



Rafael Jesus Soares

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA ESCOLA EB 2, 3 DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ANADIA JUNTO DA TURMA DO 7º C NO ANO LETIVO 2014/2015

Estudo: Impacto do Feedback, Positivo ou Negativo, na Aprendizagem da Unidade Didática de  
Tag-Rugby e no Clima de Aula

Relatório de Estágio em Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Setembro, 2015

• U



C •

UNIVERSIDADE DE COIMBRA



# RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

---

**ESCOLA EB 2,3 DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE ANADIA**

Relatório para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

**Orientador:** Professor Alain Massart

Rafael Jesus Soares  
2009129286

**Coimbra**  
**Setembro, 2015**

---

**Esta obra deve ser citada como:**

Soares, R. (2015). *Relatório Estágio desenvolvido no Agrupamento de Escolas de Anadia junto da turma do 7ºC no ano letivo 2014/2015*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Rafael Jesus Soares, aluno nº 2009129286 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).

Coimbra, \_\_\_\_ de setembro de 2015

Assinatura: \_\_\_\_\_

## **Agradecimentos**

É de grande importância, para mim, agradecer a todos os que estiveram presentes ao longo desta enorme caminhada que foi o estágio pedagógico. Aos meus Pais pelo esforço e dedicação ao longo da minha formação académica, para me proporcionar o concretizar de um sonho com a melhor formação possível. À minha namorada, Patrícia Alegre, pelo apoio incondicional desde o primeiro dia.

À Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra e a todos os seus docentes, pelos ensinamentos científicos e práticos que me foram transmitindo ao longo de toda esta caminhada.

Agradeço ao meu colega de estágio, Luís Gonçalo Bandeira, pelo trabalho de equipa que extraordinariamente realizámos ao longo de todo o ano letivo, mesmo face às grandes dificuldades que fomos sentindo durante este árduo percurso.

Aos alunos das turmas C e D do 7º Ano do Agrupamento de Escolas de Anadia, que sempre se mostraram disponíveis e empenhados em todas as aulas.

Ao Professor Alain Massart, Orientador da Faculdade, pelo apoio incondicional durante todo o estágio e constante disponibilidade para esclarecer todas as questões que foram surgindo.

Ao Professor Rui Luzio, Orientador da Escola, pelos valores e conhecimentos transmitidos durante este ano letivo, bem como pela paciência, dedicação e auxílio em todas as dificuldades, tornando os erros em sucessos.

A todos os que não mencionei, mas que, de alguma forma, se cruzaram neste percurso e contribuíram para o meu sucesso, ajudando-me a tornar num melhor docente.

*“ O Sucesso é ir de fracasso em  
fracasso sem perder o  
entusiasmo”*

Winston Churchill

## Resumo

O estágio pedagógico é o momento no qual pomos à prova os conhecimentos adquiridos ao longo dos 4 anos do curso, aplicando-os em contexto real.

Este estágio pedagógico decorreu no 3º e 4º semestres do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, sendo realizado na Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos do Agrupamento de Escolas de Anadia, com a turma C do 7º Ano deste mesmo estabelecimento.

Tendo como objetivos descrever as experiências vivenciadas e conhecimentos adquiridos, bem como refletir sobre estes, o relatório de estágio pretende balancear o trabalho realizado e os resultados obtidos de forma construtiva.

Salientam-se como pontos mais importantes, descritos neste relatório, o relato das nossas experiências, no planeamento, realização e avaliação, descrevendo as principais dificuldades sentidas e a forma como procurámos solucioná-las. Ainda de referir a descrição do estudo de caso que tem como intuito perceber qual o impacto do *feedback*, positivo ou negativo, na aprendizagem da unidade didática de Tag-Rugby e no clima de aula. Para a execução do estudo foram estabelecidas duas aulas de 45 minutos, com um plano de aula idêntico, sendo que, no primeiro momento, o professor apenas utilizou o *Feedback* Positivo e, no segundo momento, apenas foi utilizado o *Feedback* Negativo. Esta investigação teve uma abordagem mista: todos os momentos das duas aulas foram filmados para uma melhor observação, de forma a complementar a reflexão realizada pelo professor em cada final de aula; e utilizou-se um inquérito na parte final da aula, para preenchimento por parte dos alunos. Assume-se que os alunos obtiveram melhores resultados, maior satisfação, empenhamento motor e foco no objetivo das tarefas no primeiro momento onde foi utilizado o *Feedback* Positivo.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico; Reflexão; Formação; Intervenção; Capacidade de Adaptação; *Feedback* Positivo, *Feedback* Negativo, Empenhamento Motor, Satisfação; Motivação.



## **Abstract**

The teaching practice is the moment when we test the knowledge acquired during the 4 years of the course, applying it to real context.

This teaching training took place in the 3rd and 4th semestres of the Masters in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education, in the Basic School of the 2nd and 3rd Cycles of the School group of Anadia, with class C of the 7th grade of this same school.

With the objective of describing the experiences and knowledge acquired, as well as reflect on these, the placement report aims to balance the work and the results obtained in a constructive way.

It stands out as the most important points in this report, the record of are experiences in the planning, implementation and evaluation, describing the main difficulties and how we tried to resolve them. Also to be mentioned the description of the case study, whose main goal is understanding the impact on learning and on the class environment of the feedback, positive or negative, in the teaching unit of Tag-Rugby. For the implemmentation of the study, there were established two 45 minutes classes, with a similar structure, except that in the first moment the teacher only used the positive feedback and in the second moment only the negative feedback was used. This observation had a mixed approach: every moment of both classes was recorded in video to allow a better observation, in order to complement the reflection performed by the teacher after class; and a questionnaire has been distributed at the end of the class, to be filled by the students. It is assumed that the students obtained better results, greater satisfaction, more physical engagement and focus in the tasks objective in the first moment, where the positive feedback was applied

Key words: Teaching practice, reflection, training, intervention, adaptability, positive feedback, negative feedback, physical engagement, satisfaction, motivation.

# Índice

Agradecimentos.....	IV
Resumo.....	VI
Abstract .....	VII
Índice.....	VIII
Índice de Tabelas.....	X
Índice de Ilustrações.....	X
Índice de Quadros .....	X
Índice de Figuras .....	X
Introdução .....	11
1. Enquadramento Biográfico .....	13
1.1 Questões Dilemáticas .....	13
1.2 Plano de Formação Inicial.....	13
1.2.1 Expetativas Iniciais .....	14
1.2.2 Autoanálise.....	14
1.2.3 Dimensão Profissional e Ética.....	15
1.2.4 Participação na Escola.....	15
2. Contextualização da Prática .....	16
2.1 Caracterização do Meio e da Escola.....	16
2.1.1 O Concelho de Anadia .....	16
2.1.2 Agrupamento de Escolas de Anadia.....	16
2.1.3 Caracterização da Turma.....	18
3. Análise Reflexiva da Prática Pedagógica.....	20
3.1 Planeamento .....	20
3.1.1 Plano Anual .....	21
3.1.2 Plano trimestral .....	22
3.1.3 Plano Mensal e Semanal .....	22
3.1.4 Unidades Didáticas.....	22
3.1.5 Planos de Aula.....	24
3.2 Realização .....	25
3.2.1 Instrução.....	26
3.2.2 Gestão.....	27
3.2.3 Clima/Disciplina.....	28
3.3 Decisões de Ajustamento .....	28
3.3.1 Decisões de Ajustamento ao Plano Anual.....	29

3.3.2	Decisões de Ajustamento à Unidade Didática .....	29
3.3.3	Decisões de Ajustamento ao Plano de aula .....	30
3.4	Avaliação.....	30
3.4.1	Avaliação Diagnóstica.....	31
3.4.2	Avaliação Formativa .....	32
3.4.3	Avaliação Sumativa.....	32
3.4.4	Autoavaliação.....	33
3.5	Atitude Ético-Profissional .....	33
3.6	Estratégias de Abordagem do Ensino.....	34
3.7	Aprendizagens Realizadas.....	35
4.	Impacto do <i>Feedback</i> , Positivo ou Negativo, na Aprendizagem da Unidade Didática de Tag-Rugby e no Clima de Aula .....	38
4.1	Pertinência do Tema em Estudo.....	38
4.2	Metodologia .....	38
4.2.1	Amostra .....	38
4.3	Instrumentos utilizados .....	39
4.3.1	Observação direta dos alunos:.....	39
4.3.2	Aplicação de um questionário:.....	39
4.4	Procedimentos .....	39
4.4.1	Seleção dos Feedbacks a utilizar .....	40
4.5	Tratamento estatístico dos dados.....	41
4.6	Apresentação dos Resultados .....	41
4.6.1	Análise da reflexão ( <i>feedback</i> positivo) .....	41
4.6.2	Análise da reflexão ( <i>feedback</i> negativo) .....	41
4.6.3	Análise Quantitativa dos meios Audiovisuais.....	42
4.6.4	Análise dos resultados dos inquéritos .....	44
4.7	Discussão dos Resultados.....	45
4.8	Conclusões do Estudo .....	46
5.	Conclusão.....	48
6.	Referências Bibliográficas .....	49
7.	Anexos.....	52

## **Índice de Tabelas**

Tabela 1 - Análise Audiovisual .....	43
Tabela 2 - Análise dos resultados dos inquéritos através do SPSS .....	44

## **Índice de Ilustrações**

Ilustração 1 - Freguesias constituintes do Concelho de Anadia .....	16
---	----

## **Índice de Quadros**

Quadro 1 - Seleção do Feedback a utilizar .....	40
---	----

## **Índice de Figuras**

Figura 1 – Constituição da Direção e gestão do Agrupamento de Escolas de Anadia...	17
--	----

## Introdução

O atual relatório de estágio surge no âmbito da Unidade Curricular do Estágio Pedagógico, estando inserido no plano de estudos do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Este relatório pretende visar a reflexão das aprendizagens realizadas através da prática profissional na EB.2,3 do Agrupamento de Escolas de Anadia, com intervenção pedagógica numa turma do 7º Ano.

Segundo Silva, Fachada e Nobre (2014), autores do guia das unidades curriculares dos 3º e 4º semestres (p. 14, 2014-15), disponibilizado no início do presente ano letivo a todos os estagiários, podemos referir que:

*“Esta disciplina (Estágio Pedagógico) tem por objetivo fornecer a integração dos conhecimentos teóricos adquiridos ao longo dos quatro anos de formação inicial, através de uma prática docente em situação real e orientada de forma a profissionalizar docentes de Educação Física competentes e adequadamente preparados(...)”*

Para o presente estágio foi-nos disponibilizada a turma C do 7º Ano, mas, visto o núcleo de estágio ser composto apenas por dois professores estagiários, foi-nos apresentada, pelo Professor Orientador Rui Luzio, a possibilidade de lecionar a mais uma turma. Assim sendo, além da turma do 7ºC, tivemos oportunidade de trabalhar também com a turma do 7ºD, sendo que, nesta turma aplicávamos o mesmo plano de aula da turma C. Desta forma, tornou-se mais fácil analisar e corrigir a nossa intervenção, de modo a realizar as decisões de ajustamento necessárias para promover o melhor processo Ensino – Aprendizagem aos nossos alunos. Com esta possibilidade pudemos lecionar o dobro das aulas que inicialmente iríamos lecionar, promovendo-nos mais aprendizagens do que aquelas que alcançaríamos com apenas uma turma. Todos os momentos de avaliação estavam ao encargo do Professor responsável pela turma (Professor Orientador Rui Luzio), sendo que a nós, professores estagiários, apenas era pedido que lecionássemos as aulas abordando o planeamento realizado para a turma C do 7º Ano.

