

**FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA
DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA**



Andreína Bernardo Maia

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
HOMEM CRISTO COM A TURMA DO 10.º A NO ANO LETIVO 2013/2014**

COIMBRA

2014

ANDREÍNA BERNARDO MAIA

Nº 2009108244

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
HOMEM CRISTO COM A TURMA DO 10.º A NO ANO LETIVO 2013/2014**

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

Orientadora: Professora Doutora Elsa Silva

COIMBRA

2014

Esta obra deve ser citada como: Maia, A. B. (2014). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária Homem Cristo junto da turma do 10.ªA, no ano letivo de 2013/2014*. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO

Andréina Bernardo Maia, aluno número 2009108244 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art.30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de Março de 2009).

18 de junho de 2014,

Agradecimentos

Começo por agradecer aos meus pais, por todo o amor, sacrifício, esforço e dedicação que me tem dado nestes últimos anos, pois nos tempos em que correm não é fácil proporcionar um curso acadêmico aos seus filhos.

Quero também agradecer à minha irmã, por todo o amor e ajuda que me deu, bem como o companheirismo quer em casa quer fora dela.

Vou agradecer também ao meu namorado, Diogo, e aos pais dele, por toda a ajuda que me deram e pelo tempo que disponibilizaram. Obrigado do fundo do coração Di.

Quero ainda agradecer a professora Olga Fonseca, por me ter feito evoluir significativamente, pelos seus ensinamentos e toda a paciência para me aturar.

Vou agradecer também às minhas colegas do núcleo de estágio, Rita e Sara, pelo bom ambiente e amizade que criámos no estágio, bem como a interajuda realizada.

Vou ainda agradecer às minhas amigas Raquel e Inês, por todo o companheirismo, amizade e ajuda que me deram ao longo destes anos todos, quer da licenciatura quer do mestrado.

Quero agradecer ainda à minha madrinha de faculdade, Inês, por todo o carinho e toda ajuda que me facultou. Muito, muito obrigado Inês!

E por último, gostaria de agradecer à minha turma 10^ºA, pelo excelente empenho e motivação nas aulas e por tornarem esta experiência fantástica.

RESUMO

A elaboração do relatório final de estágio caracteriza o fim de uma etapa académica, por outras palavras, encerra o 4º semestre do Mestrado em Ensino da Educação Física da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. O estágio alusivo a este documento foi desenvolvido na Escola Secundária Homem Cristo à turma A do 10º ano. O relatório final de estágio visa uma reflexão geral e crítica deste processo, estruturado em quatro partes centrais, a primeira refere-se à descrição de todo o processo, a segunda fase refere-se à reflexão das atividades de ensino-aprendizagem, a terceira fase diz respeito à análise reflexiva da prática pedagógica e a última parte apresenta o estudo caso desenvolvido ao longo do ano letivo denominado de “O empenho e a motivação dos alunos no Ensino Secundário, sabendo que a nota já não conta para a média final de ano”. Finaliza assim uma fase do processo académico, marcando e preparando o início de uma carreira de docente.

Palavras-chave: Processo ensino-aprendizagem. Planeamento. Realização. Avaliação. Reflexão. Empenho. Motivação.

ABSTRACT

The elaboration of the final training report characterizes the end of an academic stage, in other words, terminating the 4th semester of the Masters of Teaching Physical Education, Faculty of Sport Sciences and Physical Education, University of Coimbra. The training allusive to this document was developed in Secondary School "Homem de Cristo" class 10ºA. The final training report aims at a general reflection and criticism of this process, structured in four main parts, the first refers to description of the whole process, the second phase refers to the reflection of the activities of teaching and learning, the third phase involves the reflective analysis of teaching practice and the last part presents a case study developed throughout the school year called "The commitment and motivation of students in secondary education, knowing that the marks no longer account for the final score of the year." Finalizing in this way a stage in the academic process, preparing and marking the beginning of a teaching career.

Keywords: Teaching-learning process. Planning. Achievement. Evaluation. Reflection. Commitment. Motivation.

ÍNDICE

RESUMO.....	V
ABSTRACT.....	VI
INTRODUÇÃO	10
Capitulo I – Descrição	11
1- Expetativas em relação ao Estágio Pedagógico	11
2 - Projeto de Formação Individual	12
3 - Caracterização das condições locais e relação educativa.....	13
3.1 - Caracterização da escola	13
3.2 - Caracterização da relação educativa	14
Capitulo II - Atividades de Ensino-Aprendizagem	15
1 - Planeamento	15
1.1 - Plano anual.....	16
1.2 - Unidades Didáticas.....	18
1.3 - Planos de Aula	19
2 - Realização.....	21
2.1- Instrução.....	21
2.2- Gestão.....	23
2.3- Clima/Disciplina	24
2.4- Decisões de Ajustamento	25
3 - Avaliação	25
3.1 - Avaliação Diagnóstica	26
3.2 - Avaliação formativa	27
3.3 - Avaliação Sumativa	27
Capitulo III – Análise reflexiva sobre a prática pedagógica (atitude ético-profissional).....	28
1 - Conhecimentos gerais e específicos	28
2 - Autoformação e desenvolvimento profissional	31
3 - Disponibilidade para os alunos e para a escola.....	31
4 - Trabalho em equipa	32
5 - Capacidade de iniciativa e responsabilidade	32
6 - Inovação das práticas pedagógicas.....	33

7 - Análise crítica e reflexiva	34
8 - Compromisso com as aprendizagens dos alunos	35
9 - Assiduidade, pontualidade e conduta pessoal	36
Capitulo IV - Aprofundamento do tema/problema	36
1 - Tema de Estudo	36
2 - Pertinência do tema	36
3- Enquadramento Teórico	37
4 - Apresentação do problema	40
5 - Estabelecimento de hipóteses	41
6 - Metodologia de investigação	41
6.1 - Instrumentos utilizados.....	41
6.2 - Amostra	43
7 - Apresentação e Discussão dos Resultados	44
7.1 - Dados escolares	44
7.2 - Dados escolares face à disciplina de Educação Física.....	45
7.3 - Dados desportivos.....	48
7.4 - Empenho na disciplina de Educação Física.....	49
7.5 - Motivação pela prática desportiva	51
8 - Conclusões do estudo.....	52
9 - Conclusão.....	54
Bibliografia.....	54
Anexos	57

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 Análise descritiva da amostra	43
Quadro 2 - Análise descritiva da preferência dos alunos pela disciplina de Educação Física	45
Quadro 3 - Análise descritiva da nota do ano anterior e do 2º período da disciplina de Educação Física.....	46
Quadro 4 - Análise descritiva do interesse dos alunos pela disciplina de Educação Física	47
Quadro 5 - Análise descritiva dos dados desportivos dos alunos	48
Quadro 6 - Análise descritiva do empenho dos alunos na Educação Física.....	49
Quadro 7 - Análise descritiva da opinião dos alunos em relação à nota da disciplina não contar para a média.....	51
Quadro 8 - Análise descritiva do gosto dos alunos pela Educação Física	52

INTRODUÇÃO

O presente documento traduz-se num relatório realizado no âmbito da unidade curricular de Estágio Pedagógico, inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra.

Este relatório tem como base o Estágio Pedagógico realizado na Escola Secundária Homem Cristo, em Aveiro, sob a orientação da professora Olga Fonseca, com a supervisão da professora Doutora Elsa Silva.

O Estágio Pedagógico torna-se numa fase que conclui uma etapa de cinco anos de percurso académico. Nele podemos vivenciar todas as experiências pedagógicas e educativas aprendidas teoricamente nos anos transatos.

Com este documento pretendo expor e refletir todas as experiências e aprendizagens ocorridas durante este ano letivo, bem como, aprofundar um estudo de investigação.

Deste modo, este documento encontra-se estruturado em quatro capítulos, o primeiro capítulo refere-se à descrição, nele, irei apresentar as expectativas iniciais, abordando o projeto de formação individual e ainda caracterizando a escola e a turma. Já no segundo capítulo irei caracterizar e apresentar as atividades de ensino-aprendizagem desenvolvidas ao longo do ano letivo, estas atividades dizem respeito ao planeamento, à realização e à avaliação. O terceiro capítulo corresponde à análise reflexiva sobre a prática pedagógica, como o próprio título refere, neste capítulo será apresentado uma reflexão sobre a intervenção pedagógica, por último, no capítulo final será aprofundado o tema problema selecionado no primeiro período, no meu caso será sobre o empenho e motivação dos alunos na disciplina de Educação Física.

CAPITULO I – DESCRIÇÃO

1- Expectativas em relação ao Estágio Pedagógico

Apesar de todas as aprendizagens curriculares requeridas ao longo da licenciatura e mestrado, consideramos que por si só não chega para desempenhar uma boa ação, temos que ter muita experiência prática, saber como tudo funciona na realidade. Por isso ao ingressar no estágio pedagógico tentamos criar determinadas expectativas possíveis de serem cumpridas.

Desde logo, a primeira expectativa recaía sobre a escola para onde iríamos estagiar e a composição do núcleo de estágio onde iríamos estar inseridas, pois consideramos que estes dois elementos são de extrema importância para um excelente desempenho e clima do 4º semestre do mestrado. Uma vez que estes surgiram da melhor maneira, ou seja, estagiar numa escola em Aveiro e ter a Rita e a Sara como colegas de estágio, foi meio caminho andado para apenas nos preocuparmos com as restantes partes que diziam respeito ao estágio.

Para além daqueles dois elementos fundamentais, as nossas expectativas recaíam sobre o domínio ético-profissional, na qual pretendíamos conseguir adquirir conhecimentos com outros docentes da escola, havendo assim trocas de valores, como o desenvolvimento da autonomia, promover a comunicação, o respeito entre os mesmos. Seguidamente as nossas expectativas incidiam também sobre a participação na escola, pois apesar de termos outras ocupações profissionais para além do estágio, pretendíamos passar muito tempo na escola para poder retirar dela o maior aproveitamento de experiências profissionais, observando aulas de outros docentes do mesmo ramo, auxiliando nas atividades a executar ao longo do ano letivo, e acima de tudo integrando-nos com toda a comunidade escolar. Por último as nossas expectativas referiam-se ao domínio do desenvolvimento e formação profissional, pois para além dos conhecimentos obtidos na licenciatura e primeiro ano de mestrado, sentíamos que ainda faltava completar esta formação. Para isso temos de pesquisar por fora, apostar na nossa própria formação, conseguindo evoluir assim para que nada corra mal ao longo do estágio. Ainda dentro deste domínio, podemos referir que o acompanhamento do cargo de gestão intermédia tornou-se uma mais-valia para nós, pois é um cargo de fácil acesso enquanto docente, estando desta forma previamente preparadas.

2 - Projeto de Formação Individual

O Projeto de Formação Individual foi um documento elaborado logo no início do estágio, tendo em vista as nossas dificuldades/fragilidades, os objetivos que pretendia-mos alcançar, definindo assim estratégias a cumprir.

Consideramos que este documento foi de extrema importância, pois como foi desenvolvido um pouco depois de termos iniciado o estágio, fez com que refletíssemos sobre toda a prática realizada até ao momento, apontando nele todas as dificuldades que estavam a surgir, rever os objetivos para cada etapa (planeamento, realização e avaliação) e ponderar as estratégias a traçar.

Assim, resumindo um pouco o nosso projeto formativo, podemos afirmar que na fase do planeamento as principais fragilidades revertiam-se para o número de alunos, para o espaço e para a falta de um conhecimento completo de todas as matérias que íamos abordar, traçando assim objetivos, como, definir muito bem os objetivos, critérios de êxito e estratégias nos vários planos de aula e pesquisar sobre as diversas modalidades. Quanto às estratégias, optámos por definir os grupos de trabalho, selecionar critérios de êxito e objetivos operacionais.

No que diz respeito à fase da realização, pensamos que a principal dificuldade teve a ver com o facto de termos que abordar duas matérias em simultâneo, dificultando a nossa colocação, a instrução dos exercícios e a transmissão dos feedbacks, assim para superar este facto, propusemo-nos a colocar sempre em zonas que permitiam o máximo controlo da turma e ainda preparar e estudar bem a informação que queríamos transmitir aos alunos. Para cumprir estes objetivos, as estratégias delineadas remetiam-se para a seleção de lugares estratégicos para o controlo da turma e ainda para a seleção de algumas palavras ou frases chaves que conseguissem generalizar os conteúdos da aula.

Já na parte da avaliação, a principal fragilidade remetia-se para a construção da grelha e a seleção dos exercícios mais adequados para não cometermos injustiças na classificação do desempenho dos alunos. Outra fragilidade verificada remetia-se para a postura mais centrada na organização da aula e não tanto na transmissão de conteúdos, assim definimos como objetivos: dominar a construção de instrumentos de avaliação, centrar mais na transmissão dos conteúdos e dos feedbacks e recorrer à ajuda da orientadora da escola sempre que tivéssemos dúvidas na seleção de exercícios. Para cumprir com estes objetivos, propusemo-nos

a realizar os exercícios para a avaliação nas aulas anteriores à aula do teste prático e para a construção das grelhas consideramos a hipótese de nos guiar pelos objetivos estipulados para o 10º ano e o nível da minha turma.

3 - Caracterização das condições locais e relação educativa

3.1 - Caracterização da escola

Aveiro é uma cidade que conta atualmente com uma população de aproximadamente 70 000 pessoas, espalhadas pelas suas catorze freguesias. O foco populacional concentra-se nos diversos núcleos da cidade favorecendo, desta forma, os dotes de infraestruturas e equipamentos. Este forte crescimento demográfico deve-se, sobretudo, aos movimentos migratórios que se justificam pela enorme dinâmica económica e social da área urbana, e, acima de tudo, pela existência da universidade, que dá origem a comunidades culturais.

A população de Aveiro beneficia ainda de um conjunto interessante de equipamentos culturais (museus, ecomuseu, galerias de arte, teatros, Centro Cultural e de Congressos, salas de cinema, bibliotecas, arquivo histórico), recreativos e desportivos (vários complexos desportivos, piscinas, clubes de vela, surf, remo, entre outros) e de solidariedade social. A cidade é ainda reconhecida internacionalmente pelo seu valioso património artístico, nomeadamente pela quantidade e qualidade de edifícios *Arte Nova*.

