir os alunos de forma a estarem preparados para viver num ambiente social.

Aplicámo-nos em conseguir fornecer um ensino de qualidade para que todo o processo de ensino aprendizagem fosse o melhor para os alunos, primando pela diferenciação pedagógica e onde todos pudessem sair bem-sucedidos. Estivemos sempre disponíveis para melhorar as suas qualidades e esclarecer todas as dúvidas tanto durante a aula como fora dela. Tivemos disponíveis também de forma online através da plataforma *classroom*, fora do horário das aulas ajudamos os alunos nas coreografias de ginástica e dança.

Um dos processos que nos deu mais bagagem no que diz respeito à aprendizagem do processo de intervenção pedagógica foi a observação das aulas, tanto dos nossos colegas do

NE, como dos colegas de outros núcleos que tivemos oportunidade de poder observar. Possibilitou a análise e a compreensão dos diversos métodos e formas de intervenção, tendo em conta sempre os valores essenciais para que os alunos se formassem como indivíduos ativos e integrantes na sociedade atual. Para além dos nos colegas de outros estágios, fomos privilegiados por poder observar professores de EF mais experientes na nossa escola, em matérias que também abordámos o que nos permitiu ter uma melhor noção de como as poderíamos lecionar.

Não deixar de referir, todo o trabalho colaborativo desenvolvido pelo NE, onde a entreaajuda e cooperação foram palavras-chave para a realização de todas as tarefas propostas ao longo do ano letivo, bem como todas as reflexões conjuntas das aulas de todos para podermos corrigir aquilo que tínhamos feito de errado. Desta forma conseguimos evoluir bastante tanto na área da observação como na área da intervenção pedagógica e na qualidade de todo o processo de ensino aprendizagem.

No que diz respeito à autoformação tivemos possibilidade de participar ativamente em 4 eventos para complementar a nossa formação. Esses eventos foram desenvolvidos pela FCDEF em parceria com outras identidades: “Concurso para Professor”, “Normas de Referência Bibliográfica”, “Programa Educação Olímpica” (Anexo 16) e “XI Fórum Internacional das Ciências da Educação Física” (Anexo 15). Estes eventos apresentaram uma variedade enorme de conhecimentos que nos permitiram evoluir tanto na qualidade da nossa intervenção e prática pedagógica como também como futuros profissionais nesta área.

Concluindo, enquanto professores estagiários, assumimos o papel com grande sentido de responsabilidade, sempre com o intuito de evoluir e procurar melhorar o processo de ensino-aprendizagem dos alunos e mostrando-nos sempre recetivos para aprender com todas as pessoas inseridas na comunidade escolar, construindo relações de respeito, valores e amizade com eles e com os nossos alunos.

Capítulo III- Tema Problema

A influência da modalidade na percepção da disciplina e no desempenho do professor

The influence of modality on the perception of the subject and teacher performance

Ricardo Palmeirão Gomes

Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

Elsa Ribeiro Silva

Coimbra, Portugal

Resumo:

Este estudo tem como objetivo perceber a influência que a modalidade tem na percepção dos alunos e de que forma o desempenho do professor pode estar relacionado. O estudo foi realizado ao longo do ano, tendo sido escolhidos três modalidades distintas: Ténis (1º Período); *Pickleball* (2º Período); Futsal (3º Período).

Este estudo foi baseado numa metodologia qualitativa, com perguntas abertas aos participantes. As questões abordadas neste sentido foram a partilha de experiências vividas e sentimentos nas diferentes Unidades Didáticas e a apreciação sobre o trabalho realizado pelo professor durante a lecionação das mesmas. A amostra foi composta por 28 alunos da turma do 12º1C da Escola Secundária de Avelar Brotero. Os resultados demonstram que os alunos conseguiram desenvolver um espírito crítico e uma opinião mais fundamentada sobre cada uma das perguntas nas autoavaliações ao longo de todo o ano letivo. De salientar que a maioria se sentiu bem em todas as unidades didáticas e que o seu processo de evolução foi gradual, graças ao seu esforço e empenho e reconhecendo o bom trabalho realizado pelo professor ao longo do ano letivo.

Palavras-Chave: Percepção; Desempenho; Disciplina

Abstract

This study aims to understand the influence that the modality has on students' perceptions and how the teacher's performance may be related. The study was conducted throughout the year, and three different sports were chosen: Tennis (1st period); Pickleball (2nd period); Futsal (3rd period).

This study was based on a qualitative methodology, with open questions to the participants. The questions addressed in this sense were the sharing of lived experiences and feelings in the different Teaching Units and the appreciation about the work done by the teacher during their teaching. The sample was composed of 28 students from the class of 12°1C of the Avelar Brotero Secondary School. The results show that students first managed to develop a critical spirit and a more reasoned opinion about each of the questions in the self-assessments throughout the school year. It should be noted that the majority felt good in all the teaching units and that their evolution process was gradual, thanks to their effort and commitment and recognizing the good work done by the teacher throughout the school year.

Keywords: Perception; Performance;

Introdução

O professor de Educação Física ao dar entrada nesta carreira de docente vai ser sujeito a momentos de grande importância onde as tomadas de decisões, o choque entre realidades distintas e todo o seu processo de evolução, capacidade de adaptação e exigência de aquisição de competências profissionais vão estar em constante julgamento (Farias & Nascimento, 2012). Neste estudo vai ser possível perceber de que forma os alunos sentem que o trabalho do professor influencia positiva ou negativamente a sua evolução ao longo das diferentes unidades didáticas tendo em conta os métodos de ensino utilizados.

Catalyud (2018) afirmam que a formação em processos de autoavaliação é, da maior importância para a melhoria das práticas educativas. O cenário educacional incerto e em constante mudança está cada vez mais a precisar de competência autoavaliadora. Esta competência é fundamental para o desenvolvimento e melhoria tanto profissional como pessoal. Neste estudo, para além de querermos perceber como os alunos se sentem nas diferentes unidades didáticas e de que o desempenho do professor influenciou no seu processo de aprendizagem, também conseguimos detetar a forma como os alunos ao longo do ano conseguem desenvolver e fundamentar muito mais a sua opinião e o seu espírito crítico sobre estes dois temas, conseguindo fazer com que estes cresçam tanto ao nível das habilidades motoras mas também na sua capacidade reflexiva sobre o seu desempenho.

Este estudo é realizado a partir da análise de conteúdo presente nas respostas dos alunos. Bardin (2009), afirma que o desenho de investigação da análise de conteúdo está dividido em cinco polos sequenciais, que são: A determinação dos objetivos da análise de conteúdo; a pré-análise; a análise do material estudado; a avaliação da fiabilidade e da validade dos dados; a análise e interpretação dos resultados. Sendo que o último objetivo de qualquer análise de conteúdo é conseguir produzir inferências válidas e reprodutíveis a partir das respostas analisadas.

A seleção da unidade de análise é definida tanto pelos objetivos do investigador como pelo material analisado. Desta forma a unidade de análise é referida como a mais pequena unidade de significação. Gauthier (2003) Desta forma vamos incidir na perceção dos alunos face às diferentes unidades didáticas e no desempenho do professor.

Objetivo do estudo

Este estudo tem como objetivo perceber como os alunos se sentem no final de cada unidade didática analisada, relacionando com a opinião dos mesmos na minha prestação como professor.

Metodologia

Participantes

Neste estudo participaram 28 alunos (25 alunos do sexo feminino e 3 do sexo masculino) da turma do 12º1C da Escola Secundária de Avelar Brotero com uma média de idades de 17 anos. De salientar que todos os alunos preencheram os questionários de autoavaliação no decorrer do ano letivo tendo revelado um nível de compromisso e responsabilidade bastante positivo.

Instrumentos

O instrumento de recolha utilizado foi um questionário realizado na plataforma *Google Forms*, já pré definido e facultado pela professora orientadora. Tinham duas questões de resposta aberta: “Partilha a tua experiência nesta Unidade de ensino” e “Faz uma apreciação ao trabalho desenvolvido pelo professor nesta Unidade de Ensino”. Este questionário de autoavaliação era realizado sempre no fim de cada unidade didática. . Para este estudo o foco está na análise do conteúdo das questões abertas.

Procedimentos

Os dados foram recolhidos na plataforma Google Forms, onde será retirado a informação das questões acima referidas e realizada uma análise de conteúdo no que diz respeito aos temas da perceção e sentimentos dos alunos face às diferentes unidades didáticas e no desempenho do professor.

Análise dos Resultados

Unidade Didática de Ténis

No que diz respeito à percepção dos alunos nesta unidade didática podemos retirar que 15 dos 28 alunos gostaram da modalidade e acharam-na divertida. *“achei o ténis uma modalidade bastante divertida, e as aulas (mesmo as de 2 horas) passavam rápido”, “Esta unidade de ensino foi bastante divertida e envolvente, as aulas eram ativas e produtivas”.*

Sentiram que evoluíram na execução dos gestos técnicos e na situação de jogo, conseguindo tirar proveito das aulas. *“Gosto bastante da modalidade de ténis e penso que consegui evoluir bastante na execução dos gestos técnicos e na situação de jogo.”*

Transmitiram sentimentos de felicidade e de motivação por terem sentido essa mesma evolução no decorrer da unidade didática. De realçar que 8 alunos nunca tinham praticado esta modalidade e que, apesar das dificuldades iniciais, conseguiram aprender as técnicas, evoluir e acima de tudo divertiram-se na prática. Apenas um aluno disse que não gostou da modalidade. *“Foi uma experiência nova pois nunca tinha experimentado esta modalidade e gostei., “Gostei bastante, nunca tinha praticado”*,