Esta possibilidade aumentou em muito o grau de dificuldade do estágio pedagógico, pois era mais uma turma com características em tudo diferentes. Após o primeiro impacto, onde foi difícil conseguir articular o trabalho realizado, e passando pelo processo de habituação a esta nova realidade, consegui criar rotinas de forma a facilitar

o meu trabalho enquanto docente e o próprio processo Ensino-Aprendizagem. A oportunidade de lecionar em mais uma turma teve um papel preponderante na minha aprendizagem e evolução, pois podia corrigir aspetos menos positivos de uma aula para a outra e podia, também, inovar/arriscar um pouco mais. A possibilidade de realizar o dobro das aulas lecionadas foi, sem dúvida, uma mais-valia no meu crescimento enquanto docente da disciplina de Educação Física.

A realização deste estágio pedagógico, no Agrupamento de Escolas de Anadia, foi um extraordinário percurso, onde pude colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos últimos anos na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Ainda de referir que este relatório de estágio é constituído por 4 pontos cruciais, sendo estes, o Enquadramento Biográfico, onde descrevemos as nossas expectativas iniciais e o nosso plano de formação inicial; Contextualização da Prática, onde caracterizamos o meio, a escola e a turma onde incidiu o nosso estágio pedagógico, a Análise Reflexiva Sobre a Prática Pedagógica, onde descrevemos as nossas vivências, experiências e aprendizagens no planeamento de todos os momentos inerentes ao ano letivo, e o Tema-Problema, onde expomos o artigo sobre o estudo de caso que elaborámos no decorrer desta etapa, e que nos proporcionou grandes aprendizagens sobre as nossas formas de intervir durante a aula de Educação Física.

Este percurso, com esta oportunidade única, proporcionou-me uma grande evolução em termos pessoais e profissionais, tendo a possibilidade de melhorar as minhas capacidades de cumprir as funções de docente da disciplina de Educação Física.

# **1. Enquadramento Biográfico**

## **1.1 Questões Dilemáticas**

Após o término desta etapa, deparamo-nos com algumas questões que ainda hoje sentimos algumas dificuldades em responder com clareza e que se tornam sempre questões pessoais:

- ➔ Será que estamos preparados para um futuro profissional?
- ➔ Seremos capazes de dar resposta às múltiplas exigências que iremos encontrar?
- ➔ Conseguiremos articular todas as nossas funções na escola de modo a dar resposta a todas elas?

Estas são as dúvidas que mais nos suscitam curiosidade no final desta longa caminhada. Consideramos que as respostas venham com a prática, com a experiência e com os erros que ainda serão cometidos, pois não podemos considerar sequer que sabemos tudo, aprendemos somente e experienciamos muitos acontecimentos novos com o estágio pedagógico, acontecimentos estes que nos ajudaram a crescer enquanto docentes de Educação Física e enquanto pessoas. No entanto, agora começará uma nova etapa que irá exigir mais e melhor de cada um de nós, nunca perdendo o foco do objetivo principal, nunca esquecendo qual a nossa função enquanto docentes, enquanto transmissores de conhecimentos, de vivências e experiências. Planear e ajustar atividades em prol das necessidades de cada turma, de cada aluno, sempre com o intuito de retirar o melhor proveito do processo Ensino-Aprendizagem, deverá ser a nossa meta.

## **1.2 Plano de Formação Inicial**

O estágio pedagógico foi uma etapa fundamental na transição para docente de Educação Física, pois o contacto com a realidade de ensino ajudou-nos a entender se estamos aptos para exercer a função de docentes, dando-nos a oportunidade de ganhar experiência e adquirir novos conhecimentos e competências com a prática e apoio dos orientadores.

Na fase inicial desta enorme etapa, existiu a necessidade de realizar o Plano de Formação Inicial, sendo que este consiste numa análise introspetiva relativamente às expectativas iniciais, autoanálise, participação na escola e dimensão profissional e ética.

### **1.2.1 Expetativas Iniciais**

De uma forma mais generalizada as nossas expectativas debruçaram-se em três fatores que consideramos fundamentais: inovação, adaptação e cooperação. No que diz respeito à inovação pensamos que, para nos tornarmos em bons profissionais, este foi um ponto-chave, procurando criar novos métodos e novas estratégias, diferenciando o nosso trabalho de outros anteriormente realizados. O fator da adaptação foi crucial uma vez que trabalhámos com turmas bastante heterogéneas e em constante adaptação ao meio. Cooperar com todos os intervenientes no processo educativo, desenvolvendo relações de respeito mútuo entre docentes, colegas do núcleo de estágio, alunos, encarregados de educação e pessoal não docente.

Desta forma, as expetativas iniciais foram:

- Construção do plano anual;
- Utilização de situações de aprendizagem adequadas ao contexto de turma;
- Elaboração das unidades didáticas;
- Adquirir Conhecimento junto dos Orientadores de Estágio e outros docentes do meio escolar;
- Evoluir ao nível do planeamento e decisões de ajustamento;
- Assessoria ao cargo de Diretor de Turma.

### **1.2.2 Autoanálise**

Salientamos como os nossos pontos fortes a responsabilidade, a capacidade de adaptação, a facilidade de comunicação, o espírito de liderança e a capacidade de colaboração. Em relação aos pontos fracos destacamos a inexperiência que inicialmente nos trouxe alguns problemas com a gestão da turma e as fragilidades sentidas no âmbito do planeamento, realização e avaliação.



### **1.2.3 Dimensão Profissional e Ética**

Em relação a este aspeto, sentimo-nos preparados para transmitir aprendizagens, fundamentando o nosso saber nas nossas experiências e na formação adquirida ao longo dos últimos anos.

Como profissionais de educação assumimos a função de ensinar, apoiando-nos na investigação e na reflexão partilhada da prática educativa, enquadrando orientações de política educativa.

Fomentámos o desenvolvimento da autonomia dos alunos e a sua plena inclusão na sociedade, tendo em conta o carácter e diferenciando as aprendizagens escolares. Procurámos promover a qualidade dos contextos de inserção, de forma a garantir o bem-estar dos alunos e o desenvolvimento de todas as componentes da sua identidade individual e cultural. Identificámos e respeitámos as diferenças pessoais e culturais dos alunos e de todos os membros da comunidade educativa, valorizando os diferentes saberes e culturas e procuraremos combater a exclusão e discriminação. Desta forma consideramo-nos capazes para manifestar as nossas capacidades relacionais e de comunicação, bem como o equilíbrio emocional, nas várias circunstâncias da atividade profissional.

### **1.2.4 Participação na Escola**

Como professores procuramos exercer a nossa função de forma integrada no âmbito das diferentes dimensões da escola como instituição educativa e no contexto da comunidade em que a escola se insere.

Desta forma, procuramos perspetivar a escola e a comunidade como espaços de educação inclusiva e de intervenção social; participar na construção, desenvolvimento e avaliação do projeto educativo da escola e dos respetivos projetos curriculares; integrar no projeto curricular saberes e práticas sociais da comunidade; colaborar com todos os intervenientes no processo educativo, favorecendo a criação e o desenvolvimento de relações de respeito mútuo entre docentes, alunos, encarregados de educação e pessoal não docente; promover interações com as famílias; valorizar a escola enquanto pólo de desenvolvimento social e cultural; e cooperar na elaboração e realização de estudos e de projetos de intervenção no contexto escolar.

## 2. Contextualização da Prática

Análise do meio e materiais, serve para ajudar o planeamento

### 2.1 Caracterização do Meio e da Escola

#### 2.1.1 O Concelho de Anadia

Segundo o projeto educativo do Agrupamento de Escolas (2012 – 2015) podemos referir que Anadia é uma cidade pertencente ao distrito de Aveiro, região Centro e sub-região do Baixo Vouga. O município é limitado a norte pelo município de Águeda, a leste por Mortágua, a sul pela Mealhada, a sul e oeste por Cantanhede e a noroeste por Oliveira do Bairro.

O concelho recebeu foral de D. Manuel I em 1514. O atual município foi criado em 1839 pela fusão de vários concelhos, tendo a vila sido elevada a cidade em 9 de dezembro de 2004. É sede de um município com 216,64 km<sup>2</sup> de área e 29 121 habitantes (2011).



Ilustração 1 - Freguesias constituintes do Concelho de Anadia

#### 2.1.2 Agrupamento de Escolas de Anadia

*“A escola constitui um contexto diversificado de desenvolvimento e aprendizagem, isto é, um local que reúne diversidade de conhecimentos, atividades, regras e valores e que é premiado por conflitos, problemas e diferenças”* (Mahoney, 2002).

Segundo informação recolhida do Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas podemos referir que: a 29 de Março de 2010, por despacho do Secretário de Estado da Educação, foi autorizada a fusão do Agrupamento de Escolas de Anadia com a Escola Secundária com 3º CEB de Anadia, bem como a constituição de uma única Unidade de Gestão – Agrupamento de Escolas.

Posteriormente, a 25 de Junho, por despacho do Secretário de Estado da Educação, foi criado o Agrupamento de Escolas de Anadia que resultou da agregação das Unidades de Gestão do Agrupamento de Escolas de Anadia, Agrupamento de Escolas de Vilarinho do Bairro e Escola Secundária com 3º CEB de Anadia.

O Agrupamento alonga-se por todo o concelho de Anadia e é composto por treze Jardins-de-Infância, dezanove Escolas do 1.º Ciclo, um Centro Escolar (Pré-Escolar e 1º Ciclo), duas Escolas Básicas com 2.º e 3.º Ciclos e uma Escola Secundária com 3.º ciclo.

O agrupamento tem a sua sede na Escola Secundária de Anadia, situada na cidade de Anadia.

O órgão de Direção e Gestão é constituído pelos seguintes elementos:

<b>Agrupamento de Escolas de Anadia</b>	
<b>Diretor</b>	António Elói Cristina Gomes
<b>Subdiretor</b>	Jorge Humberto Martins Pereira
<b>Adjuntos do diretor</b>	Luís António Rosmaninho Campos Bandarra Maria Dulce Abreu Martins Silva Maria Rosa Nicolau Teresa

Figura 1 – Constituição da Direção e gestão do Agrupamento de Escolas de Anadia

A escola 2º e 3º Ciclo do Ensino Básico de Anadia foi o local onde se inseriu o meu estágio pedagógico. No que diz respeito aos recursos espaciais, estes estavam limitados pela rotação de espaços. A rotação de espaços era realizada de duas em duas semanas por: espaço 1, que corresponde a 1/3 do pavilhão polidesportivo; espaço 2, que corresponde a 2/3 do pavilhão polidesportivo; e o espaço 3, que corresponde ao espaço exterior, que é composto por 3 campos de basquetebol, 1 campo de andebol/futsal, 1 caixa de areia (salto em comprimento) e 1 pista de atletismo com 100 metros de distância. Em relação os recursos materiais, estes eram suficientes para a lecionação de todas as Unidades Didáticas que estavam definidas pelo grupo de Educação Física.

Segundo o artigo 34º - Estruturas de coordenação educativa e supervisão pedagógica, descrito no Regulamento Interno do Agrupamento de Escolas de Anadia, No âmbito do n.º 1 do artigo 42.º Decreto-Lei n.º 75/2008, de 22 de Abril, são consideradas estruturas de coordenação educativa e supervisão pedagógica:

- a) Departamento curricular da educação pré-escolar;
- b) Departamento curricular do 1º ciclo do ensino básico;
- c) Departamentos curriculares dos 2º e 3º ciclos do ensino Básico e do ensino Secundário;
- d) Conselho de Directores de Turma do 2º e 3º ciclos do ensino Básico;
- e) Conselho de Directores de Turma do Ensino Secundário;
- f) Conselhos de Turma;
- g) Conselho de Coordenação de Ano/Ciclo;
- h) Coordenador dos Projectos;
- i) Comissão de Coordenação da Avaliação do Desempenho do Pessoal Docente.