No Município de Aveiro existem 3 escolas secundárias com 3º ciclo e uma secundária pura que é a Escola Secundária Homem Cristo, para um público-alvo de cerca 2600 alunos.

A Escola Secundária Homem Cristo fica situada na Rua Belém do Pará, na freguesia da Glória da cidade de Aveiro. Insere-se no centro histórico da cidade, é contígua ao Teatro Aveirense, tem em frente a Praça da República onde se situa a Câmara Municipal de Aveiro, a sede da Aveiro-Digital, a Casa da Cultura, bem como a Misericórdia e algum comércio tradicional. O edifício escolar foi inaugurado em 1860 e sustentou ao longo do tempo diferentes designações. Foi em 1987 que a escola passou a usufruir da atual denominação.

O edifício possui uma área total de cerca de 3,030m², distribuídos por 3 pisos, em um só bloco sendo o Piso -1 (nível recreio), Piso 0 (R/Chão) e Piso 1 (1º andar). É composto por três corpos interligados, sendo o central constituído por três pisos, o lateral nordeste por três e o lateral sul por um único piso. O acesso para

deficientes só existe na entrada da escola. As ligações entre os diferentes pisos estão a aguardar intervenção da Direção Regional da Educação do Centro. Nela, para além de todas as instalações de acesso à comunidade escolar, como a biblioteca, o bar, a cantina, os serviços administrativos, a direção, a secretaria, entre outros, ainda possui as instalações para poder lecionar a disciplina de Educação Física, sendo elas, o espaço exterior (pátio), onde existe um campo de andebol, um campo de basquetebol e um campo de voleibol, no entanto não se pode lecionar andebol ou futebol ao mesmo tempo que basquetebol, pois as tabelas encontram-se nos limites dos campos dessas matérias. Ainda como instalações desportivas podemos encontrar o pavilhão da escola, com dimensões de um campo de Basquetebol. Dentro do pavilhão existem duas tabelas de basquetebol, dezoito espaldares e um pequeno palco, onde está colocado todo material necessário para as aulas de ginástica, como por exemplo, os colchões, o *router*, o bock, etc, podemos também encontrar uma pequena sala com espelhos, onde se pode lecionar algumas aulas como a de dança e ginástica de solo. Para a preparação das aulas ou material, bem como das reuniões referentes à área disciplinar, existe também um gabinete para os professores.

Para além destas instalações desportivas, os professores de Educação Física podem contar também com todas as instalações desportivas bem como os materiais que se encontram nos parques que envolvem a escola, como é o caso, o Parque da Fonte Nova, Parque da Baixa de Santo António, Parque Infante Dão Pedro. Estes parques são equipados com campos de basquetebol, futebol, ténis, máquinas para a manutenção física, entre outros materiais.

3.2 - Caracterização da relação educativa

Na concretização do estágio, foram várias as pessoas ou grupos de pessoas que nos acompanharam ao longo do ano, começando pelo núcleo de estágio que era composto pela Rita, pela Sara e pela professora orientadora Olga, que estiveram sempre presentes nas várias fases do processo, referindo assim, que se tornou num grupo bastante unido, realizando sempre os trabalhos em conjunto, acompanhados de uma reflexão crítica, podendo verificar o que estava bem e menos bem, tentando sempre aperfeiçoar. De seguida pudemos também contar sempre com a presença do Grupo de Educação Física, constituído por três professoras e dois professores, afirmando que este grupo sempre se manifestou bastante prestável para ajudar se

alguém precisasse. Por fim, a nossa turma, que para caracterizá-la, aplicámos um questionário realizado pelo Grupo de Educação Física, que nos permitiu conhecer melhor os alunos que a constituem, para assim poder planificar o ensino de modo a que todos pudessem alcançar o sucesso. Através da análise deste questionário pudemos comprovar que a turma era constituída por vinte e seis alunos, dos quais onze eram do sexo feminino e quinze do sexo masculino, no entanto uma aluna acabou por trocar de turma, ficando apenas com dez raparigas. É ainda de referir que a turma apresenta um considerável interesse e contacto com o desporto, tendo no entanto alguns alunos, ainda que muito poucos, com problemas de visão e audição, o que me permitiu ter especial atenção na instrução dos conhecimentos. Por último, pudemos também perceber quais as matérias que os alunos mais preferiam e quais as que gostariam de experimentar, bem como as que já tiveram nos anos anteriores o que me permitiu uma planificação anual mais cautelosa.

Para além destes intervenientes mais próximos do estágio, pudemos sempre contar com a colaboração e simpatia de todos os funcionários da escola, que sempre se mostraram disponíveis para ajudar em qualquer momento, com os membros da direção, que apoiaram sempre todos os nossos projetos e todos os restantes alunos com quem interagiam na escola.

CAPITULO II - ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM

O processo ensino-aprendizagem é desenvolvido em três grandes momentos: o planeamento, a realização e a avaliação. Cada um destes momentos dirige de forma detalhada todo este processo de modo a que o ensino seja realizado de uma maneira eficaz.

1 - Planeamento

“Se no século XVII o projecto é simplesmente uma ideia de acção, bem depressa, no decurso do século XVIII, a palavra assume o sentido de plano que visa realizar essa ideia”

(Lichnerowicz, Séminaire, Colège de France)

Para Luckesi (1996), o ato de planejar é a atividade intencional pela qual se projetam os fins e se estabelecem meios para atingi-los. Este autor, baseado no livro

“Planejamento do Ensino e Avaliação” de Clódia Maria Godoy Turra, define ainda planejamento educacional como um processo de tomada de decisões bem informadas que visam a racionalização das atividades do professor e do aluno, na situação ensino-aprendizagem, possibilitando melhores resultados e, em consequência, maior produtividade.

Ainda tendo por base outros autores, Bento (2003), afirma que na planificação são determinados e concretizados os objetivos mais importantes da formação e educação da personalidade, são apresentadas as estruturas coordenadoras de objetivos e matérias, são prescritas as linhas estratégicas para a organização do processo pedagógico, rematando ainda, que a planificação é o elo de ligação entre as pretensões imanentes ao sistema de ensino e os programas das respectivas disciplinas e a sua realização prática.

Em suma, “planear ou planificar, significa descrever e organizar antecipadamente os objetivos a atingir, os meios e os métodos a aplicar.” Garganta (1991)

A planificação do ensino-aprendizagem decorre em três níveis: o nível I, quando estamos perante a realização do plano anual, o nível II, quando nos referimos à realização das unidades didáticas e o nível III, que diz respeito à realização dos planos de aula.

1.1 - Plano anual

Citando Bento (2003) “ A elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planejamento 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 lectivo”

Assim, segundo a sua perspectiva, ao elaborarmos um plano anual devemos seguir sete etapas: trabalhos preparatórios, que de uma forma resumida engloba a análise dos resultados do ano anterior, da composição da turma e clima, bem como a inventariação e comprovação de materiais e locais e avaliação diagnóstica; a determinação e concretização dos objetivos anuais, ou seja, a formulação dos objetivos para todo o ano e para os diferentes ciclos; a distribuição e ordenamento de horas e matérias, onde se faz o balanço de horas e matérias, tendo em conta a multiplicidade de potencialidade educativa dos exercícios corporais bem como a

unidade entre o ensino e a prática desportiva noutras situações e contextos; a coordenação das tarefas de formação e educação, onde deverão ser apresentados aspetos sobre a formação de habilidade e capacidades corporais; a indicação de controlos, para avaliação do nível de formação e educação alcançado; a marcação de pontos altos no ano letivo; e os trabalhos finais, que comportam a confirmação do plano anual decisão final acerca dos objetivos anuais, reflexão e discussão com os colegas, tendo por base este documento.

Quanto à realização deste documento, podemos afirmar que esta ocorreu no início do ano letivo, possibilitando a reflexão das metas, valores, ensinamentos gerais a transmitir aos alunos, recorrendo à pesquisa de vários documentos, como, o Programa Nacional de Educação Física, o Regulamento Interno da escola, as metas de aprendizagem, entre outros.

O plano anual foi em parte construído em conjunto com os colegas do núcleo de estágio e com os professores do Grupo de Educação Física, pois os objetivos para cada ano foram definidos baseados no Programa Nacional e nas avaliações diagnósticas que realizámos no início do ano para verificar o nível da turma, já o sistema de rotação de espaços (*roulement*) cabe à diretora de instalações (Olga Fonseca) realizá-lo, de modo a que todos os professores de Educação Física possam dar aulas no exterior e no ginásio de forma homogénea. Só após ter o conhecimento deste último aspeto é que pudemos proceder à distribuição das matérias pelos vários períodos letivos, tendo em conta também as condições climatéricas. É ainda de referir que as unidades didáticas selecionadas para o ano letivo são lecionadas de acordo com as instalações e com os recursos materiais, deste modo, podemos salientar que por este motivo a unidade didática de patinagem e ginástica de aparelhos não fez parte da listagem de unidades didáticas para o ano letivo.

A caracterização do meio e da escola foi realizada em conjunto com o núcleo de estágio, realçando, para além das instalações pertencentes à escola e os seus recursos materiais, os parques que envolvem toda a escola, equipados de materiais e campos desportivos, podendo ser usufruídos pela disciplina de Educação Física. Para além da caracterização do meio e da escola, foi realizado uma caracterização à turma do 10º A, retirando dela as informações essenciais para um planeamento anual, nomeadamente a definição de algumas estratégias e metodologias de ensino.

1.2 - Unidades Didáticas

Citando Bento (2003) “As unidades didáticas são partes essenciais do programa ou disciplina (...) e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem.”

Para preparar e estruturar a matéria de ensino, de modo a surgir uma transmissão e apropriação das habilidades motoras de uma forma organizada, é realizado um documento que permita estipular os objetivos gerais e específicos, referir as regras da modalidade, indicar as progressões pedagógicas das várias componentes técnicas e táticas, selecionar as melhores estratégias de ensino bem como os estilos de ensino a utilizar, calendarizar as aulas e criar objetivos para a mesma, e no final refletir criticamente sobre o que se planeou e realizou, este documento refere-se à unidade didática.

A construção das unidades didáticas foram em parte realizadas com a Rita que também lecionava uma turma do 10º ano, tendo as mesmas matérias planeadas, apresentando assim a mesma estrutura deste documento. Para a sua construção tivemos de recorrer a vários livros, outras unidades didáticas e pesquisas online que nos permitiram um conhecimento mais profundo de cada matéria, ainda nesta, a extensão e sequência de conteúdos foi elaborada face às avaliações diagnósticas realizadas no início do ano que ditaram em média o nível de desempenho da turma de cada matéria, face aos objetivos definidos pelo Programa Nacional e ainda sob as condições materiais que a escola possuía. No final deste documento pudemos elaborar as reflexões das várias avaliações de cada matéria, podendo assim comparar o desempenho do aluno no início da unidade didática e no final, percebendo se o aluno evoluiu ou não.

Sendo assim, no primeiro período foram lecionadas as matérias de Ginástica Acrobática, Badminton, Voleibol, Andebol, no 2º período deu-se a continuidade destas duas últimas matérias, introduzindo de seguida a de Futebol e Ginástica de Solo e no 3º período foram lecionadas as matérias de basquetebol e dança. Esta seleção deveu-se aos motivos acima referidos e também porque no campo de Futebol que tem também duas tabelas, tinha que optar por dar as matérias de Futebol, Andebol e Basquetebol separadas, pois estas eram realizadas todas no mesmo campo.

Estas unidades didáticas nem sempre foram construídas no início da matéria, como é o caso da unidade didática de voleibol, pois como fui jogadora durante muitos anos, sabia alguns exercícios a executar. Outra unidade didática que

se encontrou nestas circunstâncias foi a de dança, pois estipulámos logo quais os passos a dar. No entanto, apesar de já termos algum conhecimento sobre estas matérias, a sua construção um pouco depois da matéria ter iniciado causou-me algumas inseguranças sobre as estratégias a utilizar perante alguns factos que foram surgindo, bem como proceder a alguns reajustamentos, como foi o caso dos primeiros passos de dança, onde tivemos que trabalhar primeiro a coordenação.

É de referir também que por vezes tivemos algumas inseguranças no que toca a seleção das estratégias mais adequadas, pois poderiam não ser as mais corretas.

Quanto à aplicação deste documento em prática podemos referir que se sucederam muitos reajustes, pois no momento da avaliação diagnóstica ainda não conhecíamos muito bem os alunos e muitas vezes estas eram feitas com duas matérias em simultâneo, acabando por cometer algumas lacunas nesta avaliação, pois muitos alunos apresentavam um nível mais avançado que aquele que lhes foi atribuído.

No entanto, este documento termina com uma reflexão final sobre todo o processo que foi planeado, assim, nele, pudemos apresentar todos os nossos pontos positivos, negativos e aspetos a melhorar, para que num futuro próximo já consigamos apresentar outra qualidade de trabalho.

1.3 - Planos de Aula

Para o nível III do planeamento, Bento (2003) cita que "...sem se elaborar e ter em atenção o plano anual e o plano da unidade temática, sem se analisar e avaliar o ensino anterior, não se pode falar propriamente de preparação das aulas." Bento, quer com isto dizer que os planos devem ser planificados tendo em conta todos os projetos realizados para poder planificar as aulas. Este autor refere ainda que a aula de Educação Física estrutura-se normalmente em três partes: parte preparatória, parte principal e parte final.

A elaboração dos planos de aula foi feita individualmente, trocando, no entanto ideias entre o núcleo de estágio para a sua correta realização. Esta foi estruturada em três partes: a parte inicial, a fundamental e parte final, em que cada parte para além de ser dividida pelas suas tarefas e o respetivo tempo, era planeada de acordo com os objetivos, com a organização da tarefa, com os critérios de êxito e com as estratégias a adotar.

Na primeira parte da aula (parte inicial), a primeira tarefa a ser descrita dizia respeito à preparação dos alunos para a aula, uma vez que eram dados sete minutos para os alunos se equiparem, já a segunda tarefa dizia respeito a verificação de presenças e apresentação dos conteúdos e objetivos da aula. De seguida se o exercício de aquecimento tinha apenas o objetivo de preparar o organismo para as restantes partes da aula, então este aparecia na parte inicial, se o objetivo deste exercício seria já para introduzir ou exercitar alguma componente tática ou técnica da matéria a lecionar então este seria o primeiro exercício da parte fundamental.