No que diz respeito à apreciação do trabalho do professor nesta unidade didática, a resposta foi unânime, dando como positiva a prestação do mesmo. Salientaram o facto de o professor manter sempre um bom ambiente de aula, procurando corrigir os erros ou clarificar dúvidas que pudessem surgir na execução dos exercícios, demonstrar corretamente todos os exercícios pretendidos. *“ professor esteve muito bem, pois foi exemplificando cada exercício que era para fazer, e dizia-nos qualquer coisa, sempre que achasse que nós poderíamos fazer melhor.”*, *“Considero que o professor fez um bom trabalho nesta unidade de ensino pois realizou vários exercícios diferentes e dinâmicos que nos fizeram melhorar na modalidade.”*, *Nesta Unidade de Ensino, o Professor, desempenhou um ótimo trabalho, ajudando e fazendo ajustes aos erros cometidos pelos alunos, sempre que via necessário.”*, *“O professor foi bastante prestável e esclarecedor, sempre disposto a ajudar quando precisava e explicar-me qualquer coisa que não tinha percebido.”*

Unidade Didática de Pickleball

Nesta unidade didática a percepção dos alunos foi um pouco distinta porque foi novidade para todos e inclusive para o professor. Contudo, os alunos mostraram-se bastante surpreendidos pela positiva, sendo que todos consideraram que a modalidade foi bastante divertida e sentiram uma grande evolução no decorrer da mesma. Um dos alunos referiu que *“no início*

achei que era um jogo muito parado, mas à medida que as aulas foram avançando comecei a gostar.”, Demonstrando que o jogo tornou se cada vez mais dinâmico e interessante no decorrer das aulas. A opinião dos alunos foi bastante unânime em como se sentiram nesta unidade didática: “Nunca tinha ouvido falar desta unidade de ensino e surpreendeu me bastante dado que quando os jogos são dinâmicos torna se muito divertido e competitivo.”, “Nunca pensei que Pickleball seria uma modalidade da qual gostasse tanto. Acho que em geral toda a turma se empenhou e adorou a modalidade.”, “Foi bastante interessante e desafiante uma vez que a complexidade dos gestos técnicos foi aumentando gradualmente”.

No que concerne ao tema da apreciação do trabalho desenvolvido pelo professor, mais uma vez a resposta foi unânime, dando notas bastante positivas sobre a prestação do mesmo. Nesta unidade didática salientaram, a forma estratégica como as aulas estavam organizadas e a sua sequência, boa explicação dos conteúdos técnicos e táticos, o esclarecimento de todas as dúvidas que pudessem surgir assim como a correção dos erros cometidos por parte dos alunos. *“Achei bem feito o planeamento dos exercícios para cada aula, desde o início. Ajudou-me imenso termos começado com o essencial do pickleball, o jogo em dink, pois, mais tarde, quando competimos entre nós, consegui conciliar os novos gestos que tinha aprendido com uma técnica vantajosa e aperceber-me de como executar um jogo fluído e proveitoso para a mim.”, “O professor realizou um excelente trabalho na forma como planeou as aulas, tanto os exercícios, como a dinâmica em situação de jogo, o que fez com que todos ganhassem muito interesse na modalidade e se esforçassem ao máximo.”, “Acho que o professor conseguiu desenvolver um plano de trabalho que proporcionou tempo suficiente a cada técnica e aspeto do jogo, aproveitando para salientar os nossos maiores problemas”.*

De salientar que cinco alunos referiram que o professor transmitia mais *feedback* durante as aulas o que demonstra uma evolução por parte do professor nesse aspeto comparativamente ao primeiro período. *“Achei que o professor esteve muito bem, ao tentar motivar-nos e pelo feedback. Gostei de que, mesmo que não esteja fisicamente capacitado para exemplificar certos movimentos, ainda assim o foi fazendo. Mostra muito o esforço da sua parte.”, “Corrigiu os nossos erros sempre que detetava algum. Deu feedback para que pudéssemos melhorar e motivou-nos a gostar de uma modalidade desconhecida e fora do comum como pickleball.”, “Considero que o professor explicou corretamente tudo o que precisávamos de saber nesta unidade de ensino e conseguiu dar sempre feedback para nós evoluirmos!”*,

Unidade Didática de Futsal

Nesta unidade didática a percepção dos alunos foi bastante distinta das anteriores, uma vez que é uma modalidade que nove alunos admitiram que não gostavam. Contudo, o esforço e o empenho foram palavras bastante utilizadas nas suas respostas para combaterem as dificuldades face a esta UD. *“Não gostei muito desta unidade didática mas tentei esforçar me, “Não é das minhas modalidades favoritas nem das que tenho um melhor desempenho mas esforço me bastante para dar o meu melhor.”, “Apesar de não gostar de Futsal, ainda consegui-me divertir e empenhar nos jogos e outras atividades propostas pelo professor.”.*

Sentiram que houve uma maior exigência a nível físico, tendo considerado como *“a modalidade mais cansativa de todo o ano letivo”*. Salientaram também o espírito de ajuda dos melhores alunos na integração dos alunos com mais dificuldade na situação de jogo para que estes também tivessem sucesso. *“Achei uma unidade divertida e os meus colegas estiveram sempre dispostos a ajudar e houve muito bom trabalho de equipa”*

No que diz respeito à apreciação do trabalho desenvolvido pelo professor nesta unidade didática os alunos acharam que o professor fez um bom trabalho, conseguindo desenvolver estratégias para motivar os alunos para esta modalidade que não era do agrado de uma boa parte da turma. *“O trabalho desenvolvido foi muito bom, o professor teve um grande desafio porque, com a exceção de um ou outro, a turma não tem jeito para esta modalidade mas mesmo assim conseguiu ajudar toda a gente a corrigir os erros (que eram muitos) e a entender melhor como se joga futsal.”, “O professor realizou um excelente trabalho pois os exercícios que foi criando auxiliaram bastante ao nível do posicionamento no jogo, bem como defesa e ataque. As aulas foram bastante dinâmicas.”, “A forma como o professor desenvolveu esta unidade de ensino fez-me passar a gostar de futsal. Isto não aconteceu só com esta modalidade, mas com a disciplina de educação física em si.”, “ professor dinamizou bem as aulas nesta unidade de ensino e motivou-nos sempre para que dessemos o nosso melhor, contribuindo, então, para o sucesso de todos.”.*

Os alunos referiram ainda que o professor procurou sempre motivá-los para que melhorassem os seus desempenhos durante as aulas. Mais uma vez o feedback dado durante as aulas foi alvo de menção também nos comentários de vários alunos, demonstrando uma presença cada

vez mais ativa no decorrer das aulas. *“O professor motivou-me bastante fazendo com que o meu empenho em aula melhorasse assim como toda a minha técnica e gosto pela modalidade.”*, *“O professor está continuamente a dar nos indicações para pudermos melhorar o nosso desempenho e sempre muito atento a todos os alunos.”*, *“O professor esteve sempre disposto a ajudar e a tirar dúvidas e a dar feedback de modo a que pudessemos melhorar.”*

Conclusão

Fazendo uma análise da perceção dos alunos e a forma como se sentiram nas unidades didáticas em questão podemos concluir que, no início do ano letivo, face ao pouco desenvolvimento na relação professor-aluno, as respostas dadas pelos mesmos eram um pouco sucintas e com conteúdo reduzido que pudesse ser alvo de uma análise mais minuciosa. As respostas dadas à prestação do professor nesta primeira unidade didática também foram um pouco distintas das restantes uma vez que os colegas estagiários ainda intervinham na aula para ajudar a corrigir os alunos em algum gesto técnico mal executado, o que os levou a refletirem um pouco mais nos professores estagiários do que apenas no professor responsável pela turma. Desta forma a relação entre as duas questões analisadas esteve bem presente uma vez que os alunos sentiram que tinham bastante apoio tanto na correção dos erros como no esclarecimento de dúvidas dado que todos os professores estagiários poderiam intervir. Não podendo deixar de referir que o gosto pela modalidade e a alegria nas aulas foi também alvo de comentário por grande parte dos alunos, como podemos comprovar nas afirmações referidas na análise de resultados.

No que diz respeito à análise da modalidade de *pickleball* lecionada no 2º período, a perceção dos alunos face a esta modalidade, numa fase inicial, foi de estranheza uma vez que nunca tinham ouvido falar. Para o professor também foi algo novo o que exigiu uma aquisição de conhecimentos prévia para depois poder transmitir da melhor maneira toda a informação para os alunos. Com as respostas dadas pelos alunos podemos perceber que acabaram por gostar bastante da modalidade, conseguindo desenvolver bem todos os conteúdos técnicos e táticos oferecendo uma boa dinâmica de aula. Sentiram se felizes por conseguirem notar a rápida evolução nesta modalidade bem como fomentar o espírito de equipa (jogos eram realizados sempre 2x2), bem como o nível de competição, o que consequentemente fez aumentar o esforço, o empenho e a dedicação em todas as aulas tal como referiam nas suas respostas de autoavaliação. No que diz respeito ao trabalho desenvolvido pelo professor, também foi

salientado a sua capacidade de explicação dos conteúdos e envolvimento na aula, mostrando-se mais ativo e transmitindo mais *feedback*. Uma vez mais podemos relacionar a percepção dos alunos da modalidade, tendo em conta a prestação do professor, uma vez que os alunos se sentiram bastante concretizados com tudo o que aprenderam nesta unidade didática, dado o bom trabalho realizado pelo professor. Desta forma foi possível criar um processo de ensino-aprendizagem benéfico para todos, em que o bom clima de aula foi essencial para a evolução dos alunos e também para a relação professor-aluno.

Por fim, na unidade didática de futsal boa parte da turma admitiu que não gostava. Contudo afirmaram que se esforçaram e dedicaram para que pudessem evoluir o máximo e superar as grandes dificuldades que sentiam tanto a nível técnico como tático. Os alunos também referiram que foi a unidade didática que lhes exigiu mais esforço a nível físico dificultando ainda mais o trabalho do professor para que conseguisse criar boas dinâmicas de aula e manter os alunos motivados. Contudo, quando analisadas as respostas à prestação do professor, os alunos sentiram que o professor procurou sempre motivá-los para esta unidade didática, criando exercícios bastante variados, transmitindo bastante *feedback*, ser paciente com todos os alunos que tinham mais dificuldades, ir corrigindo os erros e esclarecer dúvidas sobre as regras do jogo. Sendo esta a área do professor também facilitou no desenvolvimento de toda esta unidade didática, uma vez que a transmissão de conhecimentos era feita de forma breve e clara o que ajudou bastante para a evolução de todos os alunos. A relação entre as duas questões que se propôs analisar, uma vez mais, apresentam excelente sincronia, uma vez que, mesmo não sendo a modalidade preferida de grande parte dos alunos, foi possível promover o processo de ensino-aprendizagem excelente, onde os alunos se mantiveram empenhados e motivados para realizar todas as aulas, tendo contribuído como fator principal a relação professor-aluno que foi muito bem desenvolvida ao longo do ano letivo e permitiu nesta fase final assegurar boas dinâmicas em todas as aulas.