### **2.1.3 Caracterização da Turma**

A caracterização da turma C do 7º ano de escolaridade da Escola 2º e 3º CEB de Anadia, do Agrupamento de Escolas de Anadia, terá a finalidade de conhecer a realidade do quotidiano dos alunos que a constituem, de modo a identificar e perceber as particularidades de cada aluno, uma vez que se consideram importantes para o desenvolvimento do processo de Ensino/Aprendizagem, obtendo informações específicas a seu respeito. Tendo como objetivos recolher dados conducentes ao conhecimento dos alunos, nomeadamente, no que diz respeito aos dados pessoais, ao agregado familiar, à ocupação dos tempos livres, diagnosticando, sempre que possível, os casos mais distintos e relevantes; Servir como um instrumento auxiliar de intervenção pedagógica, contribuindo para uma individualização do ensino e consequente melhoria do processo Ensino – Aprendizagem.

Toda a informação aqui recolhida é fundamental, apoiando o professor nas suas ações, quer no ato de planear, quer no momento de lidar pessoalmente com cada aluno. É sabido que existiram alunos provenientes de meios com dificuldades económicas e sociais, carenciados e privados de meios educativos e sociais, tendo este aspeto

perturbado o decorrer normal de algumas aulas, isto porque, alguns dos alunos faltavam com frequência.

Como dito anteriormente, a turma em que incidiu o meu estágio pedagógico, foi a turma C do 7º ano, constituída inicialmente por 23 alunos. Ao longo do 1º período foi incluída mais uma aluna, sendo transferida de uma turma também pertencente a esta escola. A turma é, então, composta por 11 alunos do género masculino e 13 do género feminino, a média de idades da turma era de 12,5 anos. No que diz respeito a retenções em anos letivos anteriores, 12 alunos já foram retidos, sendo que 4 destes alunos já ficaram retidos por 2 vezes. Apesar de existirem alguns alunos com problemas de saúde (visão, audição, asma, bronquite, epilepsia e hiperatividade), estes não eram impeditivos, nem limitadores da participação dos alunos nas aulas de Educação Física.

Através da caracterização da aptidão física da turma, realizada nas primeiras aulas do ano letivo, utilizando o protocolo dos testes do *fitnessgram*, podemos referir que, de forma geral, a turma se encontra toda na Zona Saudável de Aptidão Física. (Consultar resultados em Anexo 1)

### 3. Análise Reflexiva da Prática Pedagógica

#### 3.1 Planeamento

Segundo Taba (1972) *in* Carvalheira (1996), “*planificar é desenhar de forma estruturada o ato de ensinar. Prever, ordenar e desenhar o ato pedagógico, num processo em que os professores e alunos se encontram.*”, ou seja, planificar é antecipar os acontecimentos que poderão decorrer, delineando estratégias de ensino e metas a alcançar. O planeamento tem, assim, um papel decisivo como auxiliador do processo Ensino – Aprendizagem.

O planeamento é a primeira etapa para a realização de um projeto que tenha como objetivo o sucesso. Se pretendemos transmitir corretamente os ensinamentos aos nossos alunos, para que estes os consigam adquirir e consolidar devemos planear, isto é, antecipar as situações que possam advir com o decorrer do ano letivo.

Como reflete Bento (1987), *in* Assunção (2011), “*a planificação é o elo de ligação entre pretensões, imanentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, e a sua realização prática. É uma atividade prospetiva situada e empenhada na realização do ensino.*”

Como é referido no Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º semestres do ano letivo 2014/2015, fornecido a todos os alunos, o planeamento tem o objetivo de desenvolver competências basilares nos conhecimentos profissionais e científicos, de forma a entender o programa oficial de Educação Física, através da seleção de objetivos, conteúdos, metodologias e estratégias adaptadas à realidade da escola.

Posto isto, podemos afirmar que o planeamento é um documento orientador de apoio ao professor, tendo a função de organizar e nortear o processo de Ensino-Aprendizagem de forma a atingir os objetivos propostos. O planeamento deve ser concebido por três momentos distintos, num primeiro momento devemos realizar o plano anual (aliado ao plano anual devemos realizar o plano trimestral e plano mensal e semanal que facilitam a nossa abordagem às unidades didáticas pois, através destes definimos de forma generalizada (plano trimestral) e, de forma mais específica (plano mensal e semanal), quais as temáticas que iremos abordar em cada uma delas), onde devemos traçar os objetivos a longo prazo. Num segundo momento devemos efetuar as unidades didáticas, correspondentes a cada modalidade a lecionar ao longo do ano

letivo, estes são os objetivos a médio prazo. Num terceiro momento são traçados os objetivos a curto prazo através da estruturação dos planos de aula.

Estes três momentos são distintos quanto à sua estrutura, mas complementam-se criando assim o planeamento anual.

### **3.1.1 Plano Anual**

Para Bento (1998), *in* Nunes (2011) “*O plano anual de turma é um plano de perspetiva global que procura situar e concretizar o programa no local e nas pessoas envolvidas.*”

O plano anual visa a programação cronológica das unidades didáticas a lecionar ao longo do ano letivo, abrangendo o número de blocos de 45 minutos concedidos a cada uma destas, assim como a função didática e funções da avaliação atribuídas.

De salientar que o plano anual foi elaborado tendo como base o Programa Nacional de Educação Física (PNEF), por sugestões facultadas pelo Orientador de estágio, Dr. Rui Luzio, e pelas condições espaciais, temporais e materiais presentes na Escola 2º e 3º CEB de Anadia, do Agrupamento de Escolas de Anadia.

Ao longo de todo o ano letivo fomos percebendo que o plano anual realizado inicialmente não é um documento fechado, isto é, o plano anual deve ser flexível de forma a corresponder às necessidades do programa anual de atividades e às necessidades da turma. Com o decorrer do ano letivo fomos tendo a necessidade de alterar este documento: numa fase inicial percebemos que os blocos de 90 minutos em que apenas lecionávamos uma unidade didática, como por exemplo a de ginástica de solo, não se tornavam desafiantes o suficiente para os alunos, pois despendiam muito tempo a realizar as mesmas tarefas. Desta forma, alteramos o plano anual para que realizássemos aulas multimatéria em que procuramos abordar uma unidade didática individual e outra coletiva e, assim, conseguimos que as aulas se tornassem mais dinâmicas e apelativas para os alunos, sendo que estes foram mostrando muito mais empenho e interesse ao longo das mesmas. No decorrer do 2º período voltámos a sentir necessidade de alterar a ordem das matérias a lecionar, isto porque iria decorrer o torneio inter-turmas de tag-rugby e estava definido que esta unidade didática apenas seria abordada no 3º período. Para que os alunos tivessem contacto com a modalidade

antes do torneio decidimos que seria melhor abordar a modalidade em questão ao longo do 2º período, passando para o período seguinte a lecionação de metade das aulas definidas para a unidade didática de Basquetebol.

Ao longo deste ano letivo, a nossa forma de ver e pensar o plano anual mudou radicalmente, visto que inicialmente considerávamo-lo como um documento fixo e que deveria ser seguido à risca, e depois, percebemos ser algo que deve ser moldado face às necessidades da turma e do meio envolvente a esta. (ver Anexo 2)

### **3.1.2 Plano trimestral**

O plano trimestral serve de complemento ao plano anual, e consiste na divisão das unidades didáticas por períodos letivos. O plano trimestral é constituído pelo número da aula, espaço de realização da mesma, número da semana a que corresponde, unidade didática a lecionar e conteúdos a abordar na aula, que são definidos sumariamente neste documento. (ver Anexo 3)

### **3.1.3 Plano Mensal e Semanal**

O plano mensal e semanal serve de complemento ao plano trimestral, este consiste na divisão das unidades didáticas por meses e semanas, tal como o nome indica e define o número de aulas que serão lecionadas em cada semana. É constituído ainda, pela data da aula, o dia da semana, a unidade didática, número de aula do planeamento anual, número da aula da unidade didática e blocos semanais despendidos por cada unidade didática. Neste plano os conteúdos são definidos de forma mais específica, contemplando os objetivos dos exercícios a abordar ao longo da aula. No plano mensal e semanal está também presente a função didática de cada a aula. (ver Anexo 4)

### **3.1.4 Unidades Didáticas**

A unidade didática consiste na esquematização, de uma forma lógica, dos conteúdos e matérias a abordar em cada modalidade a lecionar ao longo do ano letivo.

Para Bento (2003), *in* Afonso, J. (2014), as unidades didáticas são extremamente importantes, porque clarificam, para docentes e discentes, os pontos relevantes do processo Ensino Aprendizagem que devem seguir um conjunto de etapas:



- Articulação com o Plano Anual;
- Definição coerente e clara dos objetivos;
- Indicar com propósito o objetivo didático das várias aulas;
- Entender todas as aulas como um processo de lecionação global;
- Analisar a matéria a abordar;
- Refletir sobre a pertinência da matéria lecionada;
- Abordar igualmente o ensino como processo de aquisição de competências ao nível do conhecimento;
- Utilização do tempo de forma lógica, coerente e infalível sem descurar os reais objetivos.

Em cada unidade didática realizou-se uma avaliação inicial - Avaliação Diagnóstica - com o intuito de identificar os conhecimentos e aptidões dos alunos para cada uma, possibilitando uma adequada definição das estratégias de ensino a utilizar, tendo em vista a concretização dos objetivos previamente propostos. Foi aplicada, ainda, uma Avaliação Formativa, no decorrer da unidade didática, de forma a entender se os objetivos estão a ser atingidos e se será necessário adaptar as estratégias de ensino, e Sumativa por unidade didática.

Na Construção de cada unidade didática, regulámo-nos pelo Plano Nacional de Educação Física (PNEF), para que propuséssemos aos nossos alunos as metas descritas nesse documento. A sequência de conteúdos da unidade didática era apenas estruturada após a avaliação diagnóstica, para que as metas estabelecidas fossem de acordo com as capacidades gerais da turma e poderia ainda sofrer alterações após a avaliação formativa, isto se existisse necessidade de ajustar as estratégias no intuito de melhorar o processo Ensino-Aprendizagem.

Ao longo do ano letivo foram várias as situações em que sentimos necessidade de ajustar o que tínhamos definido inicialmente em cada unidade didática, tanto nos objetivos propostos, como nas estratégias de ensino e também na sequência cronológica das aulas a lecionar.

Na primeira Unidade Didática que lecionámos (Voleibol) sentimos logo esta necessidade de mudança, porque tínhamos como um dos objetivos a aprendizagem do

gesto técnico manchete. Este objetivo veio a mostrar-se, logo nas primeiras aulas, um elemento que dificultava a aprendizagem das noções básicas da unidade didática por parte dos alunos, uma vez que estes não se deslocavam para realizar a receção da bola, visto que, para eles, era muito mais fácil realizar uma manchete lateral do que executar o deslocamento, posicionando-se corretamente na linha da bola, desta forma decidimos retirar o gesto técnico manchete e em poucas aulas os alunos melhoraram muito as suas perceções do jogo e a sua tomada de decisão em cada uma das situações do mesmo. Ainda referente à mesma unidade didática, decidimos alterar a estruturação cronológica das aulas, isto porque, tínhamos vários blocos de 90 minutos onde apenas lecionávamos esta modalidade, tornando as aulas pouco interessantes, desmotivantes e nada dinâmicas para os alunos. Para evitar esta situação recorremos às aulas multimatéria, onde num bloco de 90 minutos lecionávamos as unidades didáticas de Voleibol e Ginástica de Solo, desta forma conseguimos cativar o interesse dos alunos e conseqüentemente o empenho e entusiasmo dos mesmo.