Na parte fundamental da aula eram apresentados os exercícios da matéria ou matérias a lecionar naquele dia, cujo objetivo era de introduzir, exercitar o consolidar as componentes técnicas e táticas daquelas matérias, nesta parte, para proceder a uma boa organização deste plano tivemos que recorrer muitas vezes à unidade didática da matéria. Já a parte final era repartida em dois momentos, o primeiro referia-se ao retorno à calma e ao balanço dado da aula, e o segundo momento referia-se à tarefa de se desequiparem preparando-se higienicamente para as próximas aulas.

É de referir que apesar de planificarmos e estruturarmos sempre as aulas de modo controlado e consciente, muitas vezes este plano era reajustado às condições gerais que naquele dia se apresentavam.

No final de cada plano constava a justificação das opções tomadas e uma reflexão crítica sobre a aula. Zabalza (1994), refere-se a esta reflexão crítica como um diário da aula, mencionando que “o sentido fundamental do diário, no contexto deste trabalho, é o de ele se converter em espaço narrativo dos pensamentos dos professores. O que se pretende explorar através do diário é, estritamente, aquilo que nele figura como expressão da versão que o professor dá da sua própria actuação na aula e da perspectiva pessoal com que a encara.”

A estrutura das reflexões críticas incidiam sobre o planeamento, referindo se houve algum reajustamento e sobre as dimensões da parte da realização, ou seja, a dimensão instrução, a dimensão disciplina/clima e a dimensão gestão. Penso que esta reflexão crítica tornou-se bastante importante, pois ajudava-nos a perceber o que fizemos de bem ou mal e o que poderíamos fazer para as próximas aulas.

2 - Realização

“O docente eficaz é aquele que encontra meios de manter os seus alunos empenhados de maneira apropriada sobre o objetivo, durante uma percentagem de tempo elevada, sem ter de recorrer a técnicas ou intervenções coercitivas negativas ou punitivas. As quatro dimensões do processo ensino aprendizagem estão sempre presentes de uma forma simultânea em qualquer episódio de ensino”

Siedentop (1998)

“Complementarmente, a investigação sobre o sucesso pedagógico, com particular atenção para o sucesso pedagógico em Educação Física (Carreiro da Costa, 1995), permitiu identificar alguns factores de sucesso no ensino das actividades físicas, que se assumiam como objectivos a alcançar pelo futuro professor no sentido de uma acção mais eficaz. Entre tais factores, salientamos o empenhamento motor dos alunos (Pieron, 1996), uma Instrução clara precisa e concisa, frequentemente apoiada pela demonstração (Carreiro da Costa, 1995), o clima da aula, particularmente o positivo (Siedentop, 1998) e o feedback pedagógico.”

Petrica (2012)

Após um planeamento bem fundamentado, definido e estruturado, é necessário colocá-lo em prática. Assim, nesta fase do processo ensino-aprendizagem o professor terá de interagir com os seus alunos fazendo cumprir com êxito toda a sua intervenção pedagógica. Intervenção, que se faz cumprir através de várias dimensões: a instrução, a gestão, a disciplina e o clima.

2.1- Instrução

A dimensão instrução torna-se bastante importante na medida em que reúne todos os comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica utilizados pelo professor para conduzir o ensino durante a aula.

Assim, podemos relatar que no início da aula tentámos que as preleções fossem sempre rápidas mas concretas, querendo com isto dizer, que tentámos sempre referir os objetivos da aula bem como os conteúdos da mesma, para que os alunos ficassem com a ideia clara do que era essencial trabalhar na aula. Já durante

a aula, no início do ano letivo, uma vez que estávamos a lecionar duas matérias em simultâneo, apesar da boa organização do espaço de aula, por vezes a colocação nem sempre era a mais correta, ficando de costas para alguns alunos. No entanto, com o passar do tempo pudemos perceber que era essencial ter sempre a turma toda no campo de visão, selecionando assim locais estratégicos para que assim conseguíssemos superar esse erro.

Para explicar um novo exercício reagíamos sempre obedecendo a dois métodos, ou parávamos a turma toda, referindo a situação que queríamos ver, juntamente com os objetivos, as componentes críticas essenciais e os critérios de êxito, auxiliada de uma demonstração previamente planeada com um aluno da turma, ou se a turma se encontrasse dividida por grupos dispostos em vários campos, parávamos primeiro um grupo e só depois é que nos dirigíamos ao outro grupo, dando a mesma informação. Optámos por esta estratégia em relação à instrução para não haver muitas perdas de tempo nestes momentos.

Ainda nesta dimensão, torna-se fundamental falar sobre o feedback, pois como Rubin & Campbell referem “Sem aprendizagem não podemos viver. Sem feedback não podemos aprender”, ou seja, o feedback torna-se numa informação essencial e importantíssima que visa a correção da prestação dos alunos, é ele que vai indicar e corrigir a execução dos alunos, junto da informação dos meios que o aluno pode ou deve utilizar para melhorar a sua prestação.

Durante o ano letivo tivemos sempre a preocupação de transmitir em todas as aulas os feedbacks corretos para corrigir os alunos. No início do ano, ou seja, no 1º período, foram mais utilizados os feedbacks positivos, apoiando desta forma a execução dos alunos, isto também porque foram as matérias em que os alunos mostraram ter um nível mais avançado. No entanto, começámo-nos a aperceber que teríamos também de começar a corrigi-los e a selecionar a informação correta e clara para transmitir aos alunos. Com o passar do tempo, notei que já conseguíamos transmitir estas informações de uma forma simples, utilizando maioritariamente o feedback positivo, descritivo e interrogativo. Notei ainda que também no início não completávamos o ciclo do feedback, pois transmitia-mos a informação e íamos ver outro aluno ou grupo, mais tarde e após algumas reflexões sobre esta prática, começámos então a fechar o ciclo do feedback, fazendo-o agora naturalmente. Podemos ainda referir que para além de transmitir feedbacks individuais, sentimos muitas vezes a necessidade de parar a turma toda e transmitir o feedback ao grupo,

pois por vezes a maior parte dos alunos cometia os mesmos erros em algumas execuções técnicas.

Para a conclusão da aula, utilizávamos sempre o mesmo método, tornando-se uma estratégia de controlo e gestão da turma e do tempo, após o retorno à calma reuníamos sempre os alunos em meia-lua de frente para a professora, fazendo um balanço da aula através do questionamento, selecionando os alunos à posteriori, e comentávamos o desempenho e comportamentos dos alunos durante a aula, indicando no final os objetivos para a próxima aula.

2.2- Gestão

Como refere Silva (2011) “a gestão eficaz de uma aula consiste num comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividade das aulas, um número reduzido de comportamentos inapropriados, e, o uso eficaz do tempo de aula”.

Normalmente para manter sempre uma boa gestão nas aulas, preparávamos previamente o material que iríamos usar na aula, verificando sempre se precisávamos de mais alguma coisa. Ainda quanto ao material tentámos desde logo criar uma rotina com os alunos, no sentido de os incumbir na montagem e desmontagem do mesmo. Outro método que utilizávamos teve a ver com a estruturação dos grupos, pois se os exercícios fossem organizados por grupos de alunos, delineávamos sempre os grupos dependendo do espaço que iríamos utilizar, do número de alunos e dos objetivos do exercício. Ainda para manter uma boa gestão da aula, ao planeá-la, verificávamos sempre se esta teria uma sequência lógica em relação aos exercícios de acordo com os objetivos estipulados para a mesma. Como já referimos anteriormente, conseguimos quase sempre seguir com o plano de aula, cumprindo com o tempo estipulado para cada tarefa, as vezes que não o conseguimos cumprir deveu-se a interrupções da aula por parte de outrem ou por questões de condições climatéricas. É ainda de referir que para haver uma boa organização da aula e não haver muitas perdas de tempo nas transições dos exercícios, preparávamos a maioria das aulas de modo a que ficassem sempre os mesmos grupos do início ao fim da aula.

2.3- Clima/Disciplina

“A aula é um espaço ecológico caracterizado por uma estrutura social específica, configurada pela significatividade, consistência, direção e tipo de relações sociais nela desenvolvidas”.

(Medina 1989)

Costa e Paretas (1993), mencionam que a disciplina é a parte da educação que assegura o trabalho, ao manter a “ordem” na aula e, ao mesmo tempo, prevenindo ou reprimindo os desvios de conduta, no sentido de formar vontades retas e personalidades energéticas capazes de se bastarem a si mesmas. Tem, pois, a dupla finalidade de estabelecer a governação da aula e a de ensinar aos alunos a autogovernarem-se na ausência da tutela do professor. Ainda as mesmas autoras referem que os professores estão de acordo com a necessidade de evitar que a aula seja algo anárquico, caótico e impeditivo da aprendizagem, porém, para além desta concordância é difícil chegar a um acordo, na medida em que cada professor interpreta o clima da sua aula segundo os seus próprios valores. Assim, uma aula plena de atividades e ruídos será encarada como entusiasta, interessante e ativa por parte de alguns professores, ao mesmo tempo que outros professores a consideram como insolente e indisciplinada.

O clima e a disciplina têm pois a ver com a intervenção pedagógica no que diz respeito às relações interpessoais e ao ambiente criado na aula.

Nesta dimensão podemos referir que se notou uma grande evolução dos alunos, desde o início ao final do ano, pois num primeiro momento eles mostravam-se empenhados pela disciplina, no entanto o comportamento que demonstravam não era o melhor, no entanto, após várias estratégias e métodos de controlo da turma, acabámos por conseguir dominá-la, mesmo em conversa com a orientadora da escola, ela referiu que já conseguíamos ter o total controlo sobre a turma e que a partir daí só tínhamos de estruturar o ensino segundo os objetivos estipulados e segundo as condições em que os alunos se apresentavam nas aulas (tristes, alegres, motivados, entre outros). Após conseguirmos este controlo sobre a turma, a instrução da aula tornou-se muito mais facilitada, percebendo se os alunos estavam atentos e a compreender aquilo que lhes estava a ser dito, utilizando nela, uma linguagem clara e adequada para a sua compreensão.

No final da aula, aquando do balanço sobre a mesma, havia sempre um comentário a fazer sobre a prestação e o comportamento dos alunos, reforçando maioritariamente das vezes os aspetos positivos.

2.4- Decisões de Ajustamento

Acordando com Freitas (2012), as decisões de ajustamento são, provavelmente, a dimensão de intervenção pedagógica mais exigente para o docente, pois o professor tem de possuir a capacidade de improvisar mediante as condições irregulares observadas na aula ou dificuldades apresentadas pelos alunos e, sem dúvida, que a experiência é a melhor forma de adquirir esta competência pedagógica.

Ao longo do processo de ensino sentimos a necessidade de reajustar quer o plano anual, quer as unidades didáticas, quer algumas aulas planeadas. Pois quanto ao plano anual, uma vez que definimos logo a distribuição das matérias por número de aulas e por períodos, este teve de ser reajustado devido ao contratempo sucedido no 1º período. Já as unidades didáticas também sofreram algumas alterações, nomeadamente no número de aulas. Já nas aulas concretamente, foi onde sentimos mais a necessidade de reajustar, isto devido às condições climatéricas, ao número de alunos por aula, às instalações, pois por exemplo, ao dar basquetebol, uma vez que só tínhamos duas tabelas no espaço exterior da escola, optávamos por ir até ao Parque da Fonte Nova, situado perto da escola, pois lá podia-se contar com três campos de basquetebol, podendo assim oferecer outra qualidade de ensino.

3 - Avaliação

A avaliação no contexto escolar revela-se bastante importante no sentido em que esta se realiza segundo objetivos escolares implícitos ou explícitos que, por sua vez, refletem valores e normas sociais, pois como Villas-Boas (1998) afirma “as práticas avaliativas podem, pois, servir à manutenção ou à transformação social”.

Já de acordo com o Decreto – Lei nº 6/2001, de 18 de Janeiro, “a avaliação constitui um processo regulador das aprendizagens, orientador do percurso escolar e certificador das diversas aquisições realizadas pelo aluno”

A avaliação torna-se assim um processo de recolha de informação que permite reconhecer as aptidões, conhecimentos e atitudes dos alunos que estes foram adquirindo ao longo do ano letivo, para desta forma, após ter esse registo conseguir adaptar e estruturar o ensino consoante o nível que os alunos apresentam, através de estratégias e meios que levem ao sucesso de superação das dificuldades.

Uma avaliação bem planeada permitirá apreciar o progresso do aluno e a eficácia do programa escolar. Assim, a avaliação deverá ser planeada de acordo com três momentos: a avaliação diagnóstica, a avaliação formativa e a avaliação sumativa.

Em todos os momentos de avaliação, procedíamos sempre a uma organização da turma por grupos, para assim haver um melhor controlo e registo dos dados.

3.1 - Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica pretende averiguar da posição do aluno face a novas aprendizagens que lhe vão ser propostas e a aprendizagens anteriores que servem de base àquelas, no sentido de obviar a dificuldades futuras e, em certos casos, de resolver situações presentes.

A avaliação diagnóstica torna-se fundamental no sentido em que nos dá o parecer da turma, caracterizando-a com um nível de desempenho (introdutório, elementar ou avançado), podendo assim planear todo o processo de ensino consoante esse nível.

Para a avaliação diagnóstica de cada matéria, e em acordo com a minha orientadora da escola, nas grelhas utilizadas constava os critérios de êxito de acordo com os objetivos estipulados pelo Programa Nacional para o 10º ano, registando os dados com a nomenclatura NI (não introdutório), I (introdutório), E (elementar) e A (avançado). A situação a ser avaliada foi sempre em situação de jogo, quando se tratava de jogos coletivos e em situação de sequência em matérias artísticas.

Para este tipo de avaliação se apresentar mais eficaz, decidimos, utilizar uma estratégia, uma vez que ainda não tínhamos o conhecimento total dos alunos e também porque as avaliações diagnósticas ocorriam com duas matérias em simultâneo, esta estratégia resumia-se ao registo dos alunos que se destacavam pela positiva e pela negativa, registando como nível médio os restantes alunos.