Bibliografia

Bardin, L. (2009). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Calatayud Salom, M.A. (2018). La autuevaluación. Una propuesta formativa e inovadora, *Revista Ibero-americana de Educação*, vol. 72, nº 2, pp 135-152, ISSN 1022-6508

Dionísio, J. & Onofre, M. (2008). Problemas da prática pedagógica em Educação Física: Estudo da relação entre as percepções dos alunos e dos professores. In M. Onofre (ED.), *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação nº 33*. Sociedade Portuguesa de Educação Física, 95-108.

Gauthier, B. (Dir.) (2003). *Investigação Social: da Problemática à Colheita de Dados*. Loures: Lusociência, pp 345-372.

Considerações finais

Finalizado este estágio pedagógico, damos também por terminada a nossa formação académica. Foi o culminar de cinco anos de muita aprendizagem, de experiências vividas, de relações criadas com diversos colegas e professores. Este desafio final do estágio pedagógico foi sem dúvida o mais desafiante e exigente, obrigando-nos a superar um obstáculo diferente todas as semanas, mas que simultaneamente nos deu mais ferramentas para podermos evoluir tanto como profissionais na área como pessoas na sociedade.

Este estágio foi uma etapa fundamental na nossa formação profissional, onde tivemos oportunidade de vivenciar uma realidade distinta daquela que inicialmente tínhamos pensado encontrar quando entrámos para esta experiência. Ao longo do ano fomos adquirindo variadas competências e capacidades nas diferentes dimensões abordadas. Para isso foi preciso refletirmos bastante, discutir, debater ideias e partilhar experiências com os colegas do núcleo de estágio em conjunto com o GDEF e com a nossa professora orientadora para conseguirmos

responder aos desafios que nos foram aparecendo. A nossa capacidade de evolução, adaptação e aquisição de competências foram sem dúvida os aspetos que mais se desenvolveram.

Todo o NE considerou que este foi um ano bastante intensivo, onde os desafios foram constantes e que nos obrigou a batalhar e superar todas as dificuldades sentidas e com o sentimento de dever cumprido pois sentimos que acabamos este estágio com muito mais capacidade para poder exercer esta profissão com todo o rigor e responsabilidade que a acarreta.

Termino, dizendo que este relatório de estágio foi o agregado de toda a análise e reflexão sobre o meu trabalho realizado ao longo do ano, o que se mostrou fundamental para poder atingir o próximo nível, passando de aluno para professor. O estágio foi uma experiência única, que apesar de todos os altos e baixos, foi extremamente positivo e crucial para assim dar como finalizada a minha formação académica. É essencial que esta busca pelo conhecimento e autoformação continue sempre ativa para que nos tornemos futuros profissionais de excelência nesta área fundamental que é a Educação Física.

Bibliografia

Barreiros, J. (2016). Plano Nacional de formação de treinadores. Instituto português do desporto e juventude. Lisboa. Manual de curso de treinadores, Grau I, 9-15.

Bento, J. (1998). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte.

Bento, J. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física (3a Edição). Lisboa: Livros Horizonte.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. In. M. Onofre (Ed.), *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação n°10/11*. (pg.135-151) Sociedade Portuguesa de Educação Física.

Chen, W., Mason, S., Staniszewski, C., Upton, A., & Valley, M. (2012). Assessing the quality of teacher's teaching practices. *Educational Assessment, Evaluation and Accountability*. V. 24, n°1, 25-41.

Elliot, L. (2010). Building Educational Theory through Action Research. In S. Noffke, & B. Somekh (Eds.), *The SAGE handbook of Educational Action Research* (pp. 28-38). Sage Publications Ltd.

Fernandes, D. (2020). *Para a 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. 13-16

Fonseca, K. H. (2012). Investigação – Ação : Uma Metodologia Para a Prática e Reflexão Docente. *Revista Onis Ciência*, 16-31.

Haydt, C. (2008). Avaliação do processo ensino-aprendizagem. 6ª Edição. São Paulo: Editora Ática, 2008.

Haydt, R. C. (2001). *Curso de Didática Geral*. São Paulo: Editora Ática.

Mayer, C. & Costa, D. (2017). A relação professor e aluno. *Revista Maiêutica, Indaial*, v. 5 (1), 35-41.

Mesquita, I., & Rosado, A. (2009). O desafio pedagógico da interculturalidade no espaço da Educação Física. *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Morin, E. (1999). Os Sete Saberes para a Educação do Futuro. Horizontes Pedagógicos.

Nobre, P. (2015). Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: Conceções, Práticas e Usos [Universidade de Coimbra]. ProQuest Dissertations Publishing.

Pais, A. (2012). Fundamentos didatológicos para a construção de unidades curriculares integradas. *Da Investigação às Práticas*. Estudos de Natureza Educacional, 2 (2), 37-52.

Pièron, M. (2002). Algunas reflexiones sobre la investigación- acción colaboradora en la educación. *Revista electrónica de Enseñanza de las Ciencias*, 1 (1), 40-56.

Pièron, M. (2005). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. 144. INDE.

Ribeiro da Silva, E. M. (2020). Qualidade da Intervenção Pedagógica na Perspetiva do Professor e do Aluno. *Revista Practicum*, 2(2), 18-31.

Siedentop, D. (1983). *Physical Education; introductory analysis*. Dubuque: Brown.

Siedentop, D. (1998). *Aprende a ensinar la educación física*. Barcelona: INDE.

Decretos de Lei

Decreto-Lei nº 139/2012 (despacho normativo nº 24-A/2012), de 5 de julho; Cap.

III], Diário da República n.º 129/2012, Série I de 2012-07-05, páginas 3476 – 3491.

Decreto-lei nº 240/2001, de 30 de agosto. Diário da República, n.º 201/2001, Série I-A de 2001-08-30.

Decreto-Lei nº55/2018, Diário da República n.º 129/2018, Série I de 2018-07-06, páginas 2928 – 2943

Anexos

Anexo 1- Inventário do Material

ANDEBOL				
Material	Novo	Em uso	Dar Baixa	A Adquirir
Bolas	5	Nº total 39		
Bolas Kipsta nº3	3		-	-
Bolas Kipsta nº2	19			
Bolas X sports nº1	15			
Redes	2		-	-
ATLETISMO				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Blocos de partida	-	12	-	-
Pesos	-	20	-	-
	-	3 aprendiz	-	-
Discos	14	-	-	-
	-	9	-	-
Testemunhos	-	6 alumínio 9 madeira	-	-
Dardos	-	6	-	-

Barreiras	10	12 + 10	-	
Barreiras de aprendizagem	-	6		
Tábuas de barreira	-	8	-	-
Alisador de areia	-	1 <u>mau estado</u>	-	-
Tiras de madeira	-	22	-	-
Argolas apz. Lança/ disco	-	13	-	-
Caixas para salto em comprimento	-	2		
BADMINTON				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Raquetes	43	53		
Volantes	33 packs novos + 20 volantes			
Redes	-		-	-
Postes	-	12	-	-
Sacos de transporte de Badminton	10			
BASQUETEBOL				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Bolas	9	nº total 38		
		-	-	-
Marcador de 24 seg	2	-	-	-
Tabelas móveis	-	2	-	-
Tabelas fixas	-	8 + 4	-	-
CORFEBOL				

Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Postes	-	2	-	-
Bolas		2		
ESCALADA				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Mosquetões	-	10	-	-
Roldana simples	-	1	-	-
Maison Rapid	-	2	-	-
Arreata	-	1	-	-
Arnês	-	4	-	-
Capacete	-	1	-	-
Piton	-	11	-	-
Corda estática	-	1	-	-
Oito	-	1	-	-
FUTSAL				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Bolas	14	nº total33		
		-	-	-
Balizas	-	6	-	-
GINÁSTICA				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Colchões de queda	-	3	-	-

Colchões finos	-	17	-	-
Barra Fixa	-	1	-	-
Paralelas	-	1	-	-
Trave	-	2	-	-
Trave Iniciantes	-	1		
Plinto	-	1		-
Boque	-	2	-	-
Mesa Alemã	-	1	-	-
Cavalo	-	-	-	-
Cordas	11	24	-	-
Espaldares	-	7	-	-
Mini-trampolim	-	2	-	-
Duplo-mini	-	1	-	-
Trampolim Rewter	-	2	-	-
Colchão de rolo	-	2	-	-
Arcos	-	15	-	-
Patim / mover paralelas	-	2 Estragados	-	-
Bolas de rítmica	-	14	-	-
HÓQUEI EM CAMPO				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Tacos	-	8	-	-
NATAÇÃO				

Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Flutuadores	-	25	-	-
Pranchas	-	25	-	-
Flutu compridos (Tubos)		6		
Coletes		2		
VOLEIBOL				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Bolas	3 Voley soft	nº total 37	-	
	12 Voley V300	-	-	
	18 Voley Moove	-		
	14 bolas novas	-		
Varetas	-	2	-	-
Redes	-	8	-	-
Bandas	-	4	-	-
Cabo de aço	1	-	-	-
Postes simples	-	10	-	-
Poste completo	-	4	-	-
Esticadores de rede	-	6	-	-
TÊNIS				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Raquetes	20	50		