Referente à unidade didática de Ginástica de Solo, foi necessário alterar as estratégias de ensino estipuladas inicialmente. Começamos a abordagem desta através de estações onde os alunos ficavam cerca de 5 minutos a executar o mesmo elemento gímico, após as primeiras aulas e com a reflexão em conjunto com o orientador Dr. Rui Luzio, decidimos alterar a estratégia, dividindo a turma por grupos de nível, onde cada grupo de nível tinha uma ou duas quadras, tendo em conta o número de constituintes de cada grupo. Em cada quadra e consoante os elementos presentes nas folhas de apoio, sendo estas estruturadas mediante os grupos de nível, os alunos deveriam realizar uma sequência gímica. Esta abordagem à unidade didática veio a mostrar-se a mais acertada, pois os alunos ficaram mais empenhados e interessados na modalidade e a liberdade de escolha e a responsabilidade incutida nos alunos foi a nossa decisão mais correta para um ótimo desempenho ao longo da mesma.

### **3.1.5 Planos de Aula**

Para entendermos melhor o que significa planear uma aula podemos citar Bento O. (2003) que afirma que “*existem numerosas propostas de esquemas de aula, cada uma delas caracterizada por uma variedade de constelações possíveis, mas sem que nenhuma possa afirmar a pretensão de validade universal*”. Podemos, então,

entender que o plano de aula não tem apenas uma forma de ser concebido, sendo que cada docente pode ter a sua forma de o estruturar.

Genericamente, podemos identificar algo em comum em todos eles: dividimos então o plano de aula em três partes, inicial, onde o professor dá a instrução inicial sobre a aula, fundamental, onde os alunos executam os exercícios propostos pelo professor para atingir as metas estipuladas para a aula, e final, onde os alunos realizam o retorno à calma e o professor faz uma breve preleção sobre o decorrer da aula e faz a ponte entre a presente aula e a aula seguinte. Para Bento O. (2003), esta é apenas uma das formas como podemos estruturar o plano de aula, de um vasto conjunto de hipóteses.

O plano de aula acolhido por nós é constituído por data, hora, espaço de aula, duração e número da aula do ano letivo e da unidade didática (com estes elementos temos o cabeçalho do nosso plano de aula). De seguida temos a função didática da aula, os objetivos, o sumário, os recursos materiais necessários para o decorrer da aula, a justificação do plano de aula (onde procuramos refletir sobre o porquê da realização dos exercícios e a definição e justificação dos grupos utilizados na aula) e após esta definição e justificação do plano, dividimos o mesmo em 3 partes: inicial, onde realizamos a instrução inicial da aula; a parte fundamental, onde estão descritas as tarefas/objetivos específicos, organização e estratégias de ensino e critérios de êxito para cada exercício proposto no plano de aula. No final de cada aula realizámos uma reflexão crítica com o intuito de refletir sobre a estrutura e dinâmica da aula, desta forma descrevemos os resultados obtidos com os exercícios propostos, as decisões de ajustamento e os seus motivos e resultados, caso tenham existido, reflexão sobre o nosso desempenho enquanto docentes, na instrução, gestão e distribuição dos *Feedbacks*. No final desta reflexão ainda é feita uma referência aos desempenhos gerais da turma e individuais, identificando os alunos com melhores e piores desempenhos ao longo da aula, bem como uma reflexão sobre o que melhor ou o que manter para a aula seguinte. (ver Anexo 5)

### **3.2 Realização**

Siedentop (1983) *in* Sarmiento, P.; Rosado, A.; Rodrigues, J.; Ferreira, V.; Leça-Veiga, A. & Alves, E. (1998) “*considera crítico neste desempenho profissional as*

*dimensões de intervenção pedagógica: instrução dos conteúdos, gestão e organização da sessão, clima e disciplina na aula”.*

Carreiro da Costa (1988) in Sarmiento, P.; Rosado, A.; Rodrigues, J.; Ferreira, V.; Leça-Veiga, A. & Alves, E. (1998) refere a existência de competências de ensino que estão vinculadas ao aproveitamento nas aprendizagens dos alunos, sendo de precaver a manipulação dessas competências no âmbito do processo de formação.

As dimensões descritas por Siedentop devem estar presentes em todos os momentos da intervenção do professor, na aula, estes devem ser utilizados de forma eficaz, mantendo os alunos dedicados e empenhados de maneira apropriada ao processo Ensino – Aprendizagem.

### **3.2.1 Instrução**

A instrução é o instante em que o professor transmite informações aos alunos de forma a proporcionar momentos de aprendizagem. As fases de instrução podem acontecer em qualquer momento da aula e consistem em períodos de instrução sucintos, claros e objetivos e, sempre que possível, com um período de demonstração prévia destinado a cada uma das tarefas a executar, realizada pelos alunos tecnicamente mais evoluídos, utilizando-os como agentes de ensino.

No início de cada sessão foi sempre realizada a ligação com a aula anterior através do questionamento, relembrando as matérias abordadas nas sessões anteriores. Este questionamento efetuou-se de forma personalizada, com o inquirido a ser nomeado a posteriori, o tempo de resposta breve e sempre que o aluno o fizer corretamente, a sua intervenção foi valorizada.

Na introdução da aula, devem ser explicados os exercícios a realizar durante a aula, com a identificação dos seus objetivos apontando para as componentes críticas fundamentais.

Demonstração:

Nos momentos de demonstração, predominantemente relacionados com a dimensão instrução, o professor deve optar por uma demonstração prévia para cada uma das tarefas a executar. Esta deve ser realizada pelos alunos tecnicamente mais evoluídos, utilizando-os como agentes de ensino, de forma a fornecer imagens motoras e informações com qualidade;

Na instrução inicial da aula recorremos ao quadro para esquematização do que iria decorrer ao longo da aula, para que esclarecêssemos todas as dúvidas existentes, desta forma conseguimos diminuir os momentos de instrução ao longo da aula e assim sendo, tornou-se mais dinâmica e com uma rentabilização maior do tempo útil de aprendizagem.

No decorrer da aula os momentos de instrução estavam reduzidos aos momentos de correção, ciclos de *feedbacks*, que procuramos sempre fechá-los e distribuir uniformemente por todos os alunos da turma. Ainda em relação ao *feedback* fomos procurando inovar, exemplo disso foi a unidade didática de Ginástica Acrobática onde recorremos à captação de imagens através do *tablet*, essas imagens eram captadas e no mesmo momento eram analisadas pelo professor e por cada grupo em questão.

Na parte final da aula recorriamos novamente à instrução, realizando uma reflexão conjunta com os alunos onde analisávamos os exercícios e as dificuldades sentidas em cada um deles e soluções para ultrapassar as dificuldades sentidas.

### **3.2.2 Gestão**

Refere-se à gestão eficaz de uma aula, resultando num comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividades das aulas, um número reduzido de comportamentos inapropriados, e o uso eficaz do tempo de aula.

Os aspetos fundamentais para melhorar a gestão da aula são: diminuir o tempo gasto em gestão, reduzir a média de tempo gasto por episódio de gestão, reduzir a média de tempo gasto em cada episódio de transição, definir rotinas específicas, definir e manter o ritmo e entusiasmo pela aula e prever comportamentos de desvio.

Em relação a esta dimensão, fomos aprendendo, ao longo do tempo, a melhorá-la: os primeiros alunos a chegar a aula ajudavam o professor a montar o espaço de aula, quando este ainda não estava pronto, pois procuramos sempre chegar com antecedência para preparar todos os materiais a utilizar; nas transições de exercícios, os alunos que não realizavam aula prática, ajudavam a desmontar e montar o próximo exercício e arrumavam o material no final da aula, a outra estratégia que se veio a mostrar preponderante na gestão do tempo de aula foi a de verificação de presenças enquanto os alunos realizavam o aquecimento e mobilização articular, esta tarefa era

instruída por um aluno diferente em cada aula, com esta decisão procuramos inculcar os valores de responsabilidade e autonomia dos alunos, pois estavam responsáveis por um dos momentos da aula.

### **3.2.3 Clima/Disciplin**

A dimensão clima engloba os aspetos de intervenção pedagógica relacionados com as interações pessoais, relações humanas e ambiente. O professor deve ter preocupação em promover comportamentos responsáveis, aceitando as consequências dos compromissos assumidos, demonstrar e exigir comportamentos baseados em valores e padrões éticos explícitos, o que ganha ainda mais importância dado o tema da escola “Saber ser, Saber estar” e promover, organizar e animar a cooperação entre os alunos.

Na dimensão disciplina pretende-se promover uma atmosfera positiva durante o decorrer da aula, conseguindo, para isso, ter o maior número de alunos motivados para a sua realização, atribuindo uma relevância especial ao seu desempenho, quanto ao seu esforço, participação, respeito pelo próximo, interajuda, conduta e espírito de liderança e deixando bem claro a importância destes itens para a sua avaliação final.

O conjunto de regras foi bem definido logo a partir do primeiro dia, desde a importância da assiduidade e pontualidade, assim como a total intolerância para faltas de educação, de respeito e de todo o tipo de comportamentos de indisciplina, com consequências punitivas para quem infringir este conjunto de regras.

Nestas dimensões foi onde encontramos mais dificuldades, não no controlo da turma, mas sim devido ao facto dos alunos, maioritariamente do género feminino, não serem pontuais e realizarem poucas aulas práticas, isto também porque alguns encarregados de educação pactuaram com os seus educandos, justificando sempre essas faltas com doenças, muitas vezes inexistentes.

## **3.3 Decisões de Ajustamento**

Ao longo deste ano letivo foram várias as situações em que necessitamos de realizar decisões de ajustamento, estas foram realizadas em 3 níveis distintos, mas que se complementam, sendo assim, as nossas decisões de ajustamento foram realizadas no plano anual, nas unidades didáticas e nos planos de aulas.

### **3.3.1 Decisões de Ajustamento ao Plano Anual**

No que diz respeito às decisões de ajustamento ao plano anual, logo no início do ano letivo, já após concluído o documento, constatámos que era necessário alterá-lo. Quando iniciámos a lecionação de voleibol, planeámos aulas de 90 minutos, logo percebemos que era demasiado tempo para lecionar apenas uma modalidade e tornar-se-ia muito monótono devido ao fraco desempenho que os alunos demonstraram nesta UD, sendo impossível complexificar e dinamizar a modalidade. Por isto, optámos por unir as duas unidades didáticas (Voleibol e Ginástica de Solo), realizando aulas interessantes e atrativas para os alunos. Com esta decisão, fomos desde cedo postos à prova para lecionar duas matérias na mesma aula e em simultâneo, requerendo já alguma experiência da nossa parte. Inicialmente foi difícil, errámos, mas foi bastante benéfico para a nossa evolução enquanto professores.

O mesmo se sucedeu no segundo e terceiro períodos, onde se fez a junção de várias unidades didáticas. No segundo período, realizámos aulas com três matérias diferentes, exigindo cada vez mais de nós, algo a que nos propusemos ser desde o início do estágio. Em determinadas aulas do segundo período, juntamos atletismo (salto em altura e salto em comprimento) com ginástica de aparelhos e condição física. No terceiro período, unimos a ginástica acrobática ao basquetebol. Estes são apenas alguns exemplos da forma como recorreremos às decisões de ajustamento no plano anual.