3.2 - Avaliação formativa

Para Allal (1982), a avaliação formativa tem por finalidade assegurar a regulação dos processos de formação, isto é, fornecer informações pormenorizadas sobre os processos e/ou resultados de aprendizagem do aluno, a fim de permitir uma adaptação das atividades de ensino/aprendizagem. Já para Scallon (1982), este tipo de avaliação trata-se de um sistema de avaliação, que consiste em recolher, em ocasiões diferentes, no decorrer de um programa de estudos ou de um curso, informações úteis para a verificar, periodicamente, a qualidade da aprendizagem.

Neste tipo de avaliação é necessária a recolha de informação relativa a dificuldades e/ou progressos dos alunos, interpretar essas informações percebendo a origem da dificuldade e adaptar as atividades de ensino e aprendizagem de acordo com a interpretação que fizemos. Assim para perceber se o aluno tem dificuldades ou se progrediu, temos que precisar os aspetos da aprendizagem dos alunos que é necessário observar, precisar os princípios que orientem a interpretação dos dados e definir metas a seguir para a adaptação das atividades de ensino e aprendizagem às diferenças individuais observadas.

Neste tipo de avaliação, podemos referir que ao registar as prestações dos alunos pelas diversas aulas, tivemos de reestruturar a organização da aula e dos grupos, havendo assim exercícios diferentes para cada nível de ensino. O instrumento que mais utilizámos para o registo destes dados foi a observação, pois consideramos ter uma capacidade memorativa boa, observando alguns alunos por aula, registando os resultados no final da aula, para de seguida e quando tivéssemos um registo da turma inteira reestruturar o ensino.

3.3 - Avaliação Sumativa

Ribeiro (1999) menciona que a avaliação sumativa pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, no sentido de aferir resultados já recolhidos por avaliações de tipo formativos e obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino.

É portanto um balanço final de tudo o que foi realizado até ao momento, assim e porque se trata de uma avaliação final só faz sentido ser avaliada se o percurso tiver sido percorrido e se houver material suficiente para o realizar.

O registo deste tipo de avaliação dependia também da avaliação formativa, pois apesar de haver um teste prático na última aula da unidade didática, os valores obtidos tinham em conta o desempenho dos alunos ao longo das aulas.

Desta forma os critérios de avaliação estavam divididos em duas dimensões: a dimensão cognitiva e psicomotora que estava dividida em dois parâmetros, as atividades físicas que valiam 85% (desta percentagem 50% para o teste prático e os outros 50% para a participação) e a aptidão física que valia 10%, de seguida tínhamos a dimensão das atitudes e valores que estavam divididos pelo empenho e pela sociabilidade que valia 2,5% cada um destes parâmetros.

Para o registo dos dados deste tipo de avaliação foram construídas umas grelhas diferentes para cada matéria (anexo V) em que os exercícios e critérios de êxito foram previamente aplicados no sentido de estar mais presente na aula naquele dia, não me focando somente na organização da aula e no registo. Ainda quanto ao instrumento utilizado, normalmente avaliávamos de uma escala de 0 a 5 cada componente somando tudo no final, ou então em cada critério avaliava de 0 a 20 fazendo a média final. No entanto no nosso ponto de vista a classificação de 0 a 5 torna-se mais exata, pois é uma escala mais curta tendo facilidade em atribuir o nível mais adequado ao desempenho do aluno.

CAPITULO III – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA (ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL)

1 - Conhecimentos gerais e específicos

Antes de iniciarmos o estágio pedagógico nunca tínhamos tido nenhum contacto com a prática letiva, embora este fosse sempre o nosso sonho. Daí seguimos sempre os estudos com vista a cumprir este objetivo profissional.

No início tivemos muitos receios, nomeadamente em saber qual a turma que iríamos ter sobre a nossa responsabilidade, sendo a experiência nula, podendo comprometer as aprendizagens destes alunos.

Contudo após estarmos a concluir esta fase podemos mencionar que esta época do ciclo de mestrado foi uma experiência bastante gratificante, na medida em que nos consideramos capazes de vir a exercer a carreira de docente daqui para a frente. Ao longo deste processo foram muitos os conhecimentos que obtivemos dele,

passando-os a citar pelas várias fases do processo ensino-aprendizagem. No entanto antes de expormos esta descrição, temos que referir que ao longo do processo de ensino-aprendizagem, aprendemos que temos sempre que nos basear em alguns documentos importantíssimos, como é o caso do Programa Nacional de Educação Física, do Regulamento Interno da escola e da legislação referente à função de docente.

Na fase do planeamento, já tínhamos uma ideia formada de como se procedia, no entanto esta ideia não estava completa, pois esta fase recorre a três grandes momentos: o momento a longo prazo, que se trata da elaboração do plano anual, do momento a médio prazo, que se trata da construção das várias unidades didática a lecionar nas aulas, e, o momento a curto prazo, que se trata da realização dos planos de aula. Como estes documentos foram realizados na licenciatura e no mestrado, já sabíamos que na construção do plano anual, primeiro deveria ser feito uma caracterização da escola e do meio, seguido de uma caracterização e análise da turma para poder posteriormente definir as finalidades da Educação Física, os recursos espaciais e temporais, o calendário escolar, o mapa de rotação dos espaços, e as unidades didáticas com a distribuição das aulas para cada uma delas, tornando-se assim um documento orientador para todo o ano letivo. Já a construção das unidades didáticas fez-nos aprofundar um pouco mais sobre as várias matérias que abordámos, pois em muitas delas desconhecíamos algumas regras ou componentes críticas dos gestos técnicos. Ainda nela foi-nos importante para o estabelecimento das várias estratégias de ensino de acordo com o nível de desempenho dos alunos, bem como as progressões pedagógicas que iríamos utilizar. Quanto à elaboração dos planos de aula, foi onde obtivemos mais conhecimentos, pois nele, não é só colocar uma série de exercícios para manter os alunos ativos na aula, tem de haver uma sequência lógica na transição de exercícios e entre aulas, como também é necessário percebermos quais são os exercícios e os critérios de êxito mais corretos para cumprir os objetivos que quero trabalhar naquela aula e daí saber arranjar estratégias que levem os alunos a exercitar corretamente aquelas tarefas e cumprir com uma boa gestão da aula.

A fase de realização, talvez se tenha tornado na fase em que adquirimos mais conhecimentos, pois nela, necessitámos de colocar toda a teoria na prática, tentando reajustar as aulas ao contexto real, procurando deste modo as estratégias mais adequadas para levar os alunos a aprender mais e de uma forma motivante.

No que toca à instrução, é fundamental ter sempre todos os alunos perto e no campo de visão do professor, de modo a garantir que todos os alunos estejam a entender o que lhes está a ser transmitido, assim como é fundamental, sempre que seja possível, utilizar um modelo para demonstrar o que está a ser pedido, este modelo deverá ser sempre um aluno experiente no ato que está a desempenhar para realizar uma boa execução. Deve ser um aluno a demonstrar para que o professor esteja livre para no momento da demonstração indicar as principais componentes críticas e critérios de êxito, esta transmissão de conteúdos deve ser realizada com uma linguagem simples e clara para que todos os alunos percebam a sua explicação. Ainda na parte da instrução, aprendemos que a aula deve ser sempre acompanhada de feedbacks, sendo eles positivos, prescritivos, interrogativos ou descritivos, este deve ser utilizado de forma a que este manipule a qualidade da prestação do aluno na tarefa, levando sempre a cumprir com o objetivo. Após transmitir o feedback mais adequado deve-se concluir o ciclo do feedback, ou seja, observar uma nova execução do aluno e ver se o feedback teve resultado positivo ou não. Aprendemos também que para além dos feedbacks descritivos ou prescritivos, deve-se favorecer o feedback positivo, este permite motivar o aluno na aula, criando assim um bom clima na mesma, contando com alunos mais empenhados na realização dos exercícios, que foi o que aconteceu com a minha turma.

Foi nesta fase que também nos começámos a aperceber que a planificação era algo que servia essencialmente para orientar o ensino, pois este tem de ser reajustado conforme o contexto real, dependendo assim das condições dos alunos, dos materiais, das instalações, entre outros, focando-nos desta forma, na melhor transmissão dos conteúdos, não esquecendo no entanto a organização e gestão da aula.

No que toca à avaliação, o principal conhecimento que adquirimos, foi o de que apesar da avaliação diagnóstica e sumativa serem um momento mais específico, não quer dizer que o professor tenha de estar inteiramente concentrado na observação e registo das prestações dos alunos, deve pelo contrário, dar o parecer de uma aula igual à outras onde há a observação, transmissão de feedbacks e o registo dos resultados, pois contudo, existe a avaliação formativa que nos vai dando a informação do desempenho e nível do aluno ao longo das aulas. Ainda nesta fase, aprendemos também a construir as grelhas de avaliação consoante o contexto da turma, bem como o seu registo. Ainda nesta fase, o

lançamento das notas, as reuniões referentes às avaliações foram também aprendizagens adquiridas, referentes a aspetos mais burocráticos.

2 - Autoformação e desenvolvimento profissional

Nesta área todos os conhecimentos alcançados na faculdade por si só não chegam, há que recorrer a outro tipo de formações de forma a complementar o leque de saberes. De todas as que fizemos, aquelas que consideramos mais importantes relacionando-as com a vertente do ensino foram a formação de instrutora de Zumba que nos ajudou em muito na construção de coreografias e a perceber um pouco mais de dança, sentindo-nos mais preparadas para lecionar a matéria de dança, a formação da Oficina de Ideias, realizada pelo núcleo de estágio da escola Avelar Brotero de Coimbra, em que nos foram oferecidos outros pontos de vista para inovar no ensino, apresentando assim novas estratégias para as matérias nucleares e novas modalidades. Outra formação que consideramos bastante importante para a vertente do ensino, e mais importante ainda porque durante o percurso académico não tivemos nenhuma unidade curricular relacionada com lesões desportivas, foi o curso dos Primeiros Socorros, onde nos foi indicado como agir em determinadas situações de alerta, estando assim mais preparada para caso um aluno se magoasse, conseguir atuar de imediato.

3 - Disponibilidade para os alunos e para a escola

Apesar de realizarmos alguns trabalhos para além do estágio, como é o caso do voluntariado numa instituição e aulas de grupo para três grupos diferentes, o restante tempo que tínhamos livre era ocupado na escola. Deste tempo que era quase o tempo semanal todo, aproveitávamos para, juntamente com as colegas do núcleo, avançarmos com alguns trabalhos relacionados ao estágio. No entanto havia também espaço para interagirmos com os nossos alunos, realizando jogos de voleibol, de futebol, de matraquilhos entre outros, bem como estar disponível para qualquer dúvida que o aluno quisesse tirar ou algum assunto que quisesse falar.

Ainda neste tempo disponível, ajudávamos nas tarefas que o grupo disciplinar realizava, mostrando-nos sempre preparadas para as realizar, bem como interagíamos com as funcionárias. Outra situação que nos fez prender muito à escola foram as atividades a realizar de acordo com a unidade curricular de Projetos

e Parcerias, pois foram atividades que começaram a ser planeada no início do ano letivo tendo terminado no final do estágio (Maio), estas atividades para além de nos proporcionar um maior tempo na escola, fez também com que interagíssemos muito com os elementos da direção, com os professores e alunos do departamento de expressões e com alguns professores que quiseram colaborar.

4 - Trabalho em equipa

Quanto ao trabalho em equipa, podemos afirma que os principais grupos com quem trabalhámos foram o Grupo de Educação Física e o núcleo de estágio. Desde logo temos que mencionar que o espírito de ambos os grupos sempre foi extremamente positivo, pois estávamos perante pessoas muito simpáticas e com um espírito de interajuda fenomenal.

Quanto ao núcleo de estágio podemos referir que foi muito gratificante o trabalho com estas pessoas, que passamos a citar, a professora Olga, a Rita e a Sara, pois apesar de nos criticarmos construtivamente, o que nos serviu para evoluir na nossa *performance* enquanto docente, conseguimos criar através das nossas variadas ideias sempre projetos com bastante sucesso no produto final. Ainda dentro deste grupo podemos referir que sempre nos ajudámos mutuamente na construção dos nossos documentos referentes ao planeamento, bem como nas dicas para as nossas aulas. Afirmamos deste modo, que o trabalho com este grupo só fez com que evoluísse, apoiando-nos sempre umas às outras não deixando que nenhuma desistisse desta etapa.

Quanto ao Grupo de Educação Física, temos que referir que foi um grupo que sempre se manifestou cooperante para tudo o que precisássemos. Nas reuniões da área disciplinar trataram-nos sempre de igual modo, bem como englobaram-nos em todas as atividades desenvolvidas por eles.

5 - Capacidade de iniciativa e responsabilidade

Durante o estágio pedagógico assumimos uma atitude responsável e de compromisso quer por nós que pela comunidade escolar.

Pois quanto aos documentos referentes ao estágio, consideramos que cumprimos atempadamente com os prazos estabelecidos. No que toca ao trabalho coletivo julgamos que estivemos sempre disponíveis e prontas para colaborar quer com novas ideias, quer com a sua implementação prática, como é o exemplo, da

nossa participação em várias atividades desportivas organizadas pela escola, nomeadamente, o corta-mato e o mega sprinter, a competição de dança e o torneio de voleibol. Para comprovar esta iniciativa em alguns destes eventos, podemos relatar que no mega sprinter fomos mais cedo para o local para ajudar os colegas do grupo disciplinar na preparação de todo o material, oferecendo-nos para desempenhar alguma função durante a atividade, acabando por ficar a cronometrar as provas. Outro exemplo, foi no torneio de voleibol, já no início do decorrer do evento, como não havia microfone para chamar as equipas para os campos, tivemos de ir equipa a equipa indicando o campo em que tinham que jogar e para se prepararem, organizando assim todos os participantes. Quanto ao trabalho coletivo, realizado com o núcleo de estágio, podemos referir que estes foram sempre realizados e entregues conforme os prazos estipulados e que na sua elaboração todos os elementos contribuíram para a sua melhor construção.