Raquetes mini-ténis	10	3	-	-
Bolas	120TB 64 110 TB - 35	75	9	-
Bolas de iniciação	50% - 28		-	-
Redes	-	2	-	-
Redes mini-ténis	-	8	-	-
Postes	-	12	-	-
Grips	8	-	-	-
DIVERSOS				
Material	Novo	Em uso	Dar baixa	A adquirir
Quadro branco	-	-	-	3
Marcadores de pontos	-	2	-	2
Apitos de mão	-	4	2	-
Apitos de sopro	-	7	-	-
Cones pequenos	-	19	-	-
Cones médios	-	13	-	-
Cones grandes	-	6	-	-
Cones gigantes	-	1	-	-
Cones (copos)	-	66	-	-
Bases	-	80	-	-
Bolas medicinais	-	7	-	-
Discos de praia	-	2	-	-
Redes de transporte	-	4	-	-

Sacos de transp. Bolas		4	-	-
Compressores	-	1		-
Bomba de ar manual	-	1	-	-
Agulhas p/ compressor	2	-	-	10
Bolas de borracha	-	6	-	-
Fita sinalizadora	-		-	-
Bola de Fitness	-	1	-	-
Coletes	Cor Amarela	18	-	6 x 10
	Cor Lar	10	-	
	Cor Verd	5 kipsta + 3 normais		
	Cor Azul Claro	10		
	Cor Azul Escura	5 kipsta		
Boccia	-	2 kits		
Quadro de Resultados Boccia	2	4		
Orientação	-	1 kit		
Discos de Equilíbrio	-	2		
Cordas	12	22		
TRX	-	2		
Bolas pequenas coloridas	-	11		
Halteres	-	2 de 3kg 2 de 4kg		
Râguebi	-	3		
Discos de Frisbee	14	-		

Anexo 2- Ficha Individual do Aluno

28/12/21, 15:56

FICHA INDIVIDUAL DO ALUNO- (2021/22)

FICHA INDIVIDUAL DO ALUNO- (2021/22)

Este inquérito destina-se ao conhecimento de cada aluno no que respeita às vivências escolares, familiares, desportivas.

Desde já agradeço a tua sincera colaboração

*Obrigatório

1. Email *

2. Marcar apenas uma oval.

Opção 1

1. IDENTIFICAÇÃO

3. Número do aluno *

4. Nome do aluno (completo) *

5. Nome pelo qual gostas de ser tratado/a (alcunha)

<https://docs.google.com/forms/d/1dGNPYYIqjwyMTAXGNQvcjThyLoBj5iF-6B74PR8gl1k/edit>

1/13

6. Ano: *

Marcar apenas uma oval.

10º

11º

12º

7. Turma (ex: 1A, 2A, 3B): *

8. Curso (designação) *

9. Número de processo (cartão da escola) *

10. Número do cartão de cidadão *

11. Validade do cartão de cidadão

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

12. Data de nascimento *

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

13. Morada *

14. Contacto telefónico: *

15. Altura (m): *

16. Peso (kg): *

2. SITUAÇÃO FAMILIAR

17. Nome do Pai *

18. Idade: *

19. Profissão *

20. Contacto telefónico: *

21. Nome da Mãe *

22. Idade: *

23. Profissão *

24. Contacto telefónico: *

25. Pessoas com quem vive (ex: pai, mãe, irmãos - 3) *

26. A que distância moras da Escola?

Marcar apenas uma oval.

- menos de 5 km
- 5 a 10 km
- 10 a 15 km
- mais de 15 km

27. Quantas horas costumas dormir diariamente?

Marcar apenas uma oval.

- 4 - 6 horas
- 7 - 9 horas

28. Tomas o Pequeno-almoço?

Marcar apenas uma oval.

- Sim
 Não
 Às vezes

29. Onde é que tomas o pequeno-almoço?

Marcar apenas uma oval.

- Na Escola
 Em Casa
 Outra: _____

3. ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO

30. Nome do Encarregado de Educação: (se for a mãe ou pai, pode colocar unicamente o parentesco) *

31. Endereço de Email do Encarregado de Educação: *

32. Grau de parentesco: *

4. PRÁTICA DESPORTIVA

33. Atualmente praticas alguma(s) modalidade(s) desportiva(s)? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim Avançar para a pergunta 34
- Não Avançar para a pergunta 39

Avançar para a pergunta 34

Se respondeu "Sim"

34. Qual/Quais? *

35. És federado(a)? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não Avançar para a pergunta 41

Prática Federada

36. Há quantos anos? *

37. Número de treinos por semana? *

38. Quantas horas por treino? *

Se respondeu "Não"

39. Já praticaste alguma(s) modalidade(s) desportiva(s)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não *Avançar para a pergunta 41*

Se respondeu "Sim"

40. Qual/Quais? *

SAÚDE / HÁBITOS DE HIGIENE

41. Tens algum problema de saúde que condicione a tua prática desportiva? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não *Avançar para a pergunta 43*

**Problemas
de saúde**

O aluno pode ser dispensado temporariamente das atividades de educação física por razões de saúde, devidamente comprovadas por atestado médico, que deve explicitar claramente as contra-indicações da atividade física. O aluno deve estar sempre presente no espaço onde decorre a aula de educação física.

42. De que forma, os teus problemas de saúde condicionam a prática? *

Risco Acrescido

43. És aluno com risco acrescido? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não *Avançar para a pergunta 45*

Risco Acrescido - Motivos

44. Qual ou quais os motivos *

Deve atestar-se a condição clínica do aluno, prevendo-se que estejam abrangidos os alunos em declarado risco acrescido e cujo afastamento da escola não seja prejudicial por outros fatores, não sendo obrigatório o recurso a este regime.

Higiene Pessoal

45. Tens por hábito realizar uma higiene pessoal após a aula de educação física? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

6. EDUCAÇÃO FÍSICA

46. Qual a classificação que obtiveste no ano transato (não aplicável nos cursos profissionais)? *

47. Gostas da disciplina de Educação Física *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

48. Justifica a tua resposta

49. Das seguintes modalidades, quais são aquelas que mais gostas? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não
Atletismo (corrida, saltos e lançamentos)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ginástica (solo, aparelhos, acrobática)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dança	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Badminton	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ténis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Basquetebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voleibol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Futebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Andebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Natação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

50. Para além das modalidades referidas, qual/quais gostarias de aprender/praticar na aula de educação física? *

51. Quais as expectativas que tens em relação às aulas de educação física? *

52. Quais as expectativas que tens em relação ao(à) professor(a) de educação física? *

53. O que é que o(a) professor(a) pode esperar de ti? *

Obrigada pela tua participação

4º ciclo (De 14 de Fevereiro até 5 de Abril) - 7 semanas

		2ª Feira					3ª Feira					4ª Feira					5ª Feira					6ª Feira				
		Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II
8:30	9:20	12 ¹⁰ B BMF 2	10 ²⁸ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ^{2A} B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 4	11 ^{2A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1		10 ³⁰ B BMF 3					10 ¹⁰ D BMF 2	10 ³⁰ B BMF 2	11 ^{2A} B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4	12 ^{3A} B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 4	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 3
9:30	10:20	12 ¹⁰ B BMF 2	10 ²⁸ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ^{2A} B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 4	11 ^{2A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 2				10 ¹⁰ D BMF 2	10 ³⁰ B BMF 2	11 ^{2A} B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4	12 ^{3A} B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 4	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 3
10:30	11:20	10 ¹⁰ D BMF 2	10 ³⁰ B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4	12 ^{3B} B BMF 3					12 ^{3A} B BMF 1					10 ³⁰ B BMF 2		11 ^{2A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ D BMF 4	12 ¹⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 1	12 ^{3B} B BMF 1	11 ²⁸ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 3
11:30	12:20		10 ³⁰ B BMF 3	12 ^{1A} B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4						12 ¹⁰ B BMF 1					12 ¹⁰ B BMF 2		11 ^{2A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ D BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 1	12 ^{3B} B BMF 1	11 ²⁸ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 3
12:30	13:20	11 ¹⁰ D BMF 2	11 ^{3A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ^{1A} B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 4					10 ¹⁰ B BMF 2					10 ³⁰ B BMF 3	12 ^{1A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ H BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 1	11 ³⁰ B BMF 3	10 ¹⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 1		
13:30	14:20	DE Vol BMF 2					DE GOLFE					DE Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1	DE-Vol BMF 2								DE-Vol BMF 2		DE-Bud BMF 1		DE GOLFE
14:30	15:20	10 ³⁰ B BMF 2		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ^{3A} B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ¹⁰ B BMF 2	DE Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1	DE-Vol BMF 2	DE-Put BMF 1		11 ³⁰ B BMF 2		11 ¹⁰ B BMF 3	10 ^{1A} B BMF 1	DE-Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1		DE-Bud BMF 1			
15:30	16:20	10 ³⁰ B BMF 2		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ^{3A} B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ¹⁰ B BMF 2				DE-Put BMF 1		11 ³⁰ B BMF 2	10 ²⁸ B BMF 4	11 ¹⁰ B BMF 3	10 ^{1A} B BMF 1							
16:30	17:20		10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 2				DE-Put BMF 1		11 ¹⁰ D BMF 2	10 ¹⁰ B BMF 4	11 ^{1A} B BMF 3	11 ³⁰ B BMF 1	11 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 2	
17:30	18:20		10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 2						11 ¹⁰ D BMF 3	10 ¹⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 1	11 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 2	

Legenda: Miranda, Debonada, Teresa, Cristina, Tadeiro, Fausto, A. Carlos, M. João, Galamba, Lufa, Luísa Santos, Nuno Freitas