### **3.3.2 Decisões de Ajustamento à Unidade Didática**

As decisões de ajustamento às unidades didáticas foram uma prática recorrente em todas elas, sendo na definição de objetivos, por serem em excesso, como no caso da unidade didática de Voleibol, em que sentimos a necessidade de simplificar mais os objetivos para que os alunos alcançassem o sucesso, ou por os objetivos serem pouco ambiciosos, como no caso da unidade didática de Andebol, onde os alunos mostraram uma grande proficiência na realização de todos os objetivos propostos. Os ajustamentos incidiram também no número de blocos de algumas unidades didáticas, exemplo disto é a de Ginástica Acrobática, em que decidimos aumentar o número de blocos disponíveis para esta, visto que os alunos mostraram grande apetência para a prática e sempre em constante evolução, querendo sempre realizar objetivos mais complexos do que os anteriores.

Em suma, podemos concluir que as decisões de ajustamento às unidades didáticas devem às reflexões sobre o trabalho realizado ao longo das aulas e as avaliações intermédias das performances dos discentes, pois através da análise destes dois aspeto definimos que ajustamentos devem ser efetuados e se é realmente necessário realizá-los.

### **3.3.3 Decisões de Ajustamento ao Plano de aula**

As decisões de ajustamento ao plano de aula foram recorrentes ao longo do ano letivo pelas mais variadas razões, fossem as condições atmosféricas, que não nos permitiam realizar a aula no exterior, ou era necessário ceder um espaço à turma, que se encontrava nessa situação, fosse por um elevado número de alunos não realizar aula prática, existindo a necessidade de ajustarmos os exercícios propostos e os grupos previamente definidos, fosse por necessidade de complexificar os exercícios, visto que os alunos estavam a corresponder e então era necessário exigir mais destes, para que a sua evolução não estagnasse, e ainda quando era necessário descomplexificar os exercícios ou alterá-los totalmente, por estes serem demasiados complexos ou não resultarem. Sem dúvida alguma que este tipo de decisões de ajustamento foi o mais aliciante para nós, pois exigia uma resposta imediata da nossa parte. Inicialmente não conseguíamos ajustar com facilidade, demorando alguns minutos a perceber o que seria melhor para a turma e para que esta conseguisse alcançar os objetivos propostos para a aula, mas com a prática fomos ajustando cada vez melhor e sem que a turma estivesse inativa na aula. (ver Anexo 6)

### **3.4 Avaliação**

A avaliação é um processo contínuo e sistémico e “regulador do ensino, orientador do percurso escolar e certificador dos conhecimentos adquiridos e capacidades desenvolvidas pelo aluno.” (Decreto-Lei nº 139/2012, de 5 de julho, capítulo III, secção I, artigo 23º, ponto 1).

Tal como afirmam Domingos, Neves, & Galhardo (1987) *in* Marques, M. (2010) “*guiámos os alunos no sentido de alcançarem os objetivos educacionais, diagnosticámos as suas dificuldades de aprendizagens, colocámo-los em grupos para determinadas atividades, assistimo-los nos seus problemas de ajustamento, atribuímos classificações*”.



Através da avaliação podemos determinar quais os instrumentos a usar, as estratégias a adotar e as metodologias a aplicar de forma a criar condições ótimas de aprendizagem. Neste sentido, a avaliação é necessária ao professor para este determinar onde se situa o aluno ou um grupo de alunos no processo de aprendizagem, e também é necessária ao aluno para que este fique com uma ideia clara dos objetivos de ensino que ainda não adquiriu.

### **3.4.1 Avaliação Diagnóstica**

A avaliação diagnóstica tem como principal objetivo recolher informações sobre os conhecimentos e aptidões que o aluno possui no início de cada matéria de ensino.

Como objetivos mais específicos da Avaliação Diagnóstica, podemos referir:

- ➔ Ensinar/aprender ou consolidar rotinas de organização, situações organizativas típicas da Educação Física, normas de funcionamento, entre outros;
- ➔ Expor as matérias a lecionar durante o ano aos discentes;
- ➔ Identificar as capacidades dos alunos em cada Unidade Didática a abordar;
- ➔ Identificar os alunos mais capacitados e os alunos com mais dificuldades em cada uma das matérias;
- ➔ Recolher informações que permitam elaborar o Projeto Curricular de Educação Física;
- ➔ Avaliar o nível dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto das matérias da Educação Física;
- ➔ Decidir o grau de exigência para cada matéria em cada Unidade Didática;

No início do ano letivo foram algumas as dificuldades sentidas na avaliação diagnóstica, visto que na aula dedicada a esta avaliação não a entendíamos como uma aula em que os alunos já deveriam começar a trabalhar as suas capacidades, passando um bloco em jogo, no caso das unidades didáticas coletivas, sem que facultássemos qualquer tipo de *feedback*, limitando-nos a registar o desempenho dos nossos alunos.

Após reflexão conjunta do núcleo de estágio entendemos que o que realizávamos até então era desajustado à realidade escolar. A partir desse momento planeámos as avaliações diagnósticas de uma forma mais didática, sendo que propúnhamos mais objetivos além do de avaliar, aproveitando, desta forma, a aula de

avaliação diagnóstica para introduzir as componentes técnicas de cada unidade didática. (ver Anexo 7)

### **3.4.2 Avaliação Formativa**

Este segundo momento avaliação, segundo Ribeiro & Ribeiro (1989) *in* Pires, A. F. G. (2014), escolta todo o processo de Ensino-Aprendizagem, reconhecendo as aprendizagens realizadas com sucesso e aquelas onde os discentes sentiram mais dificuldades, para que se procure solucionar as últimas e levar a maioria dos alunos à proficiência ao sucesso nas funções que executam.

A Avaliação Formativa foi aquela em que sentimos mais dificuldades ao longo de todo o ano letivo, pois, muito à semelhança daquilo que se sucedeu nas primeiras Avaliações Diagnósticas, entendíamos os momentos de avaliação como um momento em que as instruções deviam ser o mais reduzidas possível. Após uma reflexão conjunta, entendemos a avaliação formativa como um complemento à avaliação das metas e objetivos propostos por nós e, através desta, conseguimos avaliar as nossas estratégias e metas, podendo assim ajustá-las caso sentíssemos essa necessidade, sempre com o intuito de promover o melhor processo Ensino – Aprendizagem aos nossos alunos. (ver Anexo 8)

### **3.4.3 Avaliação Sumativa**

A avaliação sumativa tem o propósito de expressar aquilo que os alunos sabem e são capazes de fazer depois de um período de Ensino-Aprendizagem.

Verte o Decreto-Lei nº139/12 de 5 de julho, no Art. 24º 4- "*A avaliação sumativa traduz -se na formulação de um juízo global sobre a aprendizagem realizada pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação.*".

A avaliação sumativa tem, assim, como finalidade, refletir todo o trabalho realizado na unidade de ensino, tendo como referência aos objetivos previamente estabelecidos pela consulta do programa e pela avaliação diagnóstica, e regulados ao longo da aprendizagem pela avaliação formativa.

A Avaliação Sumativa pretende aferir as aprendizagens realizadas pelos alunos ao longo da unidade didática. Pretende, assim, alcançar os seguintes objetivos:

- ➔ Determinar o grau de consecução dos objetivos definidos após a avaliação inicial;

- Valorar o desempenho dos alunos;
- Complementar restantes formas de avaliação.

Desta forma, utilizamos a avaliação sumativa como um meio de reflexão de todo o trabalho realizado em cada unidade didática. As aulas destinadas as avaliações sumativas de cada unidade didática foram sempre idênticas às restantes de cada uma delas, para que os alunos tivessem um ambiente e processos idênticos aos que estavam habituados, evitando, desta forma, pressões e nervosismos que apenas prejudicariam as performances dos alunos. (ver Anexo 9)

#### **3.4.4 Autoavaliação**

Em todos os finais de período letivo, recorreremos à autoavaliação por parte dos alunos, estes deveriam realizá-la com consciência do trabalho que cada um desenvolveu ao longo do período, sendo que esta tem a finalidade de identificar os objetivos da aprendizagem que foram alcançados e os que não foram alcançados, constatar dificuldades e progressos na aprendizagem, confrontar atitudes e comportamentos e desenvolver atitudes de responsabilidade e espírito crítico no discente.

#### **3.5 Atitude Ético-Profissional**

A ética nas profissões, conforme Mota (1984), pode ser entendida tendo em conta dois planos de ação: plano “A” e plano “B”.

Mota (1984) definiu, então, que o plano “A” reporta-se à proficiência e à capacidade profissional. O profissional eficiente está munido de um conjunto de saberes teóricos e práticos, fundamentais para o exercício de determinado ofício. A capacidade profissional é o “dom” de conseguir aplicar de forma correta e oportuna os conhecimentos adquiridos de antemão. O plano B reporta-se ao grupo de valores que devem fundamentar a prática de uma atividade profissional, levando, neste caso, o docente, a um posicionamento ético/moral, baseado na responsabilidade, na justiça, na verdade e solidariedade.

A ética profissional docente rege-se, no meu entender, por alguns valores cruciais, tais como:

- Busca constante pelo conhecimento;

- Reflexão diária sobre a sua prática, perceber o que melhorar de aula para aula;
- Capacidade relacional e comunicacional, com os seus pares e alunos;
- O compromisso social com as aprendizagens dos alunos, para que todos consigam atingir o sucesso em cada etapa da aprendizagem;
- Assiduidade e pontualidade.

### 3.6 Estratégias de Abordagem do Ensino

As estratégias de ensino abordadas, com o intuito de facilitar o processo Ensino – Aprendizagem foram o ensino por Descoberta Guiada; o ensino por Tarefas, sendo estes dois estilos mais marcantes nas modalidades individuais; e o Estilo de Ensino *Teaching Games For Understanding*, sendo este utilizado nas modalidades coletivas de invasão.

Aliando os dois primeiros estilos referidos, abordámos as unidades didáticas como a Ginástica de Solo, de Aparelhos, Atletismo Corridas, Saltos, entre outras, utilizando circuitos onde os alunos realizavam uma execução de um determinado exercício e partiam para o próximo. Entendemos que esta forma seria a mais ajustada ao ensino destas unidades didáticas visto que eram mais exigentes fisicamente e tornavam as aulas mais dinâmicas e menos monótonas, evitando filas de espera e, conseqüentemente, menos tempos de paragem, por parte dos alunos.

**ENSINO POR DESCOBERTA GUIADA:** propósito deste estilo é de fazer o aluno descobrir um conceito, respondendo a uma sequência de questões lançadas pelo professor.

Papel do professor: Desenhar uma sequência de questões, orientadas para pequenas descobertas; Apresentar as questões de forma sequenciada; Dar *feedbacks* periódicos e reconhecer a descoberta do conceito pelo aluno

Papel do aluno: Ouvir as questões ou pistas lançadas pelo professor; Descobrir a resposta para cada questão na sequência; Descobrir a resposta final,

**ENSINO POR TAREFAS (REPRODUÇÃO):** Os propósitos deste estilo são dar ao aluno tempo para trabalhar individualmente; Possibilitar ao professor o fornecimento de *feedback* individualizado;

Papel do professor: Manter-se disponível para responder às questões dos alunos; Recolher informação acerca do desempenho dos alunos e dar *feedback* individualizado;

Papel do aluno: Realizar a tarefa; Decidir sobre: Ordem das tarefas, tempos, ritmo, intervalo, postura, aparência, questões iniciais.