É ainda de referir que em todos os compromissos que nos propusemos e que naturalmente a escola nos proporcionou, foram todos cumpridos, fazendo-se notar assim a nossa responsabilidade.

6 - Inovação das práticas pedagógicas

Para Abrantes (2010), a inovação das práticas pedagógicas são estratégias pedagógicas que sejam efetivas na produção de conhecimento e que estejam em consonância com as diretrizes educacionais.

Quanto à inovação das práticas pedagógicas, confessamos que na nossa opinião não se trata de utilizarmos instrumentos novos, ou outras vias de ensino, mas sim encontrarmos estratégias ou algo em que consigamos despertar o interesse e a motivação dos alunos para a prática da nossa disciplina. Para isso tentámos planificar sempre as aulas de acordo com o nível dos alunos e despertando neles a sua motivação, um exemplo disso foi a aplicação de jogo em todas as aulas que lecionava jogos coletivos, sendo esta uma forma de os manter empenhados, cumprindo com os objetivos e daqui se verificasse algum erro ou fragilidade na execução de determinados gestos técnicos ou táticos, parávamos o jogo realizando um exercício em que pudessemos corrigir esse erro, voltando a colocá-los de novo em jogo.

Já na fase de realização, tentámos sempre manter uma postura motivante, pois como refere Neves (1982), “ o melhor professor é aquele que revela

competência, sensibilidade, interesse, amizade, amor, comunicabilidade, maturidade e outros itens menos destacados. Por sua vez, o pior professor demonstra incompetência, agressividade, inacessibilidade, prepotência, desinteresse e imaturidade”, mas ao mesmo tempo exigente no ponto de vista do cumprimento das regras e na organização e gestão da aula. Podemos referir que onde aplicámos uma técnica nova para lecionar a aula foi na matéria de dança, pois como temos o curso de instrutora de Zumba e como estávamos a dar salsa, apliquei algumas coreografias de Zumba para o aquecimento e para o final das aulas, pois assim os alunos estavam a exercitar os conteúdos técnicos numa versão diferente à habitual.

Quanto à avaliação, realizávamos aulas semelhantes à do teste prático, para assim ir registando o nível dos alunos, para que quando chegasse a aula do teste prático os alunos não se sentirem pressionados.

7 - Análise crítica e reflexiva

Um bom professor é aquele que “com espírito crítico sobre si mesmo, capazes de analisarem continuamente o seu ensino e o resultado do seu trabalho, e dispostos a promoverem as alterações que se mostrem necessárias” C. Costa e outros (1996).

Após termos concluído esta fase, é de referir que nos sentimos preparadas para realizar a carreira de docente, pois as aprendizagens e o nosso desempenho foram evoluindo ao longo deste processo. Como refere a nossa orientadora da escola, neste momento já conseguimos articular bem as aulas, definindo os objetivos corretos, conseguindo transmitir os conteúdos de uma forma controlada e eficaz, mas mais do que isso conseguindo manter muito bem o controlo sobre a turma, e que isto torna-se a base da função de um professor, e que a partir daqui é que se começa a distinguir um bom professor, de um professor vulgar que apenas cumpre o currículo. Ficando assim com a ideia de que, ao termos estas bases, já temos a capacidade de reajustar o ensino dependendo das condições do contexto que apresentar cada aula.

Dado a que tenhamos sofrido uma enorme evolução e que já temos algum repertório para lecionar, pois é com o tempo e com muita experiência que vamos preenchendo o nosso conhecimento e as nossas bases, podemos relatar que não concordo com alguns processos que decorrem no processo de ensino-aprendizagem, nomeadamente com a estipulação dos objetivos apresentados pelo

Programa Nacional de Educação Física. Na nossa opinião devia haver uma nova reforma neste documento, pois consideramos que estes objetivos estão um pouco desfasados do contexto real das escolas. Outra situação que nos deixou um pouco reflexiva prende-se com a avaliação sumativa, pois em muitas disciplinas esta deve acontecer, nomeadamente em disciplinas mais teóricas, como é o caso do Português, da Filosofia, entre outras, no entanto, na disciplina de Educação Física, uma vez que se trata de uma disciplina prática, em que o professor acompanha sempre o desempenho e a evolução do aluno, não faz sentido haver um momento de registo de uma avaliação final, querendo assim dizer que o professor devia-se centrar mais numa avaliação contínua, acompanhando todo o processo de ensino obtendo no final uma classificação.

Outra situação da qual discordamos totalmente, tornando-se este assunto tema do estudo-caso, tem a ver com o facto da Educação Física não contar para a média final do ano. Com esta medida, notámos que os alunos se empenhavam minimamente nas aulas, justificando-se que “só precisavam de 10 para passar”. Não conseguimos compreender como é que uma disciplina que está ligada inteiramente à saúde, ao bem-estar dos alunos e que se torna numa disciplina que complementa todas as outras está a ser desvalorizada da carreira do ensino.

8 - Compromisso com as aprendizagens dos alunos

“Se um professor não se preocupa nem tem por objectivo que os seus alunos aprendam, o seu papel é o de um animador ou organizador de actividades desportivas.”

Siedentop (1998)

Mais do que promovermos a evolução enquanto docente, uma preocupação e objetivo no estágio sempre foi promover as aprendizagens e as evoluções dos alunos, pois como afirma Costa e outros (1996) “Professores que acreditem na importância da qualidade de ensino e que o seu papel fundamental é promover a aprendizagem”.

Deste modo, verificando que a turma reagia sempre bem aos exercícios propostos e mostrando uma evolução de acordo com os feedbacks transmitidos, com as regras e condutas que lhes íamos transmitindo nas aulas, com as estratégias implementadas, bem como com as progressões pedagógicas, íamos

avançando com exercícios mais centrados no jogo, levando-os assim ao objetivo central.

Ainda para proporcionar um compromisso ético com as aprendizagens dos alunos, organizávamos as aulas por grupos homogêneos, tratando todos os alunos de igual forma, correspondendo sempre ao nível deles, para que não se sentissem muito diferentes uns dos outros, provocando assim igualdade para todos.

9 - Assiduidade, pontualidade e conduta pessoal

Durante todo estágio a assiduidade e pontualidade foram sempre cumpridas em todas as aulas, mostrando-nos sempre pontual, chegando à escola com o tempo devido para permitir uma preparação do material a usar na aula.

No entanto esta pontualidade não se verificou apenas nas nossas aulas, pois apresentámo-nos sempre assíduas e pontuais quer nas reuniões onde estava destinada a nossa presença, quer nas aulas que íamos observar das nossas colegas do grupo de estágio. Pois, nós, como vivíamos relativamente perto uma das outras, combinámos desde o início de estágio pedagógico irmos juntas para a escola, estipulando sempre duas horas de antecedência para nos encontrarmos.

Ainda para completar este parâmetro, podemos referir que sempre nos apresentámos devidamente equipadas, é ainda de mencionar que ao longo deste processo relacionámo-nos muito bem com toda a comunidade escolar, quer com isto dizer, com todos os docentes da escola, com todos os funcionários que são de uma simpática extrema, e com todos os alunos.

CAPITULO IV - APROFUNDAMENTO DO TEMA/PROBLEMA

1 - Tema de Estudo

“Empenho e motivação dos alunos do Ensino Secundário na disciplina de Educação Física”.

2 - Pertinência do tema

Este estudo tem como principal objetivo tentar reconhecer se o empenho e a motivação dos alunos se está a alterar, tendo em conta a lei que foi implementada a 10 de agosto de 2012.

De acordo com a Portaria 243/2012 de 10 de agosto, no seu artigo 16º, ponto 2, “A classificação na disciplina de Educação Física é considerada para efeitos de conclusão do nível secundário de educação mas não entra no apuramento da média final, exceto quando o aluno pretenda prosseguir estudos nessa área. “

Após a publicação desta lei, e uma vez que estou a estagiar numa escola do ensino secundário, fui-me apercebendo tanto na minha turma como nas turmas das minhas colegas do núcleo de estágio, que os alunos mostravam algum desinteresse pela disciplina bem como pela sua prática. Deste facto, as justificações que apresentavam referiam-se essencialmente à falta propositada de material, pois era uma matéria que não gostavam, ou ainda, por comentários como: “nesta disciplina basta apenas ter um 10 para passar”.

Esta realidade despertou-me o interesse em verificar se apenas era só naquelas turmas que se sentia uma desvalorização da disciplina ou se este facto já era comum nos alunos do ensino secundário (10º e 11º ano).

3- Enquadramento Teórico

O desporto tem de se justificar e explicar pedagogicamente, logo é necessário uma modelação didática do conteúdo programático para servir o desenvolvimento da personalidade do aluno no contexto da escola e da sociedade. Deste modo, para provar este facto surge a disciplina de Educação Física, conceituada como um processo que consiste em garantir que cada aluno possa apropriar-se de habilidades técnicas e conhecimentos. É também definida como a apropriação assente no desenvolvimento de capacidades e formação de aptidões, atitudes e valores, visando a plenitude das suas potencialidades de atividade física significativa, multilateral e eclética. Esta disciplina é tida em conta como uma disciplina que promove o desenvolvimento autónomo do indivíduo e da personalidade, a intervenção direta sobre o corpo e por meio de expressões motoras e como estas últimas contribuem para o desenvolvimento da personalidade e integração social.

“As atividades físicas e desportivas têm um efeito positivo no desenvolvimento dos jovens nos domínios cognitivo, social, afectivo e fisiológico, com relevante impacto no desempenho escolar. Consequentemente, defende-se a necessidade de incluir o desporto escolar nas atividades extra-curriculares e, ainda, divulgar e partilhar com pais e professores os benefícios da atividade desportiva no desenvolvimento das criança e adolescentes”.

(Francisco Fontes, Cláudia Minderico e Paulo Vieira)

Para estes autores, os contributos e benefícios da educação física para o desenvolvimento das crianças e dos adolescentes e para o sistema educativo, podem ser organizados em quatro domínios: cognitivo, social, afetivo e fisiológico.

Quanto ao desenvolvimento cognitivo, Fontes, Minderico e Vieira (2011) afirmam que a atividade física melhora a circulação sanguínea, aumentando o afluxo sanguíneo ao cérebro e os níveis de norepinefrina e endorfinas, o que pode reduzir o stresse, melhorar o humor e induzir um efeito calmante pós-exercício. Referem também que a concentração melhora no período imediato à atividade física e o tempo de aprendizagem tende a reduzir-se com a prática regular de atividade física.

Quanto ao desenvolvimento social, a atividade desportiva contribui positivamente na prevenção de comportamentos antissociais nos jovens. Estes autores revelam ainda que os melhores contextos para desenvolver competências e valores sociais são os mediados por professores com formação adequada. Para comprovar este facto também C.Costa e outros (1996) referem que professores com formação adequada são aqueles professores com espírito crítico sobre si mesmo, capazes de analisarem continuamente o seu ensino e o resultado do seu trabalho, e dispostos a promoverem as alterações que se mostrem necessárias. Ainda neste domínio, Fontes, Minderico e Vieira (2011) dão-nos a conhecer que as experiências positivas decorrentes da atividade desportiva oferecem um sentimento de pertença a uma equipa ou grupo, proporcionando oportunidades para o desenvolvimento de capacidades e competências valorizadas.

No que toca ao desenvolvimento afetivo estes autores mencionam que a atividade física induz emoções positivas imediatas e a longo prazo, reduz sintomas de tristeza e de humor deprimido, auxiliando os alunos a serem mais resistentes ao stresse. Num contexto de cooperação e superação, a atividade desportiva aumenta a autoconfiança, permite o contacto social, cria novos contextos, novas experiências, desafios e metas. É ainda de referir que estes efeitos resultantes da prática desportiva, tendem a aumentar a assiduidade dos alunos e o desempenho escolar.

Por último, no domínio fisiológico, estes autores defendem que em muitas sociedades urbanas, existem muitas crianças em que o seu meio de contacto com o desporto é nas aulas de Educação Física ou em pequenos jogos realizados nos recreios das escolas. A aptidão física e fisiológica são beneficiadas pela atividade física, e são estas que representam a força, a flexibilidade, a composição corporal,

entre outros, que decorrem de um estilo de vida que pode afetar o bem-estar, a morbidade, determinando assim níveis de saúde. Ainda em relação a este domínio é que a prática de atividade física pode controlar os processos de adaptação do esqueleto, tais como o crescimento, a modelação e remodelação óssea.

Também numa publicação realizada em 2007 pelo Portal de Saúde, defende-se que a prática da atividade física resulta em alguns benefícios para toda a população, referindo deste modo que a atividade física reduz o risco de doenças cardiovasculares, de alguns cancros e de diabetes tipo 2. Estes benefícios são mediados por muitos mecanismos: em geral, consegue-se através da melhoria do metabolismo da glicose, da redução das gorduras e da diminuição da tensão arterial. Refere ainda que esta prática pode melhorar o sistema músculo-esquelético, o controle do peso corporal e reduzir os sintomas de depressão.

Ainda nesta publicação, são nos dadas a conhecer algumas vantagens da prática de atividade física regular:

- Reduz o risco de morte prematura;
- Reduz o risco de morte por doenças cardíacas ou AVC, que são responsáveis por 1/3 de todas as causas de morte;
- Reduz o risco de vir a desenvolver doenças cardíacas, cancro do cólon e diabetes tipo 2;
- Ajuda a prevenir/reduzir a hipertensão, que afeta 1/5 da população adulta mundial;
- Ajuda a controlar o peso e diminui o risco de se tornar obeso;
- Ajuda a prevenir/reduzir a osteoporose, reduzindo o risco de fratura do colo do fémur nas mulheres;
- Reduz o risco de desenvolver dores lombares, pode ajudar o tratamento de situações dolorosas, nomeadamente dores lombares e dores nos joelhos;
- Ajuda o crescimento e manutenção de ossos, músculos e articulações saudáveis;
- Promove o bem-estar psicológico, reduz o *stresse*, ansiedade e depressão;
- Ajuda a prevenir e controlar comportamentos de risco (tabagismo, alcoolismo, toxicofílias, alimentação não saudável e violência), especialmente em crianças e adolescentes.