5º ciclo (De 19 de Abril até 15 de Junho) - 7/8 semanas

		2ª Feira					3ª Feira					4ª Feira					5ª Feira					6ª Feira				
		Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1	Ext2	Pol I	Gin	Pol II	Ext1
8:30	9:20	12 ¹⁰ B BMF 4	10 ²⁸ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ^{2A} B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 3	11 ^{2A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1		10 ³⁰ B BMF 3					10 ¹⁰ D BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	11 ^{2A} B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ^{3A} B BMF 3	11 ²⁸ B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 4
9:30	10:20	12 ¹⁰ B BMF 4	10 ²⁸ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ^{2A} B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 4	11 ²⁸ B BMF 3	11 ^{2A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 2				10 ¹⁰ D BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	11 ^{2A} B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ^{3A} B BMF 3	11 ²⁸ B BMF 3	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 4
10:30	11:20	10 ¹⁰ D BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4	12 ^{3B} B BMF 3					12 ^{3A} B BMF 1					10 ³⁰ B BMF 2		11 ^{2A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ D BMF 4	12 ¹⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 3	12 ^{3B} B BMF 1	11 ²⁸ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 4
11:30	12:20		10 ³⁰ B BMF 4	12 ^{1A} B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 1	12 ¹⁰ B BMF 4						12 ¹⁰ B BMF 1					12 ¹⁰ B BMF 2		11 ^{2A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ D BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 3	12 ^{3B} B BMF 1	11 ²⁸ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 4
12:30	13:20	11 ¹⁰ D BMF 4	11 ^{3A} B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ^{1A} B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 4					10 ¹⁰ B BMF 2	10 ¹⁰ B BMF 2				10 ³⁰ B BMF 3	12 ^{1A} B BMF 3	10 ^{2A} B BMF 3	10 ¹⁰ H BMF 4	10 ¹⁰ H BMF 1	11 ³⁰ B BMF 3	10 ¹⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 1		
13:30	14:20	DE Vol BMF 2					DE GOLFE					DE Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1	DE-Vol BMF 2								DE-Vol BMF 2		DE-Bud BMF 1		DE GOLFE
14:30	15:20	10 ³⁰ B BMF 2		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ^{3A} B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ¹⁰ B BMF 2	DE Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1	DE-Vol BMF 2	DE-Put BMF 1		11 ³⁰ B BMF 2		11 ¹⁰ B BMF 3	10 ^{1A} B BMF 1	DE-Vol BMF 2	DE-Bud BMF 1		DE-Bud BMF 1			
15:30	16:20	10 ³⁰ B BMF 2		10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ^{3A} B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	10 ¹⁰ B BMF 2				DE-Put BMF 1		11 ³⁰ B BMF 2	10 ²⁸ B BMF 4	11 ¹⁰ B BMF 3	10 ^{1A} B BMF 1							
16:30	17:20		10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 2				DE-Put BMF 1		11 ¹⁰ D BMF 2	10 ¹⁰ B BMF 4	11 ^{1A} B BMF 3	11 ³⁰ B BMF 1	11 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 2	
17:30	18:20		10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 2	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 4	10 ¹⁰ B BMF 3	11 ¹⁰ B BMF 1	11 ¹⁰ B BMF 2						11 ¹⁰ D BMF 3	10 ¹⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 1	11 ³⁰ B BMF 4	11 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 4	10 ³⁰ B BMF 3	10 ³⁰ B BMF 1	10 ³⁰ B BMF 2	12 ¹⁰ B BMF 2	

Legenda: Miranda, Debonada, Teresa, Cristina, Tadeiro, Fausto, A. Carlos, M. João, Galamba, Lufa, Luísa Santos, Nuno Freitas

Anexo 4- Exemplo de Sequência e Extensão de Conteúdos

SEQUENCIA DE CONTEUDOS DE FUTSAL													
Espaço	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I	Ext I
Nº de aula	67	68	69/70	71	72/73	74	75/76	77	78/79	80	81/82	83	84/85
Nº de U. D	1	2	3/4	5	6/7	8	9/10	11	12/13	14	15/16	17	18/19
Data	21/4/2022	28/4/2022	2/5/2022	5/5/2022	9/5/2022	12/5/2022	16/5/2022	19/5/2022	23/5/2022	26/5/2022	30/5/2022	2/6/2022	6/6/2022
OPERACIONALIZAÇÃO													
Unidade Didática:													
Tipo de avaliação	Formativa Inicial	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Sumativa	Sumativa
CONTEUDOS													
<i>Conteúdos Práticos</i>													
CONTEUDOS TÉCNICO													
Ocupação de Espaço	AFI	I	E	E	E	E	E	C	C	C	AS	AS	AS
Enquadramento Ofensivo	AFI	I	E	E	E	E	E	C	C	C	AS	AS	AS
Enquadramento Defensivo	AFI	I	E	E	E	E	E	C	C	C	AS	AS	AS
Desmarcação	AFI		I	I	E	E	E	E	C	C	AS	AS	AS
Guarda-redes								I	E	C	AS	AS	AS
Jogo	AFI	E	E	E	E	E	E	E	E	C	AS	AS	AS
Situação de Jogo													
3x0		I	E	E	C								
3x1		I	E	E	C								
3x2			I	E	E	C							
3x3	AFI		I	E	E	E	C						
4x3						I	E	E	E	C			
5x5							I	E	E	C	C	AS	AS

Anexo 5- Exemplo de Plano de Aula

Plano Aula			
Professor(a): Ricardo Palmeirão		Data: 21/4/2022	Hora: 08:30-09:20
Ano/Turma: 12º 1 C	Período: 3º	Local/Espaço: Exterior I	
Nº da aula: 67	U.D.: Futsal	Nº de aula / U.D.: 1	Duração da aula: 50'
Nº de alunos previstos: 28		Nº de alunos dispensados: 0	
Função didática: Avaliação Formativa inicial			
Recursos materiais: bolas, cones, coletes			
Objetivos da aula: Situação de jogo 3x3 + gr			

Tempo		Objetivos específicos	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito	Estratégias / Estilos / Modelos de Ensino
T	p					
Parte Inicial da Aula						
5'	5'	Apresentação inicial dos objetivos e conteúdos da aula.	Preleção inicial, com os alunos em frente ao professor, onde são referidos os conteúdos e objetivos a abordar na aula.		Os alunos estão atentos às informações transmitidas pelo professor e entendem qual o objetivo da aula e a sua organização.	
Parte Fundamental da Aula						
10'	5'	<u>Aquecimento</u> Aumentar a prontidão física, elevar os índices fisiológico. Diminuir a incidência de lesões e melhorar o desempenho desportivo.	Aquecimento Geral, com mobilização articular de acordo com o que o professor disser. Incidir nos membros superiores, tronco e membros inferiores. Os alunos vão se posicionar ao longo da linha lateral do campo de futsal		Aumento da frequência cardíaca. Aumento da temperatura corporal.	Ensino por comando ;

45'	35'	<p>Exercício 1</p> <p>Situação de jogo 3x3 + gr</p>	<p>Os alunos vão estar divididos em 4 grupos de 7 elementos cada. Vão existir 4 estações distintas.</p> <p>A 1ª estação vai ser situação de 3x3 +1 gr onde a equipa que ataca tem como objetivo fazer golo e a equipa que defende tem como objetivo conseguir recuperar a bola ou cortar para fora. Sempre que a equipa que defende recupera ou corta a bola para fora, a bola volta novamente a sair da equipa que ataca. O jogo vai ser de 5 minutos e ao sinal do professor as equipas trocam de funções.</p> <p>A 2ª estação vai ser um exercício de passe e receção: os alunos vão se colocar frente a frente, quem começa com bola faz o passe para o colega e desloca se para tras da fila para onde fez o passe; o colega que recebe faz novamente o passe para o colega a sua frente e desloca se para tras dessa fila.</p> <p>A 3ª estação os alunos vão estar frente a frente contudo no meio irão estar 4 pinos para eles fazerem condução de bola por entre os pinos e depois entregam a bola ao colega à sua frente e ficam no final dessa fila.</p> <p>A 4ª estação será de condição física onde os alunos vão ter escadas para fazer coordenação, depois deslocamentos laterais entre cones e por fim realizam 10 agachamentos. De seguida voltam para o final da fila.</p>		<p>Os alunos que estão em situação de jogo:</p> <p>Quem ataca, procurar as melhores estratégias para conseguir fazer golo.</p> <p>Quem defende: evitar que o adversário faça golo, cortando as linhas de passe e protegendo a baliza para que a outra equipa não consiga rematar.</p>	Ensino por Tarefa
Parte Final da Aula						
50'	5'	Retorno à calma e reflexão sobre a aula com os alunos.	Breve reflexão com os alunos sobre os conteúdos abordados na aula.		O aluno é capaz de identificar os objetivos da aula e expor as suas dificuldades	Ensino por comando



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

Esta aula tem como objetivo realizar a avaliação formativa inicial para perceber em que nível se encontram os alunos nesta nova unidade didática.

A aula vai iniciar com um aquecimento um pouco mais intenso e focado mais nos membros inferiores visto que esta modalidade exige um pouco mais de esforço e disponibilidade física e desta forma evitar algum tipo de lesão muscular.

Depois do aquecimento passamos para a avaliação formativa inicial onde os alunos irão fazer situação de 3vs3 +1 GR. Os alunos que não estiverem na situação de jogo vão estar divididos nas outras 3 estações de passe, condução de bola e condição física para estarem ativos na aula até passarem para a situação de jogo.

A situação de jogo vai ter a duração de 5 minutos e a meio os papéis das equipas que estão a jogar irão inverter para que todos os alunos possam atacar e defender. Após esses 5 minutos o professor avisa e todos os alunos trocam para a estação seguinte

Nesta aula vou transmitir menos feedback e focar me nos alunos que estão em situação de jogo para perceber em que nível estão e de que forma vou preparar as aulas seguintes para que todos consigam evoluir o máximo possível nesta unidade didática.

Anexo 6- Exemplo de Reflexão de Aula

Reflexão da aula

Nesta aula os alunos de uma forma geral não demonstraram grande vontade e empenho na realização dos exercícios o que fez com que o sucesso da aula não fosse o esperado.

Nos exercícios de transição defensiva e ofensiva o objetivo foi cumprido com os alunos que estavam a atacar a identificar bem os 3 corredores e a ocuparem esse espaço dando soluções ao colega que tinha bola e conseguindo finalizar na maioria das situações. Ao nível defensivo tive que ir retificando e ajustando o posicionamento dos defesas porque muitas das vezes deixavam o corredor central aberto o que facilitava a ação dos atacantes que facilmente conseguiam rematar.