Na abordagem das unidades didáticas referentes às modalidades coletivas e de invasão, optámos por utilizar o *Teaching Games For Understanding*, visto ser uma forma de abordar as unidades didáticas através do jogo reduzido, onde os alunos são confrontados com as dificuldades e procuram superá-las em contexto de jogo, nunca perdendo o foco do objetivo do mesmo, seja este, marcar ponto, marcar golo, realizar ensaio, etc, como reforçam Mitchell & Oslin, (1998) e Wallhead & Deglau (2004) in Clemente, F. & Mendes, R. (2011): “*a capacidade de transferibilidade da aprendizagem, constatando que a compreensão tática adquirida nas aulas se transferia para a compreensão de novos jogos relacionados*”. Também os autores Wallhead & Deglau (2004) corroboram esta ideia, dizendo que “*a motivação dos alunos quando sujeitos ao método Teaching Games for Understanding é positiva, não ameaçadora para aceitar desafios, gratificante pela aquisição de competência tática e intrinsecamente motivante pelo prazer proporcionado pelas atividades de jogo*”.

### **3.7 Aprendizagens Realizadas**

O estágio pedagógico proporcionou-nos um enorme enriquecimento ao nível do conhecimento do contexto escolar e dos processos de ensino, sendo que conseguimos abrir os nossos horizontes e perceber o processo Ensino – Aprendizagem de uma forma mais ampla e mais focada no aluno.

Podemos identificar o planeamento como a primeira grande dificuldade sentida neste grande percurso, muito pela falta de conhecimento que tínhamos neste tipo de práticas. Ao longo do ano fomos percebendo o planeamento como algo que está em contante construção, que não é fechado e que deve ser alterado sempre que assim for exigido, com o intuito de facilitar as aprendizagens por parte dos alunos.

A dimensão instrução foi, sem dúvida, um dos aspetos onde fomos notando uma enorme evolução pois, inicialmente, não nos sentíamos muito confortáveis nesta área, devido à nossa falta de experiência, ao medo de falhar, à pressão que nós exercíamos sobre nós próprios, para não falhar, e as expetativas elevadas que tínhamos

da nossa performance. Com o passar das aulas, fomos melhorando a nossa intervenção na aula com *feedbacks* mais claros e objetivos, com instruções mais focadas nos objetivos e menos vagas. Estas melhorias deveram-se às críticas do orientador e a troca de ideias com o colega de estágio, que foram uma constante, ao longo de todo o ano, e que, para nós, foram um auxílio para definir o caminho correto a percorrer.

Desde o início, nunca tivemos problemas com a colocação da voz nem com o comportamento dos alunos, pois estes sempre mostraram saber estar, facilitando assim o nosso papel como professores, no entanto, mesmo neste ponto, conseguimos realizar algumas melhorias, sendo que com o avançar das aulas conseguíamos reunir rapidamente a turma, esclarecer as dúvidas existentes e, assim que terminava a nossa preleção, estes retomavam os respetivos exercícios mostrando saber qual o seu papel na sala de aula.

Na avaliação, em geral, foi onde sentimos, também, uma enorme evolução pois, inicialmente, víamo-la como tendo o único objetivo de classificar os alunos. No entanto, com o desenrolar do ano letivo, percebemos que a avaliação era muito mais do que classificar, tendo o intuito de avaliar os processos e perceber se estes se ajustavam aos alunos, permitindo-nos alterá-los e ajustá-los aos alunos e às suas necessidades, bem como, ajudar-nos a compreender se estávamos a ser claros e objetivos naquilo que estávamos a transmitir.

No decorrer dos períodos fomos percebendo que para adquirir experiências enriquecedoras e conhecimentos novos, deveríamos focar-nos no aluno e não nas nossas escolhas e prestações. Focando a nossa atenção nas necessidades dos aprendentes e na sua evolução, compreendemos o verdadeiro significado de ser docente e quais os objetivos que deveriam ser primordiais na nossa caminhada.

Uma das maiores aprendizagens realizadas, foi a abordagem das unidades didáticas referentes às modalidades coletivas e de invasão, através do *Teaching Games For Understanding*, visto ser uma forma de abordar as mesmas através do jogo reduzido, onde os alunos são confrontados com as dificuldades e procuram superá-las em contexto de jogo, nunca perdendo o foco do objetivo do mesmo, seja este, marcar ponto, marcar golo, realizar ensaio, etc.

Relativamente à unidade que mais apreciámos lecionar, é pertinente falar do Tag Rugby, pois deparamo-nos com alunos tão motivados, que a informação foi por eles rapidamente absorvida, de tal forma que, perante a atividade de desporto escolar da instituição, foram a turma que mais equipas constituiu e que melhores resultados

apresentaram, vencendo todos os jogos realizados a nível interno e externo (fase regional de escolas). Para mim, foi absolutamente gratificante, pois as suas vitórias foram o reflexo do trabalho das várias semanas em que abordámos esta modalidade, excedendo claramente as nossas expectativas iniciais quanto à mesma, quer a nível profissional quer a nível pessoal.

## **4. Impacto do *Feedback*, Positivo ou Negativo, na Aprendizagem da Unidade Didática de Tag-Rugby e no Clima de Aula**

### **4.1 Pertinência do Tema em Estudo**

Este estudo surge como a possibilidade de aprender, e crescer enquanto Professor e, desta forma conseguir melhorar a nossa seleção de *Feedback*, utilizando aquele que melhor se ajusta à situação e ao aluno em questão. Com este estudo pretendemos perceber qual o tipo de *Feedback*, Positivo ou Negativo, que melhor se ajusta em alunos do 7º Ano, bem como qual a sua influência na compreensão da mensagem, na melhoria da execução e ainda qual a influência do *Feedback* na disciplina na sala de aula e no empenho dos alunos. De uma forma mais específica, e focada no nosso enriquecimento académico, procuramos entender de que forma devemos dosear o *feedback* nas aulas que lecionamos, na perspetiva de proporcionar as melhores experiências de aprendizagem possíveis aos nossos alunos.

No nosso ponto de vista, emitimos a hipótese que o primeiro grupo - *Feedback* Positivo, se ajusta melhor que o *Feedback* Negativo, isto porque, é o que melhor se adapta ao contexto escola e mais especificamente a uma turma do 7º Ano. No entanto, com a realização deste estudo procuramos perceber se este será realmente o grupo mais ajustado e se será tão linear como se possa pensar.

### **4.2 Metodologia**

#### **4.2.1 Amostra**

Inicialmente composta de 23 alunos do 7º Ano, a nossa amostra foi limitada, visto que, apenas 15 estudantes compareceram nos dois momentos do estudo.

Podemos referir ainda que os alunos sujeitos ao estudo têm idades compreendidas entre os 11 e os 14 anos, sendo 12 do género feminino e 11 do género masculino.

A privacidade dos sujeitos foi assegurada em todo o processo da investigação.



### **4.3 Instrumentos utilizados**

#### **4.3.1 Observação direta dos alunos:**

Como forma de concluir qual o tipo de *Feedback* que melhor se ajusta a este grupo de alunos, no que diz respeito às aprendizagens da Unidade Didática de Tag-Rugby, foi realizada uma observação filmada dos comportamentos dos sujeitos, tendo em conta o tipo de *Feedback* utilizado. Para este efeito utilizamos um *Tablet* “Bq Aquaris E10”, que mesmo não sendo uma máquina de filmar conseguimos captar imagens de qualidade, e procedemos a análise quantitativa dos meios audiovisuais, através da contagem de execuções e execuções de qualidade dos exercícios realizados nos dois momentos, jogo 1x1 e jogo 4x4. De forma a perceber se existiu alteração do número e da qualidade de execuções do 1º para o 2º momento.

A avaliação da disciplina na sala de aula e o empenho motor dos alunos foi realizada com base na observação direta e reflexão crítica de cada aula, bem como através da análise às gravações audiovisuais das mesmas.

#### **4.3.2 Aplicação de um questionário:**

Para perceber com que tipo de *Feedback* os alunos mais se identificam, realizou-se um inquérito onde, com uma linguagem simplificada e adequada ao público-alvo, se descreveram algumas afirmações relacionadas com sentimentos e opiniões que os alunos poderão desenvolver ao longo da aula, sendo que estes as deveriam ordenar, através de uma escala de *Likert* (onde 1 significa “Discordo Totalmente” e 5 significa “Concordo Totalmente”), quais das afirmações melhor se ajustam aos sentimentos e opiniões que desenvolveram durante a aula. O inquérito foi aplicado imediatamente após a realização das aulas. (Ver Inquérito em anexo 10)

### **4.4 Procedimentos**

Em duas aulas da unidade didática de Tag Rugby, apresentando os mesmos conteúdos, utilizamos duas formas de feedbacks distintas: positivos e negativos, sendo que, se recorreu ao *Feedback* Negativo Avaliativo e ao *Feedback* Positivo Avaliativo, Descritivo e Prescritivo. Os *Feedbacks* Positivos, onde podemos encontrar características como: reforço, motivação e informação, e o *Feedback* Negativo

Avaliativo, onde o professor, corrige o aluno apenas salientando os seus erros ou aspetos negativos da sua execução.

#### 4.4.1 Seleção dos Feedbacks a utilizar

Na primeira aula, realizada no dia 5 de março, todo o *Feedback* utilizado teve um carácter positivo e na segunda aula no dia 12 de março teve um carácter negativo. Para a realização das aulas estabelecemos o seguinte quadro como guia:

Quadro 1 - Seleção do Feedback a utilizar

Dificuldades observadas	Feedback Positivo Avaliativo, Prescritivo e Descritivo	Feedback Negativo Avaliativo
Passe para a frente	“O gesto do passe foi bom, mas deves passar para trás ou para o lado. Continua!”	“Está mal!” “O passe não é para a frente!”
Deslocação do aluno sem bola, para a zona de fora de jogo	“Boa finta, mas o passe deve ser feito para trás. Tu consegues melhorar, vamos lá!”	“À frente da bola não fazes nada!” “Nem sequer estás em jogo!”
O defesa vai contra o atacante, nem vez de retirar o “Tag”	“Muito bem! Conseguiste interceptar o atacante, da próxima vez deves retirar o tag. Força! Estás a melhorar!”	“Está mal!” “Não deves ir contra o atacante!”
Aglomerção sobre a bola	“Boa movimentação, já conseguiste criar uma linha de passe, mas da próxima vez dá mais espaço ao colega com bola. Continua o bom trabalho!”	“O que estás a fazer em cima da bola?!” “Assim a tua equipa não consegue jogar!”
Utiliza/não utiliza fintas para passar pelo defesa	“Muito bem conseguiste avançar no campo, mas se usares fintas ainda consegues avançar mais.”	“Assim a tua equipa não avança no campo, vê se fazes melhor do que isso!”
Ocupação do espaço	“Já conseguem jogar em equipa, mas se estiverem mais afastados ainda vão jogar melhor.”	“Uns em cima dos outros não dá para jogar, mais vale entregarem a bola à outra equipa!”
Dinâmica do jogo	“Estão a jogar bem em equipa e a ter sucesso, mas se tentarem fazer um pouco mais rápido vão ter melhores resultados. Continuem assim!”	“Com essa velocidade de jogo não vão a lado nenhum!”

## **4.5 Tratamento estatístico dos dados**

Para facilitar a compreensão dos dados recolhidos e ampliar as possibilidades de correlação e comparação, facilitando o processo de análise e interpretação, estes foram tratados com o auxílio do *SPSS v19*, utilizando os dados estatísticos de média e desvio padrão.