No entanto, apesar de todos os benefícios apresentados resultantes da prática de atividade física quer em contexto escolar quer fora dele, a verdade é que

nem todos os alunos são propícios a sentirem o gosto quer pela prática das aulas de Educação Física quer pela prática de atividade física fora da escola, apresentando o conceito de motivação para justificar este facto.

Oliveira (1999), citando Fernandes (1986), define motivação como “o conjunto dos mecanismos internos e dos estímulos externos que activam e orientam o nosso comportamento. A mesma autora, citando também Brito (1994) aclara o conceito de motivação como “um conjunto de factores dinâmicos que determinam o comportamento de cada individuo. No desporto também é usual designar por motivação o conjunto de factores internos e externos (...) que influenciam o esforço e a persistência dos comportamentos a um fim ou objectivo”.

Para Tavares (1979), o comportamento dos alunos pode ser caracterizado, tendo por base este conceito. Assim este distingue vários tipos de alunos: os alunos facilmente motiváveis, os alunos que necessitam de motivos fortes para passarem à ação, os alunos estáveis, os alunos não motiváveis e os alunos fáceis de motivar.

Quanto aos primeiros, Tavares (1979), revela que são alunos que estão sempre prontos e com a melhor das disposições para participarem ativamente e com entusiasmo nos trabalhos escolares, já quanto ao segundo tipo de alunos, este autor refere que estes alunos têm de ser constantemente incentivados, dentro e fora da aula, de modo que, vão sendo preparados para as tarefas a realizar. No que toca aos alunos estáveis, este autor, indica que são alunos que devem ser estimulados e apreciados, de vez em quando, pela perseverança dos seus esforços, pois são alunos que não se apresentam muito encorajados. Os alunos não motiváveis, caracterizam-se, segundo Tavares (1979), difíceis de serem motivados, não tendo sentido para eles os “excitantes” que produzem efeito na maior parte dos colegas, por último, os alunos fáceis de motivar, são aquele em que a motivação é passageira, diminuindo o seu interesse à medida que a aula vai progredindo.

Muitos são os factores que levam o individuo a motivar-se para a prática desportiva, segundo Pereira (1997), o interesse pela prática de atividade física está normalmente associado à ocupação dos tempos livres ou à saúde e bem-estar físico, psíquico e social.

4 - Apresentação do problema

De acordo com a Portaria 243/2012 de 10 de agosto, no seu artigo 16º, ponto 2, a disciplina de Educação Física deixará de contar para efeitos do cálculo da

média final do ensino secundário, exceto quando o aluno pretenda prosseguir estudos nesta área.

Assim, esta medida vai aplicar-se de forma progressiva, produzindo efeitos no ano letivo de:

- 2012/2013, foi destinada apenas para os alunos matriculados no 10.º ano de escolaridade;
- 2013/2014, foi também aplicada para os alunos matriculados no 11.º ano de escolaridade;
- 2014/2015, será para todos os alunos matriculados no ensino secundário.

Sob a forma desvalorizada que a disciplina de Educação Física se está a tornar no atual contexto educativo, é de prever que o comportamento dos alunos se influencie automaticamente. Deste modo com a concretização deste estudo, pretendemos saber se existirão alterações no nível do empenho e da motivação dos alunos do Ensino Secundário, relativamente à disciplina de Educação Física, sabendo-se que a mesma não contribui para as respetivas médias finais?

5 - Estabelecimento de hipóteses

Uma vez que este estudo é de carácter quantitativo, consegue-se prever as hipóteses que concluem este estudo, sendo elas:

- Existem alterações em relação ao empenho e a motivação dos alunos do Ensino Secundário, face à realidade da respetiva classificação não contribuir para a média final
- Não existem alterações em relação ao empenho e a motivação dos alunos do Ensino Secundário face à realidade da respetiva classificação não contribuir para a média final.

6 - Metodologia de investigação

6.1 - Instrumentos utilizados

A metodologia escolhida para a realização deste estudo é quantitativa, pois tem por objetivo analisar objetivamente os dados recolhidos, de forma a aferir e generalizar dados quantificáveis através da sua comparação ou mensuração.

Para a recolha dos dados foi realizado um inquérito por questionário. No sentido de garantir a comparabilidade das respostas de todos os indivíduos, é

absolutamente indispensável que cada questão seja colocada a cada pessoa da mesma forma.

O questionário deve ser de fácil preenchimento, elaborado de forma aprazível e não deve exigir grandes esforços a quem vai preenchê-lo, deste modo as questões devem ser precisas, claras e de fácil compreensão.

O questionário utilizado neste estudo (anexo VII) intitulou-se de “*O empenho e a motivação dos alunos na disciplina de Educação Física*” e é constituído por seis partes. A primeira parte é constituída por questões de identificação, contendo variáveis como idade, género, nacionalidade, local de residência e futuro académico/profissional. Já na segunda parte são apresentadas questões fechadas e de escala numérica, dizendo respeito aos dados escolares dos alunos, nela são exibidos dados em relação ao ano escolar e em relação à preferência das disciplinas. A terceira parte já contempla questões relacionadas com os dados escolares face à disciplina em causa, questionando a nota do ano transato, a nota do 2º período deste ano e o interesse atribuído à disciplina, o tipo de questões apresentadas obedece ao caráter fechado, oferecendo respostas de escala de Likert com quatro níveis: “nada interessante”, “pouco interessante”, “interessante” e “muito interessante”. A quarta parte do questionário refere-se aos dados desportivos, onde o aluno tem de indicar se pratica desporto e qual o desporto que pratica, apresentando então questões fechadas, onde o alunos apenas seleciona o desporto que pratica, ainda nesta parte o aluno terá de referir se no futuro profissional gostaria de estar ligado ao ramo desportivo. A quinta e sexta parte referem-se ao tema central do estudo, questionando na quinta parte sobre o empenho na disciplina de Educação Física, contendo variáveis como a assiduidade, a pontualidade, a participação, e ainda uma questão sobre a postura do próprio aluno se a nota da disciplina contasse para a média final de ano, estas questões de caráter fechado em que obedecem à escala numérica, intervalada pelos valores “0-4”, “5-9”, “10-13”, “14-17” e “18-20”. Já na sexta parte, as questões referem-se essencialmente para o gosto pela prática desportiva, questionando os fatores que o levam a gostar de educação física, oferecendo questões fechadas onde os alunos apenas selecionam os fatores com que se identifica.

Para a aplicação do questionário aos alunos, é indispensável que cada um dê o seu consentimento acerca da sua participação, sabendo que a qualquer momento poderá desistir. É também de revelar que para a aplicação destes questionários é

importante assegurar a privacidade em todo o processo da investigação, certificando que os dados recolhidos são anónimos e confidenciais.

Assim com este questionário pretende-se verificar se a disciplina de Educação Física é considerada uma disciplina de preferência para os alunos, apurar a assiduidade atual dos alunos do 10º ano, apurar a pontualidade atual dos alunos do 10º ano, apurar a participação nas aulas de Educação Física dos alunos do 10º ano e ainda certificar se os alunos do 10º ano teriam outra postura se a nota desta disciplina contasse para a média final de ano.

Após a recolha de dados, realizada no próprio dia, para garantir a veracidade dos resultados, estes foram analisados com o auxílio da ferramenta SPSS.

6.2 - Amostra

Para a concretização desta investigação, os questionários foram aplicados a duas turmas do 10º ano da Escola Secundária Homem Cristo. Num total participaram quarenta e cinco alunos deste ano.

Quadro 1 Análise descritiva da amostra

Variáveis		Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média
Idade	15	27	60	15,53
	16	13	28,9	
	17	4	8,9	
	18	1	2,2	
Sexo	Feminino	26	57,8	1,42
	Masculino	19	42,2	
Local de residência	Perto de casa	23	51,1	1,49
	Longe de casa	22	48,9	
Término do Ensino Superior	Tirar um curso superior	43	95,6	1,07
	Tirar um curso profissional	1	2,2	

	Arranjar emprego	1	2,2	
--	------------------	---	-----	--

Ao analisar a amostra deste estudo podemos afirmar que 60% dos alunos (27) têm 15 anos, seguindo-se uma percentagem de alunos de 28,9% com 16 anos, ainda na variável idade, temos de afirmar que nesta amostra ainda nos é apresentado quatro alunos com 17 anos (8,9%) e outro com 18 anos representando 2,2% da amostra. Já quanto à variável sexo, podemos verificar que 57,8% dos inquiridos são do sexo feminino, representado por 26 alunas, e 42,2% são do sexo masculino, representado por 19 alunos. É de referir também que destes alunos, 23 (51,1%) vive perto da escola e 22 alunos (48,9%) vivem longe da escola. Para terminar esta caracterização, e porque se torna necessário saber se os alunos pretendem prosseguir os seus estudos ou não, pois a pertinência deste estudo é saber se os alunos se empenham e motivam menos, uma vez que a nota de Educação Física já não conta para a média, e esta medida só é aplicada para os alunos que pretendem ir para o Ensino Superior, na variável término do Ensino Secundário, respeitante à questão “ o que pretendes fazer quando acabares o Ensino Secundário”, 95,6% dos alunos (43) referiu que pretendia tirar um curso superior, já a opção tirar um curso profissional e arranjar emprego foram apenas selecionadas por um aluno respetivamente, representando 2,2% da amostra.

7 - Apresentação e Discussão dos Resultados

Com a análise destes dados pretende-se saber qual a opção mais selecionada dentro das escolhas que lhe são oferecidas em relação às questões que caracterizam cada parâmetro do questionário, verificando deste modo se os alunos estão a modificar o seu empenho e motivação nas aulas de Educação Física.

7.1 - Dados escolares

Quadro 2 - Análise descritiva da preferência dos alunos pela disciplina de Educação Física

Ordem de preferência da disciplina de Educação Física				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
1ª Opção	10	22,2	-	-
2ª Opção	4	8,9		
3ª Opção	10	22,2		
4ª Opção	12	26,7		
5ª Opção	7	15,6		
6ª Opção	2	4,4		

No parâmetro dos dados escolares, foi pedido aos alunos que ordenassem de modo crescente a preferência pelas disciplinas. Na análise desta questão tivemos apenas em consideração a disciplina de Educação Física, tentando perceber se esta se torna uma das primeiras escolhas dos alunos ou pelo contrário, se se torna uma das últimas escolhas. Através da análise destes dados podemos considerar que todos os alunos responderam à questão. Dos dados analisados, a média das respostas aponta para a terceira opção, já a moda indica que a opção mais selecionada foi a quarta, com cerca de 12 alunos (26,7%), no entanto a primeira e a terceira opção foram as escolhas com mais percentagem a seguir à quarta opção, com cerca de 22,2%, ou seja, dez alunos respetivamente. É ainda de referir que a segunda e a sexta escolhas, foram as que obtiveram menos percentagem, traduzindo-se nas menos selecionadas pelos alunos.

Com esta observação, é de prever que os alunos ainda sentem algum agrado por esta disciplina, pois entre as disciplinas de Português, Matemática, Filosofia, Inglês/Francês, Educação Física e Biologia, a Educação Física situa-se em quarto lugar na preferência dos alunos.

7.2 - Dados escolares face à disciplina de Educação Física

Quadro 3 - Análise descritiva da nota do ano anterior e do 2º período da disciplina de Educação Física

Nota ano anterior				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
3	12	26,7	4,09	4
4	17	37,8		
5	16	35,6		

Nota 2º período				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
11	3	6,7	15,24	17
12	6	13,3		
13	1	2,2		
14	7	15,6		
15	6	13,3		
16	5	11,1		
17	8	17,8		
18	7	15,6		
19	2	4,4		

Quanto a este parâmetro foi-lhes questionado sobre a nota do ano transato e a nota do 2º período deste ano para tentar perceber se se verificava um desfasamento muito grande na comparação das notas. Ao analisar os dados, podemos verificar que em relação ao ano anterior, tanto a média com a moda das notas apontam para a classificação 4, sendo esta atribuída a dezassete alunos (37,8%), ainda em relação a esta questão podemos verificar que a nota menos atribuída foi a de 3 com apenas doze alunos (26,7%) e que muito próximo da média dos alunos, a nota 5 foi atribuída a dezasseis alunos (35,6%). Já em relação a nota do 2º período deste ano podemos averiguar que a média das notas dos alunos é

classificada em 15,24 valores, no entanto, a moda já aponta para uma classificação um pouco superior, sendo esta de 17 valores, verificada em 8 alunos (17,8%). Para além desta classificação mais exibida pelos alunos, muito próxima desta estiveram a classificação de 14 e de 18 valores com 15,6 % dos alunos e de 12 e 16 valores com cerca de 13, 3% dos alunos. Referimos ainda que a classificação menos verificada nos alunos foi de 19 valores.

É então de considerar que em relação à comparação destas duas notas (ano anterior e nota do 2º período), não se verificou nenhum desfasamento, estando os alunos no mesmo nível de classificação.

Quadro 4 - Análise descritiva do interesse dos alunos pela disciplina de Educação Física

Interesse pela disciplina de Educação Física				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Nada interessante	1	2,2	-	-
Pouco interessante	12	26,7		
Interessante	20	44,4		
Muito interessante	12	26,7		

Ainda neste parâmetro foi pedido aos alunos para selecionarem dentro das quatro hipóteses presentes, aquela que eles consideravam mais pertinente em relação ao seu interesse pela Educação Física.

Ao analisar os dados, verificámos que tanto a média como a moda destes resultados apontam para a classificação de “interessante”, selecionada por 20 alunos (44,4%), ainda assim a classificação de “pouco interessante” foi também selecionada algumas vezes, verificando uma percentagem de 26,7% dos alunos (12 alunos), ainda com a mesma percentagem pude observar a classificação de “muito interessante”. Pode-se assim referir que as opiniões são muito divergentes, havendo quem se interesse muito pela disciplina, mas também havendo alunos quem não se interessam tanto, atribuindo assim neste momento um grau de interesse por parte dos alunos a esta disciplina.