No exercício de organização ofensiva o objetivo já não foi cumprido, houve falhas nas rotações de posições dentro de cada equipa e os alunos assim que recuperavam bola tentavam fazer transição rápida e não era isso o pretendido. Sendo um exercício que eles já tinham feito na aula anterior achava que iria correr bem, mas o erro também pode ter sido meu uma vez que coloquei este exercício depois dos exercícios de transição o que pode ter influenciado esse tipo de reação na recuperação de bola por parte dos alunos.

Na situação de jogo já deu para ver algumas jogadas bastante interessantes de transição ofensiva, sendo que onde os alunos ainda tem mais dificuldades é no processo defensivo, algo que vai ser corrigido nas próximas aulas.

Anexo 7- Exemplo de Protocolo de Avaliação Formativa Inicial

Nível de Jogo					Ano:	Turma:	Data: / /
N.º	Nome	1 0/9	2 10/13	3 14/16	4 17/20	Critérios de Avaliação	
1						Nível 1 - Não há intervenções sobre a bola; - Bloqueio do movimento no momento de contacto com a bola; - Reenvio explosivo por cima da rede provocando a ruptura do jogo	Objectivo - Bola controlada acima e à frente da cabeça; - Desloca-se para se colocar atrás da bola mobilizando os membros superiores no reenvio; - Doseia a energia transmitida à bola
2							
3							
4							
5						Nível 2 - Dificuldade em se deslocar apesar de ser visível um pré-dinamismo; - Ausência de orientação das superfícies de contacto para o alvo; - Indiferenciação de responsabilidades, tendo em conta o local de queda da bola	Objectivo - Desloca os apoios para um ajustamento adequado à trajectória da bola; - Orientação dos apoios e superfícies de batimento para o alvo; - Reconhecimento do papel atribuído: Recebedor/Não recebedor.
6							
7							
8							
9						Nível 3 - O jogador não representa a acção futura; - O distribuidor está virado de frente para o recebedor; - O atacante utiliza sempre o mesmo tipo de batimento na finalização do ataque	Objectivo - Há uma representação da acção futura deslocando-se para intervir; - O distribuidor orienta-se de forma a permitir a finalização do ataque próximo do espaço da rede; - O futuro atacante, depois de receber, desloca-se para bater a bola numa zona próxima da rede
10							
11							
12							
13						Nível 4 - Sincronização entre os deslocamentos realizados e as trajectórias da bola; - O distribuidor aprecia rapidamente a trajectória da bola e desloca-se para o ponto provável de queda da bola; - Após cada acção /receber/atacar/defender), o jogador ocupa a	
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							

Anexo 8- Exemplo de Protocolo de Avaliação Final

FUTSAL

C6

PERFIL PASEO	Perfil de Desempenho		Perseverança		Avaliação Final	%	Auto avaliação		
	88%	15%							
M.Bom	15,8	13,4	20,0	3,0	16,43	16	Bom	82,2%	16,0
Bom	15,4	13,1	20,0	3,0	16,09	16	Bom	80,5%	13,0
M.Bom	18,0	15,3	20,0	3,0	18,30	18	M.Bom	91,5%	15,0
M.Bom	19,4	16,5	20,0	3,0	19,49	19	M.Bom	97,5%	18,0
M.Bom	16,2	13,8	20,0	3,0	16,77	17	Bom	83,9%	16,0
Bom	14,8	12,6	18,0	2,7	15,28	15	Bom	76,4%	14,0
M.Bom	20,0	17,0	20,0	3,0	20,00	20	M.Bom	100,0%	20,0
M.Bom	19,4	16,5	20,0	3,0	19,49	19	M.Bom	97,5%	17,0
M.Bom	16,4	13,9	20,0	3,0	16,94	17	Bom	84,7%	16,0
M.Bom	15,6	13,3	19,0	2,9	16,11	16	Bom	80,6%	17,0
M.Bom	17,5	14,9	20,0	3,0	17,88	18	M.Bom	89,4%	17,0
M.Bom	16,0	13,6	19,0	2,9	16,45	16	Bom	82,3%	16,0
M.Bom	17,2	14,6	20,0	3,0	17,62	18	M.Bom	88,1%	16,0
M.Bom	16,4	13,9	20,0	3,0	16,94	17	Bom	84,7%	16,0
M.Bom	17,0	14,5	20,0	3,0	17,45	17	M.Bom	87,3%	15,0
M.Bom	16,6	14,1	20,0	3,0	17,11	17	M.Bom	85,6%	17,0
M.Bom	17,4	14,8	20,0	3,0	17,79	18	M.Bom	88,9%	17,0
M.Bom	16,2	13,8	20,0	3,0	16,77	17	Bom	83,9%	16,0
M.Bom	16,8	14,3	20,0	3,0	17,28	17	M.Bom	86,4%	19,0
M.Bom	17,0	14,5	20,0	3,0	17,45	17	M.Bom	87,3%	19,0
M.Bom	16,4	13,9	19,0	2,9	16,79	17	Bom	84,0%	17,0
M.Bom	20,0	17,0	20,0	3,0	20,00	20	M.Bom	100,0%	17,0

Anexo 9- Grelha das classificações finais dos 3 anos

Avaliação Final	1º Período			2º Período			3º Período			Ponderação sem o valor mais baixo	Média das autoavaliações	10*	11*	12*	Média Trienal	
	Média	Classificação	Autoavaliação	Média	Classificação	Autoavaliação	Média	Classificação	Autoavaliação							
16,9	14,79	15	14,5	16,6	17	17,0	16,9	17	15,0	17,4	16,5	14	15	18	15,67	16
18,7	18,07	18	17,5	18,5	19	17,3	18,7	19	18,0	18,8	17,8	18	19	20	19,00	19
17,5	16,04	16	15,0	17,6	18	17,0	17,5	18	16,0	18,0	16,0	17	18	18	17,67	18
16,8	16,30	16	14,5	17,1	17	15,7	16,8	17	14,0	17,1	14,7	17	16	17	16,67	17
18,2	17,41	17	16,0	17,9	18	17,0	18,2	18	20,0	18,5	17,7	16	17	20	17,67	18
18,7	18,41	18	17,5	18,5	19	18,3	18,7	19	17,0	18,8	17,8	18	19	20	19,00	19
17,0	15,55	16	14,5	17,0	17	16,0	17,0	17	16,0	17,4	15,5	16	15	17	16,00	16
16,4	15,12	15	16,5	16,5	17	16,0	16,4	17	17,0	16,7	16,5	16	17	17	16,67	17
17,7	15,97	16	16,5	17,7	18	18,7	17,7	18	17,0	18,3	17,4	17	18	19	18,00	18
16,8	15,00	15	16,0	16,8	17	17,0	16,8	17	16,0	17,2	16,3	16	17	17	16,67	17
17,1	15,20	15	15,5	17,0	17	17,3	17,1	17	16,0	17,7	16,3	15	15	18	18,00	16
17,4	16,85	17		17,5	18	16,3	17,4	18	16,0	17,6	16,2	17	16	18	17,00	17
17,4	16,21	16	16,0	17,4	18	18,0	17,4	18	15,0	17,8	16,3	17	16	18	17,67	18
17,9	16,97	17	18,0	18,0	18	18,3	17,9	18	17,0	18,0	17,8	17	16	18	17,00	17
16,7	14,38	14	16,0	16,5	17	16,3	16,7	17	17,0	17,3	16,4	14	16	17	15,67	16
17,1	16,21	16	15,5	17,2	17	17,3	17,1	17	16,0	17,5	16,3	17	17	17	17,00	17
17,1	16,12	16	16,5	17,0	17	17,3	17,1	17	19,0	17,4	17,6	17	18	18	17,67	18
17,2	16,63	17	17,0	17,1	17	17,0	17,2	17	19,0	17,4	17,7	17	17	17	17,00	17
17,8	17,39	17	17,0	18,0	18	18,7	17,8	18	17,0	18,0	17,8	16	17	18	17,00	17
19,3	19,08	19	19,0	19,2	19	18,0	19,3	20	17,0	19,4	18,0	18	18	20	18,00	18
18,5	17,00	17	17,5	18,5	18	19,3	18,5	19	19,0	18,8	18,6	18	18	20	18,67	19
17,3	17,13	17	15,5	17,3	17	15,7	17,3	18	17,0	17,5	16,1	17	17	17	16,67	17
17,6	16,38	16	16,0	17,4	18	17,0	17,6	18	16,0	17,9	16,3	17	16	19	18,00	18

Esta folha de cálculo utiliza

Anexo 10- Exemplo da ficha de autoavaliação

Secção 1 de 8

12.1F - Pickleball - Questionário de Autoavaliação

Descrição do formulário

Email *

Email válido

Este formulário está a recolher emails. [Alterar definições](#)

Identificação

Descrição (opcional)

Nome (primeiro e último)

Texto de resposta longa

Após a secção 1 Continuar para a secção seguinte

Secção 2 de 8

Competências Disciplinares (85%)

Escala de 5 níveis - 1=(0-9 valores), 2=(10-13 valores), 3=(14-16 valores), 4=(17-18 Valores), 5=(19-20 Valores)

Avalia os teus conhecimentos sobre a matéria lecionada

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Saber				
Não consigo identificar as ações técnicas lecionadas. Não sei descrever a sua forma de execução	Tenho dificuldade em identificar e perceber como se executam algumas ações técnicas. Não as consigo descrever.	Conheço e identifico as ações técnicas, não consigo descrever a totalidade da ação técnica lecionada.	Conheço e identifico os gestos técnicos, consigo descrever a forma de execução da maior parte das técnicas lecionadas.	Conheço e identifico os gestos técnicos; consigo descrever com rigor a forma de execução das técnicas lecionadas
1	2	3	4	5
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Avalia o teu Perfil de Desempenho de acordo com os Descritores Apresentados



Escala de 5 níveis - 1=(0-9 valores), 2=(10-13 valores), 3=(14-16 valores), 4=(17-18 Valores), 5=(19-20 Valores)

PEGA DA BOLA / POSIÇÃO BASE

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Objetivo / Pega / Posição Base				
Não conhece o objectivo do jogo; Pega incorrecta da raqueta.	Conhece o objectivo do jogo; Pega correcta da raqueta (Pega Martelo). Não adota a Posição Base/Espera.	Conhece o objectivo do jogo; Pega correcta da raqueta (Pega Martelo); Adota ocasionalmente a Posição Base/Espera.	Conhece o objectivo do jogo; Pega correcta da raqueta (Pega Martelo); Adopta com frequência a Posição Base/Espera após cada batimento.	Conhece o objectivo do jogo; Pega correcta da raqueta; Desloca-se com rapidez recuperando a Posição Base/Espera, após cada batimento.