Na estatística inferencial, para comparar os sujeitos nas duas aulas, utilizamos o teste não paramétrico para amostras emparelhadas de *Wilcoxon* com significatividade considerada a partir de  $p \leq 0.05$ .

## **4.6 Apresentação dos Resultados**

### **4.6.1 Análise da reflexão (feedback positivo)**

Através da reflexão que realizamos no final da aula podemos concluir que:

Durante o 1º exercício realizado os alunos executaram a tarefa proposta bem-dispostos e interessados, sempre com o foco no objetivo da mesma, conseguindo aliar uma boa prestação no exercício com satisfação e diversão.

Na transição para a fase de jogo alguns alunos permaneceram um pouco distraídos, mantendo conversas paralelas e risos. Estes comportamentos tiveram uma curta duração e, rapidamente, os alunos se organizaram e começaram a jogar. Durante a fase de jogo, os alunos mantiveram a mesma dinâmica do primeiro exercício, bem-dispostos e divertidos, mas sem nunca perder o foco na tarefa.

### **4.6.2 Análise da reflexão (feedback negativo)**

Através da reflexão que realizamos no final da aula podemos concluir que:

Durante o 1º exercício os alunos realizaram a tarefa um pouco desmotivados e sentia-se o desconforto dos alunos face às intervenções do professor. Ao longo do exercício foi-se percebendo que os alunos estavam desinteressados e desmotivados, curiosamente, 4 alunos do género masculino, demonstraram a mesma dinâmica da aula

anterior, e fomos percebendo que estavam a gostar da forma de intervir do professor, sentindo-se motivados com os *Feedbacks* Negativos.

Na transição para a fase de jogo todos os alunos permanecem em silêncio, mas cerca de 50% dos alunos (7/8 alunos) não estão a olhar para o professor nem a ouvir as instruções que este estava a fornecer à turma.

Durante a fase de jogo os alunos com mais dificuldades estavam bastante desinteressados, procurando interagir o mínimo possível no jogo, demonstrando receio de ter a bola, uma vez que não queriam errar, e esta foi a forma que os alunos criaram para que não fossem alvos dos *Feedbacks* Negativos que o professor foi distribuindo durante toda a aula.

#### **4.6.3 Análise Quantitativa dos meios Audiovisuais**

Jogo 1x1 - Os alunos, em grupos de dois, aleatórios, e de frente um para o outro, realizam um mini jogo, que consiste em: o portador da bola tentar fintar o defesa sem que este lhe retire o Tag e o defesa tentar fazer “Tag”.

Jogo 4x4 - O passe só pode (deve) ser feito para o lado/trás. Não há contacto físico. O defesa só pode realizar o “Tag” para parar o atacante. Após o “Tag”, o atacante tem que passar a bola. O defesa e o atacante só voltam ao jogo depois de ser devolvida/recolhida a fita e colocada no cinto. Para marcar ensaio, basta transpor a linha de ensaio com a bola nas mãos.

Tabela 1 - Análise Audiovisual

	Feedback Positivo					Feedback Negativo				
Nº do Aluno	1	6	9	13	Media	1	6	9	13	Media
Jogo 1x1										
Execuções	10	14	11	9	11	5	10	7	6	7
Execuções com qualidade	8	12	9	6	8.75	2	5	4	3	3.5
Passe para a frente										
Execuções	3	0	2	4	2.25	5	2	4	8	3.5
Deslocamento para zona fora de jogo										
Execuções	6	3	4	5	4.5	9	5	6	7	6.75
Aglomeração sobre a bola										
Execuções	5	2	3	4	3.5	10	4	7	10	7.75
Realiza o "Tag"										
Execuções	6	7	10	9	8	5	10	6	5	7.5
Execuções com qualidade	4	6	8	7	6.25	2	4	3	1	2.5
Uso das fintas para passar o defesa										
Execuções	3	10	6	5	6	6	7	8	7	7
Execuções com qualidade	2	8	4	3	4.25	2	3	3	2	2.5
Ocupação do espaço de jogo										
Execuções	6	7	13	9	8.75	3	4	5	2	3.5

Análise dos resultados obtidos:

No jogo 1 contra 1 os mesmo sujeitos foram menos ativos quando foram submetidos aos *Feedbacks* Negativos, isto também se refletiu sobre a qualidade da sua execução 50% de execução de qualidade versus 79.5% com os feedback positivos.

No jogo 4 contra 4, quando submetidos aos *Feedbacks* Negativos, os sujeitos executarão mais passes para frente (3.5 vs 2.25), mais deslocamentos para a zona fora de jogo (6.75 vs 4.5), mais aglomeração sobre a bola (7.75 vs 3.5), e conseguiram menos realização do "tag" (7.5 vs 8), e da ocupação do espaço de jogo (3.5 vs 8.75), sendo as diferenças entre os dois momentos sempre com vantagem da realização de *Feedbacks* Positivos.

Se os sujeitos realizaram mais fintas (7 vs 6) quando estavam sobre o efeito dos *Feedbacks* Negativos, a qualidade destas foi bastante inferior 35.7% de fintas realizadas com qualidade versus 70.8% com o *feedback* positivo. A qualidade de realização do "tag" foi também bastante superior com o *Feedback* Positivo (78% vs 35.7%).

Podemos concluir da nossa análise filmada que o *feedback* positivo revelou se bastante mais eficaz que o *feedback* negativo sobre o empenhamento e a qualidade de execução dos sujeitos do nosso estudo.

#### 4.6.4 Análise dos resultados dos inquéritos

Tabela 2 - Análise dos resultados dos inquéritos através do SPSS

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Aula <i>feedback</i> positivo (n=15)										
Media	4.6	4.3	1.8	4.06	1.5	2.4	4.6	2.4	4	1.6
Desvio padrão (±)	0.63	0.62	1.14	0.88	0.74	1.5	0.63	1.12	0.84	1.12
Aula <i>feedback</i> negativo (n=15)										
Media	3	2.26	3.7	2.1	3.6	3.9	2.1	4.26	2.66	3.53
Desvio padrão (±)	0.65	0.45	0.79	0.63	0.91	0.96	0.83	0.59	1.17	0.83
Nível de significatividade teste emparelhado de <i>Wilcoxon</i>	0.001	0.001	0.002	0.001	0.001	0.10	0.001	0.002	0.002	0.003

Através da análise da tabela podemos constatar pelo desvio padrão, que em geral os alunos responderam de forma unânime às questões, sendo que apenas nas questões 6, 8 e 10 é que o desvio padrão é mais acentuado, na ordem de 1.25.

A análise dos resultados obtidos através dos inquéritos do 1º momento demonstram que os alunos, na sua grande maioria, gostaram bastante da aula, afirmando que esta foi divertida, não se sentiram nervosos ao longo da mesma e não tiveram receio de errar. Pode constatar-se, assim, que a abordagem realizada pelo professor deixou os alunos motivados, pelo que se sentiram bastante competentes ao longo da aula, esclarecidos pelo professor em cada *feedback* dado por este, e bastante descontraídos durante todo o tempo de aula.

A análise dos resultados obtidos através dos inquéritos do 2º momento, demonstrou que os alunos, não acharam a aula divertida, se sentiram bastante nervosos

e pressionados, a grande maioria dos alunos teve receio de errar e, para que não o fizesse, perderam a iniciativa, ou seja, deixaram de querer participar no jogo, não se sentiram motivados pelo professor, achando que este foi muito exigente ao longo de todo o tempo de aula. Aquando do *feedback*, os alunos não se sentiram esclarecidos e, conseqüentemente, não se sentiram competentes ao longo da aula.

A comparação dos dois momentos confirma as observações acima referidas, uma diferença significativa, em todas as questões, demonstrando que os efeitos dos *Feedbacks* positivos em comparação com os *Feedbacks* negativos são melhores, confirmando a nossa hipótese que o *Feedback* positivo será mais eficaz para o processo ensino aprendizagem.

#### **4.7 Discussão dos Resultados**

Comparando os resultados obtidos da análise das duas aulas, podemos dizer que uma abordagem através de *Feedbacks* Positivos se ajusta melhor à realidade da turma, uma vez que os alunos permanecem bem-dispostos, interessados, motivados e empenhados durante toda a aula e sempre com vontade de fazer mais e melhor, apoiando me nos seguintes autores:

Mota (1989) diz-nos que “*a manifestação de caráter positivo por parte do docente tem um papel estimulador de atividade nos seus alunos. Salientar os procedimentos corretos, os êxitos, os sucessos dos alunos e o encorajamento pós-erro, pode ser muito importante.*”

Através de experiências realizadas, Shimdt (1993), concluiu que “*o Feedback no qual o aluno era motivado tinha um papel muito importante na performance, chegando a melhorá-la em situações desgastantes, aborrecidas e até desmotivantes.*”

Zakharov (1992) Diz nos que “*na análise dos erros, não se deve acentuar a atenção em mais de 1-2 erros cometidos. Seria desejável evitar observações que assinalem apenas os defeitos, devendo-se também ressaltar os aspetos positivos, incutir no atleta segurança nas suas forças e no êxito do ensino.*”

Desta forma, tendo em conta os resultados obtidos, podemos referir que os *Feedbacks* Positivos, comparando com os *Feedbacks* Negativos, ajudam-nos a obter melhores resultados no processo ensino aprendizagem.

Mesmo não sendo um dado estatisticamente significativo, existiu uma pequena minoria que também reagiu positivamente no 2º momento de investigação, *Feedback* Negativo. Esta minoria tem um dado em comum, todos praticam um desporto federado, basquetebol ou futebol, nas equipas federadas, sendo nas camadas jovens ou nos escalões de seniores, estas são, muitas vezes, dirigidas por treinadores que recorrem muito mais vezes ao *Feedback* Negativo, estes ficam como que “formatados”, criando motivação através deste, reagindo bem quando este lhe é dado nas aulas.

Piéron (1999) afirma que “*não só as características físicas distinguem os alunos e as suas condições mais apropriadas de aprendizagem mas sim as condições que estão ligadas com as várias características psicológicas e sobretudo motivacionais.*”

Em relação ao uso dos *Feedbacks* Positivos, estes podem ser usados mais frequentemente, pois reforçam o bom desempenho do aluno e motivam-no para melhorar os aspetos menos positivos da sua execução. Como verificámos ao longo do estudo, esta forma de *Feedback* deixa os alunos descontraídos, divertidos, empenhados, sem pressões e medos de errar, deste modo, os alunos compreendem melhor a mensagem que o professor procura transmitir e melhoram a execução das tarefas, mantendo sempre o foco no objetivo.

#### **4.8 Conclusões do Estudo**

Este Estudo de Caso resultou num instrumento crucial para melhorar as nossas práticas de ensino para o presente ano letivo e para aquilo que será uma futura carreira profissional.

A aprendizagem da Unidade Didática resulta, em grande parte, da interligação da motivação, empenho dos alunos e do clima de aula, sendo que estes são condicionados pelo *Feedback* transmitido pelo Professor, sendo assim, este tem a responsabilidade de seleccionar o *Feedback* que melhor se ajusta à turma, ao aluno e/ou ao momento.



Assim, com este estudo podemos concluir que o *Feedback* Positivo é a melhor opção no que diz respeito à lecionação da Unidade Didática numa turma do 7º Ano. Curiosamente, também descobrimos uma minoria que reagem bem com o *Feedback* Negativo, mas este deve ser intercalado com o *Feedback* Positivo, visto que a maioria dos alunos não reage positivamente a esse tipo de *Feedback*. Desta forma, deve adequar-se o *Feedback* à turma, e ao aluno (individualmente), uma vez que o grupo de alunos que se sente motivado perante um *Feedback* Negativo é muito restrito.