7.3 - Dados desportivos

Quadro 5 - Análise descritiva dos dados desportivos dos alunos

Pratica desporto				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Sim	24	53,3	-	-
Não	21	46,7		

Desporto				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Voleibol	2	4,4	8,26	14
Natação	2	4,4		
Remo	6	13,3		
Andebol	1	2,2		
Futebol	2	4,4		
Outros	10	22,2		

Futuro desportivo				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Sim	10	22,2	-	-
Não	35	77,8		

Em relação aos dados desportivos podemos afirmar que o número de alunos que pratica desporto é muito semelhante ao número de alunos que não pratica desporto, havendo uma diferença de 6,6%, ou seja, três alunos, verificando assim vinte e quatro alunos (53,3%) que praticam desporto e vinte e um alunos (46,7%). Deste modo é de concluir que para muitos alunos a Educação Física é o único momento que oferece a prática desportiva, em relação a esta problemática a Confederação Nacional Independente de Pais e Encarregados de Educação

(CNIPE) em 2012, opina que “ é necessário ter em atenção que a disciplina de Educação Física, se torna para muitos jovens a única forma de praticarem actividade física regular, necessária para o desenvolvimento saudável do seu corpo e, conseqüentemente contribuir para a sua saúde no futuro”.

Dos que praticam desporto, a opção “outros” foi a mais seleccionada, apontando a dança e a musculação como desportos mais praticados, verificando também com uma grande percentagem o desporto “remo” como uma percentagem de 13,3% (6 alunos).

Ainda neste parâmetro foi-lhes questionado sobre o seu futuro desportivo, pois se os alunos quiserem seguir estudos para ingressarem num futuro profissional desportivo, a nota da disciplina de Educação Física já conta para a média final de ano. Assim nesta questão, apenas dez alunos (22,2%) apontaram para a resposta afirmativa e 77,8 % dos alunos (35 alunos) referiram que não queriam estar ligados ao ramo desportivo no futuro profissional.

7.4 - Empenho na disciplina de Educação Física

Quadro 6 - Análise descritiva do empenho dos alunos na Educação Física

Assiduidade				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
25%	1	2,2	3,16	3
50%	8	17,8		
75%	19	42,2		
100%	17	37,8		

Pontualidade				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
25%	1	2,2	2,80	3
50%	16	35,6		
75%	19	42,2		
100%	9	20,0		

Participação				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
10 - 13	23	51,1	3,58	3
14 - 17	18	40,0		
18 - 20	4	8,9		

O empenho dos alunos é muitas vezes visto através da assiduidade e da pontualidade, deste modo, através da análise dos dados referentes à assiduidade, podemos verificar que a maior parte dos alunos (42,2%) apresenta uma assiduidade de 75%, havendo no entanto oito alunos em que a sua assiduidade é de apenas 50%. Já em relação à pontualidade, podemos verificar que a percentagem mais verificada é a de 75% com dezanove alunos (42,2%), no entanto, muito próximo desta percentagem de alunos está a percentagem de 50% de pontualidade com dezasseis alunos (35,6%). Com esta análise é de prever que os alunos estejam a ficar menos responsáveis e exigentes com a sua presença nas aulas de Educação Física.

Ainda na análise do empenho, os alunos tiveram que atribuir uma classificação à participação deles nas aulas desta disciplina, entende-se por participação, o empenho e a motivação deles nas aulas. Desta atribuição, a classificação 10-13 valores foi a mais seleccionada pelos alunos, traduzindo-se assim num esforço mínimo por parte dos alunos. Também a percentagem correspondente a classificação de 14 a 17 valores se aproximou um pouco da escolha dos alunos, fazendo-se notar em 40% dos alunos (18 alunos). Perante este facto, e, de acordo com Tavares (1979), estamos perante alunos estáveis, em que estes nem são pouco esmorecidos, desalentados, nem muito encorajados, entusiasmados, devendo ser estimulados e apreciados pela perseverança do seu esforço.

Quadro 7 - Análise descritiva da opinião dos alunos em relação à nota da disciplina não contar para a média

Nota a contar para a média				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Vantagem	16	35,6	-	-
Desvantagem	29	64,4		

Empenho				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Sim	39	86,7	-	-
Não	6	13,3		

Ainda neste parâmetro foi-lhes questionado sobre a opinião dos alunos sobre a vantagem ou uma desvantagem da nota de Educação Física não contar para a média, nesta questão vinte e nove alunos (64,4), consideraram uma desvantagem, já dezasseis alunos (35,6%) consideram uma vantagem, podendo traduzir-se na ideia que a disciplina de Educação Física é uma disciplina fácil e que a maioria dos alunos facilmente consegue alcançar bons resultados, sendo uma mais-valia na média final, apenas aqueles que não tem tanta predisposição para a disciplina é que ficavam um pouco prejudicados, por este motivo a maioria dos alunos manifestou assim o seu desagrado. Foi-lhes ainda perguntado se a nota de Educação Física contasse para a média se os alunos teriam outro empenho nas aulas da disciplina, quanto a esta questão, a maioria dos alunos, ou seja trinta e nove alunos (86,7%) afirma que teria outro empenho nas aulas de Educação Física, já seis alunos (13,3%) afirmam que não teriam outro empenho, pois já demonstram todo o seu empenho nas aulas

7.5 - Motivação pela prática desportiva

Quadro 8 - Análise descritiva do gosto dos alunos pela Educação Física

Gosto pela disciplina de Educação Física				
Variáveis	Nº de alunos	Percentagem de alunos	Média	Moda
Sim	38	84,4	-	-
Não	7	15,6		

No último parâmetro referente à motivação pela prática desportiva, foi questionado aos alunos, se estes gostavam de Educação Física, e se a resposta fosse positiva teriam ainda de indicar os motivos que o levavam a gostar da disciplina. Nesta questão 84,4% dos alunos, ou seja, trinta e oito alunos afirmaram que gostavam de Educação Física, já sete alunos (15,6%) demonstraram o seu sentimento negativo perante esta disciplina. Dos que afirmaram, os motivos: fazer exercício, prevenir problemas de saúde, descarregar energias e sair da rotina da sala de aula, foram os mais indicados pelos alunos. Embora haja uma percentagem bastante elevada de alunos que ainda sentem um sentimento favorável pela disciplina, cada vez mais os alunos tem de encontrar fatores que os levem a motivar-se na aula. Desta forma, segundo Siedentop (1983) “a atitude positiva e o entusiasmo que o professor deposita na sua intervenção pedagógica torna o ensino mais eficiente assim como estabelece um clima mais favorável ao mesmo. Também Fontaine (2005) num dos seus estudos verificou que os alunos mais motivados para a realização obtêm melhores resultados escolares. Assim, Tavares (1979) conclui que motivar uma aula não é somente recorrer à motivação inicial, é, antes de tudo, um trabalho de ação contínua e permanente, junto da turma no seu todo e de cada aluno em particular, no entanto, este refere ainda que há que ter muito cuidado ao motivar uma aula, pois nesta circunstância, o professor nunca se pode esquecer que tem diante de si um grupo de mentalidades diversificadas, que não deve moldar à sua imagem

8 - Conclusões do estudo

Com este estudo, para o qual ainda não existem dados nem suporte bibliográfico significativo, fomos tentar perceber se esta nova realidade relativamente

à disciplina de Educação Física, já se estava a traduzir na forma desvalorizada dos alunos considerarem a disciplina e, embora a amostra tenha sido diminuta, recolhemos dados significantes.

Após a apresentação e análise dos dados conseguimos perceber que os alunos ainda gostam e se interessam pela disciplina, no entanto afirmam que o seu empenho se está a tornar escasso (notando-se na assiduidade, pontualidade e participação), assumindo que teriam outra atitude na sala de aula se a nota da disciplina contasse para a média final de ano.

Desta forma, é de considerar que a medida implementada pelo Ministério da Educação e Ciência esteja a influenciar negativamente o empenho e a motivação dos alunos na Educação Física, traduzindo-se numa consequência negativa, pois apesar de haver mais percentagem da amostra a praticar desporto, ainda se verificou uma percentagem elevada de alunos que não praticam, tendo apenas a disciplina de Educação Física como um momento para realizar a prática de atividade física.

Assim, perante estes dados, podemos julgar que se esta medida continuar a ser empregada no contexto educativo, cabe aos professores de Educação Física arranjar estratégias emotivas que levem à alteração do comportamento dos alunos para os manter mais motivados e empenhados nas suas aulas.

Conclui-se então, que apesar desta medida se ter implementado há muito pouco tempo, os resultados negativos face ao empenho e motivação dos alunos na disciplina de Educação Física já se começam a manifestar, no entanto, podemos presumir que se traduz numa manifestação lenta, pois apesar de tudo, esta disciplina é uma disciplina atrativa para muitos e que quebra um pouco a rotina da sala de aula (motivo mais apresentado pelos alunos justificando o gosto pela Educação Física). Para terminar, não poderíamos concluir sem deixar de referir que em concordância com uma petição pública feita para o Ministério da Educação e Ciência, consideramos que esta medida, prejudica mais alunos do que aqueles que beneficia, pois se esta existiu com o objetivo de evitar que os alunos baixassem a média final de ano, consideramos que esta opção deveria ser deixada ao critério do aluno, pois contrariamente ao objetivo desta decisão, a nota da disciplina de Educação Física muitas vezes acabava por beneficiar a média do aluno, e desta mudança talvez os alunos se motivassem e empenhassem mais nesta disciplina usufruindo de todos os benefícios que a prática de atividade física lhes oferece.

9 - Conclusão

Antes de iniciar o meu estágio, muitos foram os meus medos e as minhas inseguranças em relação ao meu desempenho enquanto docente, podendo desta forma comprometer as aprendizagens dos alunos.

Durante o estágio tentei sempre aprender com as minhas experiências e os meus erros, procurando soluções para colmatar determinadas situações, tendo sempre como ponto de referência as aprendizagens dos alunos. Ainda nesta fase a responsabilidade e autonomia depositadas em mim para trabalhar com uma turma, permitiu-me perceber o trabalho complexo que um professor tem de desempenhar ao longo do ano, tentando adaptar sempre as aulas consoante os materiais, as instalações e os alunos, nunca esquecendo os objetivos para a aula e para a matéria.

Após a conclusão desta fase posso afirmar que durante o estágio tive sempre em conta que o aluno é o elemento fundamental deste processo de ensino-aprendizagem, e ao planear todo este processo, desde o plano anual, as unidades didáticas, aos planos de aula, tive sempre em conta as características heterogéneas da turma, tentando arranjar diversas estratégias de ensino podendo fazer com que todos os alunos conseguissem acompanhar a matéria e cumprir com todos os objetivos propostos. Posso referir também que o meu controlo sobre a turma foi notório, podendo afirmar que com esta experiência apercebi-me que não é com um tom exigente que vou conseguir captar a atenção dos alunos, mas sim com uma postura de competência e ao mesmo tempo de amiga e motivadora, tornando as minhas aulas com um clima sempre positivo denotando-se o empenho e a motivação dos alunos.

Termino assim esta etapa com o sentimento de dever cumprido, afirmando que verifiquei quer em mim quer nos meus alunos uma evolução notória. A partir deste momento não sei quais serão as possibilidades de ingressar numa escola desempenhando a carreira de docente, no entanto posso considerar que termino esta fase com as bases garantidas de vir a cumprir uma boa função de professora

BIBLIOGRAFIA

- Abrantes, N. (2010). *Prática Pedagógica Supervisionada 2010: Percursos e Balanços*. Aveiro: Universidade de Aveiro.

- Abrecht. R (1994) A avaliação formativa. Portugal: Edições ASA
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física* [3ª edição]. Livros Horizonte, Lisboa.
- Carvalho.L (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. In Boletim SPEF nº11, Lisboa: Sociedade Portuguesa de Educação Física.
- Cipriano C. Luckesi (1996). Avaliação da aprendizagem escolar.São Paulo: Cortez Editora
- CNIPE (2012) Parecer sobre a contabilização da classificação de Educação Física na média do Ensino Secundário para efeitos de ingresso no Ensino Superior. Viseu
- Eufrásio, I. F. J. (2013). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Colégio da Imaculada Conceição junto da turma do 12.ªA, no ano letivo de 2012/2013*. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal).
- Fonseca. A, M (1993). Motivação para a prática desportiva. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.
- Fontaine, A. M. (2005). Motivação em contexto escolar. Lisboa: Universidade Aberta
- Freitas, L. (2012) *Relatório de estágio pedagógico desenvolvido na Escola Básica 2,3 Martim de Freitas junto da turma do 8º A no ano lectivo de 2011/2012*. Relatório Final de Estágio. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Garganta, J. (1991). *Planeamento e periodização do treino futebol*. Revista Horizonte, Vol. VII – n.º 42
- Ghiglione. R & Matalon. B (2005) O Inquérito. Oeiras: CELTA
- Gomez, M.T.& Mir, V & Rerrats, M.G. (1993) Como criar uma boa relação pedagógica. Edições ASA
- Hill. M & Hill. A (2005) Investigação por Questionário. Lisboa: Edições Sílabo
- Hurtado. J (1988) O ensino da Educação Física. Porto Alegre: PRODIL
- Laureano R, M, S. (2011) Testes de Hipóteses com o SPSS o meu manual de consulta rápida. Lisboa: Edições Sílabo.