1 2 3 4 5

Nível

SERVIÇO

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Serviço				
No Serviço a bola não ultrapassa a rede.	No Serviço a bola ultrapassa a rede, mas ou não tem uma trajetória diagonal ou cai frequentemente na ZNV .	No Serviço a bola ultrapassa a rede, mas ou não tem uma trajetória diagonal ou cai frequentemente na ZNV .	No Serviço a bola ultrapassa a rede e quase sempre entra na Área adequada do Serviço, mas frequentemente é curto permitindo que os adversários ganhem a rede facilmente.	No Serviço a bola é colocada ao fundo do campo dificultando aos adversários a subida à rede.

1 2 3 4 5

Nível

BATIMENTO DE RESSALTO (1º e 2º batimentos do jogo)

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Batimento de Resalto (Resposta ao Serviço e Contra Resposta)				
Como recetor raramente consegue devolver o Serviço. Como membro da equipa que serve, raramente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor consegue por vezes executar o 1º batimento da sua equipa. Como membro da equipa que serve, consegue, por vezes executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor frequentemente consegue executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda. Como membro da equipa que serve, frequentemente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda.	Como recetor executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda, Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda.	Como recetor executa o 1º batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo de campo para evitar que o adversário suba à rede. Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo do campo para evitar que o adversário suba à rede.

1 2 3 4 5

Nível

DINK

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Dink				
Não consegue executar.	Por vezes utiliza a técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

VÓLEI

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Vólei				
Não consegue executar.	Executa por vezes a técnica, mas em zonas não adequadas à técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

BATIMENTO DE RESSALTO (1º e 2º batimentos do jogo)

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Batimento de Resalto (Resposta ao Serviço e Contra Resposta)				
Como recetor raramente consegue devolver o Serviço. Como membro da equipa que serve, raramente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor consegue por vezes executar o 1º batimento da sua equipa. Como membro da equipa que serve, consegue, por vezes executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor frequentemente consegue executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda. Como membro da equipa que serve, frequentemente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda.	Como recetor executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda, Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda.	Como recetor executa o 1º batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo de campo para evitar que o adversário suba à rede. Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo do campo para evitar que o adversário suba à rede.

1 2 3 4 5

Nível

DINK

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Dink				
Não consegue executar.	Por vezes utiliza a técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

VÓLEI

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Vólei				
Não consegue executar.	Executa por vezes a técnica, mas em zonas não adequadas à técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

BATIMENTO DE RESSALTO (1º e 2º batimentos do jogo)

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Batimento de Resalto (Resposta ao Serviço e Contra Resposta)				
Como recetor raramente consegue devolver o Serviço. Como membro da equipa que serve, raramente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor consegue por vezes executar o 1º batimento da sua equipa. Como membro da equipa que serve, consegue, por vezes executar o 2º Batimento da sua equipa.	Como recetor frequentemente consegue executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda. Como membro da equipa que serve, frequentemente consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ ou esquerda.	Como recetor executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda, Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda.	Como recetor executa o 1º batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo de campo para evitar que o adversário suba à rede. Como membro da equipa que serve, consegue executar o 2º Batimento da sua equipa, colocando a bola ao fundo do campo para evitar que o adversário suba à rede.

1 2 3 4 5

Nível

DINK

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Dink				
Não consegue executar.	Por vezes utiliza a técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

VÓLEI

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Vólei				
Não consegue executar.	Executa por vezes a técnica, mas em zonas não adequadas à técnica.	Quando se encontra à rede executa a técnica.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede.	Executa a técnica sempre que ganha a rede conseguindo obter vantagem.

1 2 3 4 5

Nível

Pergunta

**Manifesta gosto pela prática regular de atividade física
Faz-se acompanhar de material necessário para realizar a aula.**

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
ASSIDUIDADE E PONTUALIDADE			
Não sou assíduo(a). Ou Sou assíduo, mas raramente trago o material necessário para a realização das aulas práticas	Sou assíduo(a), mas não pontual - não me esforço por chegar a horas e/ou por vezes não trago o material necessário para a realização das aulas	*Sou assíduo(a), mas por vezes, atraso-me no balneário e/ou raramente me esqueço do material necessário para a realização das aulas	Sou assíduo(a) e pontual; Trago sempre material adequado e necessário para realizar a aula;

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

ASSIDUIDADE E PO...

Pergunta

Conhece e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente.

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
MANUSEAMENTO DO MATERIAL DIDÁTICO			
Utilizo o material de forma não adequada, apesar de saber que o posso estragar.	Por vezes utilizo o material desrespeitando a função para a qual foi criado.	Quando a professora não está a ver, utilizo o material para brincar.	Manuseio o material letivo de forma adequada.

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Manuseamento do ...

Pergunta

Respeita as regras organizativas que permitam atuar em segurança. É autónomo na realização das tarefas.

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
CUMPRIDOR DE REGRAS E AUTONOMIA			
Raramente cumprio as regras da aula.	Só cumprio as regras da aula depois da professora me repreender várias vezes.	Nem sempre cumprio de forma autónoma todas as regras da aula e das tarefas	Cumprio de forma autónoma todas as regras da aula e das tarefas, respeitando o bem comum

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Cumpridor das Reg...

CIDANIA E DESENVOLVIMENTO

Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor.

Pergunta

Coopera promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
COOPERAÇÃO E INTERESSE			
Quando o/a professor/a explica a matéria, aproveito para conversar, brincar e/ou distrair os meus/minhas colegas.	Quando o/a professor/a explica a matéria, estou pouco atento/a, porque me distraio facilmente com o que os meus/minhas colegas fazem.	Quando o/a professor/a explica a matéria, estou calado/a, mas pouco atento/a.	Quando o/a professor/a explica a matéria, estou atento/a e demonstro curiosidade e interesse pelas tarefas.

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Cooperação e Inter...

Pergunta

Sabe questionar uma situação. É atento. Intervém oportunamente na aula.

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
COMUNICAÇÃO			
Não estou com atenção. Não estou interessado(a)	As minhas questões são por vezes despropositadas, por estar pouco atento.	As minhas dúvidas revelam faltas de atenção, mas não são despropositadas	Coloco questões de forma positiva e pertinente.

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Comunicação

CURIOSIDADE, REFLEXÃO E INOVAÇÃO

Querer aprender mais; desenvolver o pensamento reflexivo, crítico e criativo; procurar novas soluções e aplicações.

Pergunta

Identifica aspetos críticos que permitam a melhoria do seu desempenho.

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
REFLEXÃO E APERFEIÇOAMENTO			
Ignoro o feedback do/a professor/colegas, continuo a executar como quero.	Entendo o feedback do/a professor/a/ colegas, mas não me esforço por alterar a minha execução.	Refliro sobre o feedback da professor/a/colegas, procuro corrigir a minha prestação.	Refliro sobre o feedback da professor/a/colegas, procuro corrigir a minha prestação e aplicar os conceitos transmitidos em novas situações.

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Reflexão e Aperfeiç...

EXCELÊNCIA E EXIGÊNCIA

Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros.

Pergunta

Coopera promovendo um clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e prazer proporcionado pelas atividades.

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
RIGOR E SUPERAÇÃO			
Para a tarefa ou executo de forma displicente, perturbando a execução dos colegas. Começo a brincar e a desestabilizar os meus colegas ou a conversar.	Executa as tarefas propostas na aula sem atitude, não me preocupo em executar a tarefa como proposta.	Executa de forma empenhada as tarefas propostas na aula.	Coloco questões de forma positiva e pertinente. Executo de forma esforçada, empenhada e persistente, as tarefas propostas na aula. Procuro sempre a superação das minhas dificuldades.

Nível 1 - Insuficiente Nível 2 - Suficiente Nível 3 - Bom Nível 4 - Muito Bom

Rigor e Superação

Após a secção 5 Continuar para a secção seguinte

Secção 6 de 8

Conclui a tua autoavaliação



Faz o balanço das tuas autoavaliações

Atribui uma classificação que reflita o trabalho que desenvolveste e as competências que adquiriste

Texto de resposta curta

Explica porque consideras que essa classificação é a adequada *

Texto de resposta longa

Secção 7 de 8

Informações / sugestões que queiras partilhar



Este espaço é teu

Partilha a tua experiência nesta Unidade de Ensino *

Texto de resposta longa

Faz uma apreciação ao trabalho desenvolvido pelo/A professor/a nesta Unidade de Ensino *

Texto de resposta longa

Após a secção 7 Continuar para a secção seguinte

Secção 8 de 8

Obrigado pela tua participação



Descrição (opcional)

Título d...