## 5. Conclusão

Terminada esta etapa chega o momento da realização de um balanço final ao Estágio Pedagógico.

Após todas as dificuldades e angústias ao longo desta caminhada sinto que consegui crescer enquanto pessoa e enquanto docente de Educação Física, sem dúvida que agora percebo o processo de ensino de uma forma mais clara e concreta, percebendo que as minhas decisões deve ser em prol dos alunos, procurando sempre a melhor solução para que o processo de aprendizagem seja mais facilitado e esclarecedor para estes.

Depois de todas as reflexões científicas e práticas do meu estágio pedagógico não posso deixar de referir e salientar um dos objetivos da educação física durante todo o meu percurso, que se refletiu na mudança de comportamentos de duas discentes perante a atividade física, passando de crianças inativas, sedentárias, com a saúde em risco (indícios de obesidade) e sem gosto pela prática desportiva, para crianças motivadas e conscientes da necessidade de mudança de hábitos. Esta alteração mostrou-se permanente, visto que mesmo durante as férias e período de descanso, voltei a cruzar-me com ambas numa atividade desportiva com duração de 7 semanas e em que a sua presença foi assídua e contínua. Não podia deixar de me sentir feliz e realizado visto que o resultado do meu trabalho fez a diferença na vida de duas alunas minhas.

Acabo assim o meu percurso académico com o sentimento de dever cumprido e ambicionando aprender sempre mais, pois apenas assim posso crescer e melhorar como docente desta disciplina.

## 6. Referências Bibliográficas

- Afonso, J. (2014). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária de Anadia com a Turma do 9ºB no ano letivo 2013/ 2014*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Assunção, D. (2011). *Relatório final de estágio: Estágio Pedagógico na Escola Básica Castro Matoso de Oliveirinha*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte, Coleção Cultura Física, Lisboa.
- Wikienergia – Eletrificação do Concelho de Anadia. [[http://www.wikienergia.com/~edp/index.php?title=Electrifica%C3%A7%C3%A3o\\_do\\_concelho\\_de\\_Anadia](http://www.wikienergia.com/~edp/index.php?title=Electrifica%C3%A7%C3%A3o_do_concelho_de_Anadia)] – Consultado em 15/07/2015
- Carvalheira, G. (1996). *Uma reflexão sobre elementos de Planificação do processo ensino-aprendizagem*. O Professor, nº 50, III série.
- Clemente, F. & Mendes, R. (2011). *Aprender o jogo jogando: uma justificação transdisciplinar* [[http://www.exedrajournal.com/docs/N5/02AFClemente\\_RMendes.pdf](http://www.exedrajournal.com/docs/N5/02AFClemente_RMendes.pdf)] – Consultado em 15/07/2015
- Cunha, F. A. (2004). *Feedback como Instrumento Pedagógico* [Electronic Version]. EF Artigos. Retrieved 6/8/2004 from [www.efartigos.hpg.ig.com.br/otemas/artigo36.html](http://www.efartigos.hpg.ig.com.br/otemas/artigo36.html)
- Decreto-Lei 240/2001 de 30 de Agosto - *Perfil geral de desempenho profissional do educador de infância e dos professores dos ensinos básico e secundário*.
- Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho. *Princípios orientadores da organização e da gestão dos currículos dos ensinos básico e secundário*.
- Direção do Agrupamento de Escolas de Anadia. Regulamento Interno [<http://www.aeanadia.pt:88/entrada.html>] – Consultado em 10/01/2015
- Domingos, A. M.; Neves, I. P. & Galhardo, L. (1987). *Uma forma de estruturar o ensino e a aprendizagem*. (3ª ed.) Lisboa: Livros Horizonte.

- Mahoney, A. A. (2002). *Contribuições de H. Wallon para a reflexão sobre as questões educacionais*.
- Marques, M. (2010). *Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de mestres em ensino da educação física nos ensinos básico e secundário*, Funchal.
- McGown, C. (1991) *O ensino da técnica desportiva. Treino Desportivo*. II série, n. 22, p. 15-22, dez..
- Mota, J. (1989) *As funções do feedback pedagógico*. Horizonte. Lisboa, v. 6, n. 31, p. 23-26, mai./jun.
- Motta, Nair De Souza. (1984) *Ética e vida profissional*. Rio de Janeiro: Âmbito Cultural.
- Nunes, R. (2011). *Relatório final de estágio: Estágio Pedagógico na Escola Básica EB. 1,2,3 Martim de Freitas Coimbra*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal
- Piéron, M. (1999). *Para uma Ensenanza eficaz de las actividades Físicodesportivas*. Inde. Barcelona.
- Pires, A. F. G. (2014). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica Castro Matoso em Oliveirinha ao 7ºA no ano letivo de 2013/2014*. Relatório de Estágio de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Ribeiro, A & Ribeiro L. (1989). *Planificação e avaliação do ensino-aprendizagem*. Universidade Aberta. Lisboa.
- Sarmiento, P., Veiga, A. L., Rosado, A., Rodrigues, J., & Ferreira, V. (1998). *Pedagogia do Desporto. Instrumentos de Observação Sistemática da Educação Física e Desporto*. Cruz Quebrada: Serviço de Edições da Faculdade de Motricidade Humana.
- Schmidt, R. A. (1993) *Aprendizagem e Performance Motora: dos princípios à prática*. Tradução Flávia da Cunha Bastos; Olívia Cristina Ferreira Ribeiro. São Paulo: Movimento. Cap. 19, p. 227-259: feedback para Aprendizagem de Habilidade.

- Scribd. *Plano Nacional de Educação Física 3º Ciclo*.  
[\[http://pt.scribd.com/doc/114045979/PNEF-Portugal-3%C2%BA-ciclo#scribd\]](http://pt.scribd.com/doc/114045979/PNEF-Portugal-3%C2%BA-ciclo#scribd)  
 – Consultado em 01/09/2014
- SIEDENTOP, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. (2d Ed).Palo Alto: Mayfield Pub. Co.
- Silva, E., Fachada, M., & Nobre, P. (2014-2015). *Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º semestre*. Coimbra: FCDEF-UC.
- Zakharov, A. (1992). *Ciência do Treinamento Desportivo*. Adaptação científica Antonio Carlos Gomes. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, Cap. 2, p. 79-232.

## **7. Anexos**

Anexo 1 – Resultados Fitnessgram

Anexo 2 – Plano Anual

Anexo 3 – Plano Trimestral

Anexo 4 – Plano Mensal e Semanal

Anexo 5 – Plano de Aula

Anexo 6 – Decisões de Ajustamento ao Plano de Aula

Anexo 7 – Avaliação Diagnóstica

Anexo 8 – Avaliação Formativa

Anexo 9 – Avaliação Sumativa

Anexo 10 – Inquérito Estudo de Caso

Anexo 1 – Resultados Fitnessgram

Nome	idade	altura	peso	IMC	Resist.		Força			Flexibilidade				Velocidade 40 m (segundos)
					Vai-vem	Abd	MS	MI (imp horiz)	Seat/reach (cm)	Ext Tronco (cm)	Ombro dir	Ombro esq		
DATA:		22_09_14		18_09_14										22_09_14
[REDACTED]	10	1,59	55,0	21,8	0	10	5	110,00	-1,00	19,00	Não	Não	Não	7,9
[REDACTED]	10	1,48	35,0	16,0	42	13	13	125,00	-11,00	31,00	Sim	Sim	Sim	8,2
[REDACTED]	10	1,67	59,0	21,2	30	6	4	144,00	-17,00	19,00	Sim	Sim	Sim	7,4
[REDACTED]	10	1,57	35,0	14,2	22	4	5	120,00	-11,00	36,00	Sim	Sim	Sim	x
[REDACTED]	11	1,43	32,0	15,6	25	10	5	136,00	-11,00	31,00	Sim	Sim	Sim	7
[REDACTED]	11	1,78	60,0	18,9	84	19	17	210,00	-11,00	21,00	Sim	Sim	Sim	6,30
[REDACTED]	10	1,57	41,0	16,6	38	13	11	143,00	-9,00	32,00	Sim	Sim	Sim	9,00
[REDACTED]	11	1,67	60,0	21,5	66	30	16	208,00	-6,00	33,00	Sim	Sim	Sim	6,1
[REDACTED]	12	1,49	39,0	17,6	47	9	14	136,00	3,00	26,00	Sim	Sim	Não	7,1
[REDACTED]	10	1,60	39,0	15,2	26	10	8	145,00	-16,00	25,00	Sim	Sim	Sim	7,1
[REDACTED]	10	1,51	50,0	21,9	15	7	10	151,00	-9,00	26,00	Sim	Sim	Não	7,1
[REDACTED]	11	0,00	0,0		0	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0	8
[REDACTED]	12	1,53	35,0	15,0	26	13	6	146,00	-13,00	19,00	Sim	Sim	Sim	7,60
[REDACTED]	10	1,55	66,0	27,5	0	10	7	85,00	-5,00	25,00	Sim	Sim	Sim	8
[REDACTED]	10	1,53	59,0	25,2	0	3	3	139,00	-14,00	26,00	Sim	Sim	Não	7,50
[REDACTED]	12	1,54	52,0	21,9	10	13	9	76,00	-8,00	30,00	Sim	Sim	Não	7,8
[REDACTED]	10	1,57	43,0	17,4	25	13	8	137,00	-26,00	16,00	Sim	Sim	Não	8
[REDACTED]	11	1,47	35,0	16,2	50	15	11	162,00	-6,00	24,00	Sim	Sim	Sim	7,1
[REDACTED]	12	1,73	55,0	18,4	20	17	19	163,00	-23,00	22,00	Sim	Sim	Não	7,2





## Anexo 3 – Plano Trimestral

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO		<b>Agrupamento de escolas de Anadia 2014/2015</b>												SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO ESTADO					
<b>EDUCAÇÃO FÍSICA: 7º ANO - TURMA C</b>														<b>Plano Trimestral - 3º Período</b>					

	D	2ª						3ª						4ª						5ª						6ª																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																
Abril	Dia	26						27						28						29																												
	Semana	P1						P1						P2						P2																												
	Espaço	C. física						Basquetebol						Gin. Acrobática						Acro. basq Acrob.																												
	U Didática							Aula T.																																								
	Aula	71						72 e 73						74						75 e 76						77						78 e 79						80										
Conteúdos	Testes de condição física												Jogo 4x4												Avaliação diagnóstica, aprendizagem das pegas, montar e desmontar												Aprendizagem das pegas, montar e desmontar. Jogo 4x4 Basquetebol											

	D	2ª						3ª						4ª						5ª						6ª																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																
Maio	Dia	30						31						32						33																												
	Semana	P2						P2						P1						P1																												
	Espaço	Acro. basq Acrob.						Acrob.						Futebol						Futebol																												
	U Didática																																															
	Aula	81 e 82						83						84 e 85						86 e 87						88						89 e 90						91										
Conteúdos	Aprendizagem das pegas, montar e desmontar. Avaliação Sumativa Basquetebol												Avaliação Sumativa Ginástica Acrobática												Aprendizagem do passe, remate e deslocamentos Situações de jogo 5x5												Aprendizagem do passe, remate e deslocamentos Situações de jogo 6x5											

	D	2ª						3ª						4ª						5ª						6ª																						
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31																
Junho	Dia	34						35						36																																		
	Semana	P2						P2						P3																																		
	Espaço	Futebol						Futebol						