- Laureano. R, M, S. & Botelho. M, C (2010). SPSS o meu manual de consulta rápida. Lisboa: Edições Silabo
- M.A. Zabalza 1994 Diários de aula. Porto: Porto Editora
- Martinez. L, & Ferreira. A (2010) Análise de Dados com SPSS. Lisboa: Escolar Editora
- Oliveira, N. (1999). Motivação e Satisfação dos alunos na disciplina de Educação Física Escolar. Coimbra
- Petrica, J. M. (2012) O feedback pedagógico em Educação Física. Análise do comportamento de feedback evidenciado por professores preparados por modelos distintos. Revista Digital. Buenos Aires, Año 17, Nº 174,
- Pontes. F & Minderico, C. & Vieira,P.(2011) BENEFÍCIOS DA ACTIVIDADE DESPORTIVA. Lisboa: Revista Noesis, pp 24 – 29
- Reinaldo Soler (2003) Educação Física Escolar. Rio de Janeiro: Sprint
- Ribeiro, L. (1999). Avaliação da aprendizagem. Lisboa: Texto Editora
- Rosado. A (1994) O entusiasmo em Educação Física e Desporto. LUDENS – Vol.14, Nº 4, pp 23 – 30.
- Sobral, F. (1988). Introdução á Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte
- Tavares, A. H (1979). A motivação na escola activa. Lisboa: Didactica Editora
- Vilar. A (1994) Currículo e Ensino. Para uma prática teórica. Portugal: Edições ASA

NORMATIVOS

- Portaria 243/2012 de 10 de agosto, no seu artigo 16º, ponto 2

ANEXOS

Anexo I – Mapa de Rotação de Espaços

S 1	2ª		3ª		4ª			5ª		6ª	
	G	E	G	E	G	E1	E2	G	E	G	E
8.30	10B	10D	11D	11A	11E			12G	12B	11C	12C
10.10	11C	12F		10F	12E	10D	12A	12D		11D	11A
11.50	12D			11F	10C	12C		12G	10A	12E	12A
13.30											
15.10				12B						10B	11B
16.55	10C	10A	10E	11B							

S 2	2ª		3ª		4ª			5ª		6ª	
	G	E	G	E	G	E1	E2	G	E	G	E
8.30	10D	10B	11A	11D		11E		12B	12G	12C	11C
10.10	12F	11C	10F		12A	12E	10D		12D	11A	11D
11.50		12D	11F		12C	10C		10A	12G	12E	12A
13.30											
15.10			12B							11B	10B
16.55	10A	10C	11B	10E							

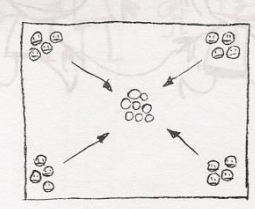
S 3	2ª		3ª		4ª			5ª		6ª	
	G	E	G	E	G	E1	E2	G	E	G	E
8.30	10D	10B									
10.10					10D	12A	12E				
11.50									12A	12E	
13.30											
15.10									10B		

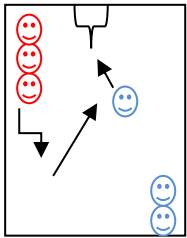
Turmas 10A, 10C, 10E, 10F, 11A, 11B, 11C, 11D, 11E, 11F, 12B, 12C, 12D, 12F e 12G	
1º Período	2º Período
S1 - 23 a 27/09 S2 - 30/09 a 4/10 S1 - 7 a 11/10 S2 - 14 a 18/10 S1 - 21 a 25/10 S2 - 28/10 a 1/11 S1 - 4 a 8/11 S2 - 11 a 15/11 S1 - 18 a 22/11 S2 - 25 a 29/11 S1 - 2 a 6/12	S2 - 6 a 10/01 S1 - 13 a 17/01 S2 - 20 a 24/01 S1 - 27 a 31/01 S2 - 3 a 7/02 S1 - 10 a 14/02 S2 - 17 a 21/02 S1 - 24 a 28/02 S2 - 6 a 7/03 S1 - 10 a 14/03 S2 - 17 a 21/03

3º Período
S1 - 22 a 24/04 S2 - 28/04 a 2/05 * S1 - 5 a 9/05 S2 - 13 a 16/05 S1 - 19 a 23/05 S2 - 26 a 30/05 S1 - 2 a 6/06 S2 - 9 a 13/06 ** * 1 de maio ** 10 de junho

Anexo II - Exemplo de um plano de aula

Professora orientadora: Olga Fonseca	Aluna estagiária: Andreína Maia	Unidade didática: 2 Basquetebol		Período: 3º	Data:05-05-2014
				Nº aula: 85/86	
Ano/Turma: 10ºA	Nº alunos: 25	Hora: 16:50	UD 2/7	Duração: 90 min	Espaço: Exterior
Recursos Materiais: Bolas de basquetebol, coletes, cones, apito		Objetivo da Aula: do passe picado, passe peito e paragem a um tempo e dois tempos.			
Sumário: Introdução do passe picado, passe peito e paragem a um tempo e dois tempos. Jogo 3x3. Circuito de manutenção: abdominais e flexões.		Função Didática: Introdução			

Tempo		Tarefas	Objetivos Específicos	Organização	Critérios de êxito/Componentes Críticas	Estratégias/Estilos de Ensino
T	P					
Parte Inicial						
16:50	7'	Os alunos equipam-se para a aula	Equipar-se devidamente no tempo previsto	Os alunos dirigem-se para os respetivos balneários.	Equipam-se em 7 minutos, devidamente comportados.	
16:57	3'	1.Verificação e controlo de presenças. 2.Explicação dos objetivos da aula e a sua organização.	Verificar se algum aluno está a faltar à aula, se estão devidamente equipados e se realizarão aula prática.	Os alunos formam meia-lua de frente para a professora	Os alunos apresentam-se na aula devidamente comportados, respondendo de imediato à sua chamada.	
Parte Fundamental						
17:00	10'	<u>Ativação Geral</u> Jogo “Quem leva mais bolas”	Desenvolver a cooperação e o espírito de equipa entre os alunos de cada equipa;	 <p>Quatro equipais compostas pelo mesmo número de jogadores, que estarão distribuídas em cada canto do campo.</p>	<p>Ao sinal da professora um elemento de cada equipa corre para o centro, onde estarão colocadas as bolas, e retira apenas uma bola, ao regressar toca na mão do próximo colega para este seguir.</p> <p>Quem tiver mais pontos é a equipa vencedora .</p> <p>Bolas de basquetebol – 3 pontos</p> <p>Bolas de andebol - 2</p>	Professora coloca o aluno a fazer a demonstração dos exercícios.

					pontos Bolas de voleibol - 1 ponto	
17:10	10'	Exercício 2 Passe de peito e picado e finalização em paragem a um tempo e dois tempos.	1.Introduzir e exercitar o passe e a paragem a um tempo e dois tempos	Os alunos a pares vão desde o fundo do campo em passe até à linha de três pontos e finaliza.	Os alunos tem de exercitar corretamente os passes e chegados à linha de três pontos tem de : - executar a paragem a um tempo realizando uma Travagem do movimento com as duas pernas de forma a manter os pés paralelos; - executar paragem a dois tempos realizando a travagem do movimento alternadamente pelas duas pernas.	Professora coloca o aluno a fazer a demonstração dos exercícios.
17:20	10'	Controlo de bola com lançamento parado	Controlar da bola no drible, receção da bola em movimento, finalização com lançamento parado	Grupos de 6 elementos: vermelhos: contorna os pinos em drible, efetua o passe o azul que progride para o cesto lançando parado. Vermelho vai buscar a bola após o lançamento.	Vermelho: Controlo da bola no contorno dos pinos usando a mão direita e a esquerda, realizar o passe de peito para o colega. Ir ao ressalto após o lançamento. Azul: receção em movimento, progressão para o cesto em drible, lançar parado com os m.i. virados para o cesto.	Ensino por tarefa
						
17:30	15'	Exercício 3 Jogo 3x3 e circuito de manutenção.	Exercitar todos os elementos técnicos aprendidos na aula em jogo.	Metade da turma está em duas metades do campo, a outra metade está no circuito de manutenção	Os alunos terão aplicar corretamente os gestos técnicos, conseguindo desmarcar-se e criar linhas de passe. No circuito de manutenção terão que fazer abdominais e flexões.	Se algum aluno ficar de fora exerce a função de árbitro e vai trocando de funções.
Parte Final						
17:45	5'	1.Retorno à calma 2.Esclarecimento de dúvidas	1.Retomar os batimentos cardíacos normais. 2.Verificar se existe alguma dúvida	Alunos dispostos em meia-lua.	Executam os exercícios com correção	Professor seleciona um exercício para orientar o retorno à calma.

Anexo III – Exemplo da grelha de registo da avaliação diagnóstica

Avaliação Diagnóstica										
Ginástica de Solo										
Turma: 10ªA		Rolamento à frente		Rolamento à retaguarda		Apoio facial invertido	Roda	Avião	Ponte/espargata	Nível Individ.
		Engrupado	M.I. apastados	Engrupado	M.I. apastados					
Nº	Nome	Nível								
1		-	-	-	-	-	-	-	-	
2		3	1	1	1	2	1	3	1	2
3		4	3	2	1	3	3	4	4	3
4		2	2	3	1	2	1	3	1	2
5		3	1	1	1	2	1	3	1	-
6		3	3	3	3	2	3	3	1	3
7		3	2	2	1	1	1	3	2	2
8		-	-	-	-	-	-	-	-	-
9		3	3	2	1	3	2	3	2	2
10		4	3	2	1	2	4	2	4	3
11		3	2	3	1	2	1	3	1	2
12		3	1	2	1	1	1	3	1	2
13		3	1	3	1	1	1	3	2	2
14		4	3	2	2	1	1	3	1	-
15		4	3	2	1	2	2	3	1	2
16		4	2	2	1	2	1	3	1	2
17		1	1	1	1	3	1	3	1	2
18		2	2	1	1	1	1	3	1	2
19		3	1	3	1	2	1	3	1	2

Anexo IV – Exemplo de uma grelha de registo da avaliação formativa

Badminton			
Nº de aluno	14/11	25/11	28/11
2	3	3	4
3	3	3	4
4	4	4	4
6	3	3	4
7	2	2	3
8	3	4	4
9	4	4	4
10	2	3	3
11	3	3	4
12	2	3	3
13	3	4	4
15	4	4	4
16	3	3	4
17	3	3	3
18	3	4	4
19	4	4	4
20	2	3	3
21	3	3	3
22	2	2	3
23	3	3	3
24	3	4	4
26	3	4	4
27	4	4	4
28	3	4	4
29	3	4	4

Anexo V – Exemplo de uma grelha de registo de avaliação sumativa

Nº	Nome	Situação 2x2			Jogo 4x4		Total	Participação	Total
		Passe (posição dos m.i e m.s.; contacto com a bola)	Manchete (posição dos m.i e m.s.; contacto com a bola)	Serviço (posição dos m.i e m.s.; contacto com a bola)	Jogo organizado (recepção para o passador, 2º toque para realizar o ataque)	Colocação nas devidas posições; conhecimento das regras			
2		4	4	4	4	4	20	19	20
3		3	2	2	3	3	13	17	15
4		4	4	4	4	4	20	20	20
6		3	2	4	3	4	16	16	16
7		3	2	3	4	4	16	15	16
8		4	3	4	4	4	19	19	19
9		4	4	4	4	4	20	20	20
10		4	4	4	4	4	20	19	19,5
11		3	4	4	3	4	18	19	19
12		3	2	3	3	3	14	8	11
13		4	4	4	4	4	20	20	20
15		4	4	4	4	4	20	20	20
16		3	3	3	3	4	16	17	17
17		2	3	3	2	2	12	17	15
18		4	4	4	4	3	19	20	20
19		4	4	4	4	4	20	20	20
20		4	4	4	4	4	20	19	20
21		4	4	3	4	4	19	17	18
22		2	2	3	3	4	14	16	16
23		3	3	4	4	3	17	17	17
24		3	4	4	3	4	18	18	18
26		3	3	3	4	4	17	18	18
27							0		0
28		4	4	4	4	4	20	20	20
29		4	4	4	4	4	20	20	20

Anexo VII – Questionário aos alunos do 10º ano

Universidade de Coimbra

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

Empenho e motivação dos alunos do Ensino Secundário na disciplina de
Educação Física

Questionário

Como aluna estagiária da disciplina de Educação Física, é-nos proposto desenvolver um estudo caso relacionado à nossa disciplina e aos alunos da nossa escola, deste modo, no meu estudo caso, irei investigar sobre o empenho e a motivação que os alunos demonstram face à disciplina de Educação Física. Assim, necessitava da tua colaboração para o preenchimento sincero deste questionário, para que a informação seja válida.

Agradeço deste modo a tua disponibilidade e colaboração.

(Andreína Maia, 2014)

1. Dados Pessoais

Idade: _____ anos

Sexo:

Feminino Masculino

Nacionalidade: _____

Local de residência:

Perto da escola (até 5 Km) Longe da escola (mais de 5 Km)

O que pretendes fazer quando acabares o Ensino Secundário:

Tirar um curso superior Tirar um curso profissional Arranjar emprego

2. Dados Escolares

3.

Ordena as disciplinas por ordem crescente, de acordo com a tua preferência (1 para a que gostares mais e assim sucessivamente):

Português Matemática Filosofia Inglês/Francês Educação Física Biologia

4. Dados escolares face a disciplina de Educação Física

Nota de Educação Física do ano anterior: _____

Nota de Educação Física deste ano (nota do 2º período): _____

Consideras a disciplina de Educação Física:

 Nada interessante Pouco interessante Interessante Muito interessante

5. Dados desportivos

Praticas algum desporto?

 Sim Não

Se sim, qual destes praticas:

 Voleibol Atletismo Ginástica Rítmica Natação Andebol Ciclismo Ginástica Solo Badminton Futebol Orientação Ginástica Aparelhos

Remo Voleibol Hóquei em patins

Outros, quais? _____

No teu futuro profissional, gostarias de estar ligado(a) ao ramo desportivo?

Sim Não

6. Empenho na disciplina de Educação Física

Qual é a tua percentagem de assiduidades nas aulas desta disciplina?

25% 50% 75% 100%

Qual a tua percentagem de pontualidade nas aulas desta disciplina?

25% 50% 75% 100%

Como avalias a tua participação nas matérias dadas ao longo do ano?

0 - 4 5 - 9 10 - 13 14 - 17 18 - 20

Consideras que a nota de Educação de Educação Física não contando para a média final de ano torna-se

uma vantagem ou uma desvantagem? _____

Terias outro empenho e postura na aula de Educação Física se soubesses que a nota atingida contaria para a média final de ano?

Sim

Não

Porquê? _____

7. Motivação na disciplina de Educação Física

Gostas da disciplina de Educação Física?

Sim

Não

Se a tua resposta anterior foi Sim, assinala com um X os motivos que te levam a gostar desta disciplina.

Estar com os amigos

Melhorar as capacidades

Descarregar energias

Ganhar

Descarregar energias

Trabalhar em equipa

Manter a forma

Aprender novas técnicas

Libertar a tensão

Fazer exercício

Espírito de equipa

Sair da rotina de sala de aula

Prevenir problemas de saúde