Anexo 11- Grelha Final da Avaliação da UD



Nome	Avaliação Final						C4 Pickleball	16	Bom	Autoavaliação
As competências do(a) aluno(a) estão enquadradas nos descritores abaixo, podendo, no entanto, haver algumas não completamente adquiridas.										
Nº 1 Conhecimentos e Desempenho (85%)								15,9	17,0	
Nível	Objetivo / Pega/ Posição Base	Serviço	Vôlei	Dinks	Batimentos de Ressonância	Lob/Remate/Drop	Desloca./ Posiciona./	Saber Fazer		
Avaliação Prática - 15,9	Compre o objetivo do jogo; Pega correta da raquete (Pega Médio); Adopção com frequência a Posição Base/ Espora após cada batimento	No Serviço a bola ultrapassa a rede e quase sempre entra na Área adequada do Serviço, mas frequentemente é curto permitindo que os adversários ganhem a rede facilmente.	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede	Utiliza a técnica sempre que consegue ganhar a rede	Como receptor frequentemente consegue executar o 1º batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda. Como membro da equipa que serve, frequentemente consegue executar o 2º batimento da sua equipa de direita e/ou esquerda.	Utiliza 1 das técnicas específicas de jogo, com alguma frequência.	Desloca-se, posiciona-se corretamente, e devolve a bola para o campo adversário; Consegue sustentar o jogo de cooperação.	(16-17)		
Perseverança (15%)								16,0	(18-20)	
<i>O aluno investe no processo ensino aprendizagem. Tenta superar as suas competências em todas as tarefas, mas por vezes é pouco persistente.</i>										
Perfil do Aluno								Bom	Bom	
Responsabilidade e Integridade										
<i>Respeita a/o professor/a, apesar de, às vezes, as suas atitudes não serem as melhores. Respeita os colegas, ajuda-os a superarem as suas dificuldades, apoiando-os e incentivando-os.</i>										
Liberdade										
<i>É assíduo(a), mas não pontual - não se esforça por chegar a horas e/ou por vezes não traz o material necessário para a realização das aulas. Cumpre de forma autónoma todas as regras da aula e das tarefas, respetando o bem comum. Manuseia o material letivo de forma adequada.</i>										
Cidadania e Participação										
<i>Quando o/a professor/a explica a matéria, está calado(a), mas pouco atento. As suas dúvidas revelam falta de atenção, mas não são despropositadas.</i>										
Curiosidade, Reflexão e Inovação										
<i>Reflete sobre o feedback do/a professor/a e dos/as colegas, procura corrigir a sua prestação e aplicar os conceitos transmitidos em novas situações.</i>										
Excelência e Exigência										
<i>Executa de forma esforçada, empenhada e persistente, as tarefas propostas na aula. Procura sempre a superação das suas dificuldades.</i>										
								M.Bom	M.Bom	

Anexo 12- Exemplo de Relatório de Aula

RELATÓRIO DE AULA		
Data: 9/12/2021		Hora/Duração: 110'
Ano/turma: 10 ^ª A	Período: 1 ^º	Local: Pol. I
Professor Observado: José Viana		
Objetivos da Aula: Avaliação dos conhecimentos técnicos-táticos no sistema de jogo 4x4.		
INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA/DIMENSÕES PEDAGÓGICAS		
DIMENSÃO INSTRUÇÃO:		
<input checked="" type="checkbox"/> Indica os objetivos/tema da aula com clareza.		
<input checked="" type="checkbox"/> Utiliza um rigor terminológico.		
<input checked="" type="checkbox"/> Posiciona-se de forma adequada.		
<input checked="" type="checkbox"/> A demonstração/modelo foi clara e perceptível pelos alunos.		
<input checked="" type="checkbox"/> Menciona os conteúdos a abordar, as componentes críticas e os critérios de êxito.		
DIMENSÃO GESTÃO:		
<input checked="" type="checkbox"/> O posicionamento foi adequado.		
<input checked="" type="checkbox"/> A Circulação foi feita por fora, mantendo sempre o controlo de toda a turma.		
<input type="checkbox"/> As transições decorreram de forma fluida.		
<input type="checkbox"/> Os alunos tiveram um tempo considerável de tempo de prática.		
DIMENSÃO CLIMA/DISCIPLINA:		
<input checked="" type="checkbox"/> O Clima da aula foi agradável.		
<input checked="" type="checkbox"/> Os alunos cumpriram as tarefas proposta pelo professor.		
<input type="checkbox"/> Os alunos não adotaram comportamentos fora da tarefa.		
DECISÕES DE AJUSTAMENTO		
<input type="checkbox"/> Houve necessidade de fazer ajustamentos no plano.		
<input type="checkbox"/> Os ajustamentos foram adaptados corretamente.		
<input type="checkbox"/> As adaptações foram ao encontro dos objetivos da aula.		
ASPETOS POSITIVOS MAIS SALIENTES		
<ul style="list-style-type: none"> · Explicação clara dos objetivos da aula · Fazer o exercício e corrigir os erros que atira a ver fatos · 		

FASE ESCOLA

 Desporto
Escolar

CORTA-MATO



Inscribe-te já!
Juntos dos Professores de Educação Física

15 DEZ, 2021 | 9:00H
(QUARTA-FEIRA)

Organizado por: NEEF 21/22 com o apoio do
grupo disciplinar de Educação Física


Avelar Brotero
ESCOLA SECUNDÁRIA DE AVELAR BROTERO

Anexo 14- Cartaz Allympics

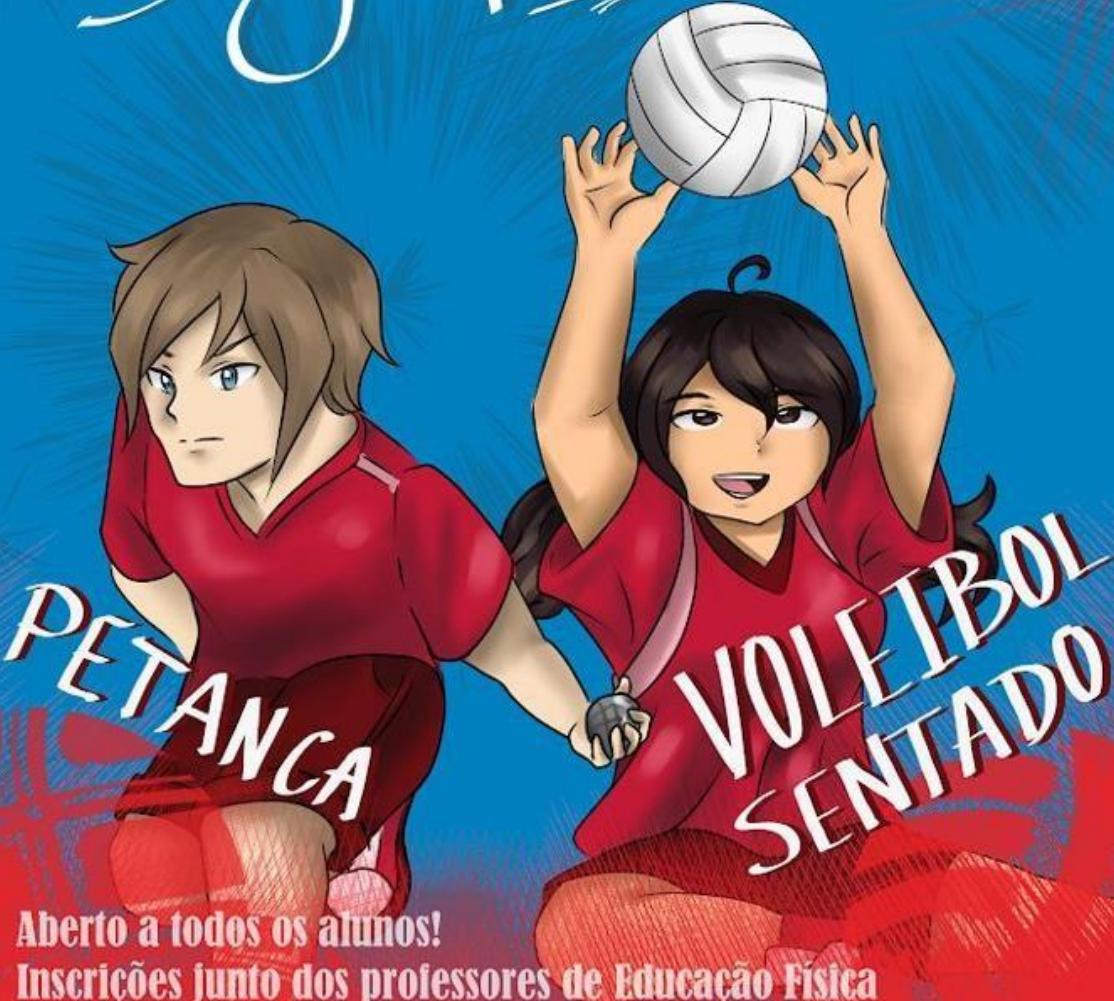
Organização:
-Núcleo de Estágio de Educação Física (NEEF)
-Núcleo de Estágio de Espanhol (NEE)
-Núcleo de Estágio de Português (NEP)
-Diva Olivar n.º 4 11º 2B

Avelar Brotero
Escola Secundária – Alameda

Allympics

olimpíada sustentável

28 de fevereiro

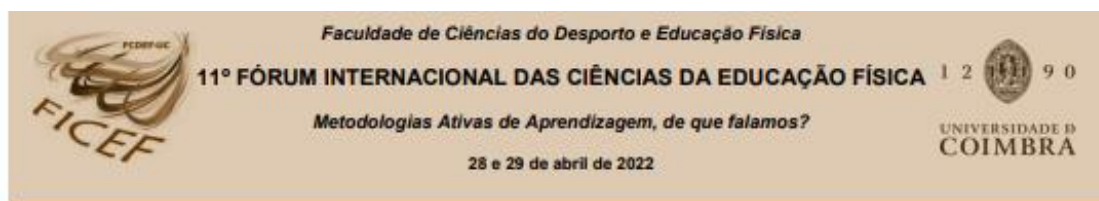


PETANCA

VOLEIBOL SENTADO

Aberto a todos os alunos!
Inscrições junto dos professores de Educação Física

Anexo 15- 11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física



DIPLOMA

Ricardo Palmeirão Gomes apresentou o trabalho *A influência da modalidade na perceção da disciplina e no desempenho do professor* no 11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Portugal.

Coimbra, 28 e 29 de abril de 2022

A coordenadora do MEEFEBS

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

(Prof.^a Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

Anexo 16- Programa de Educação Olímpica

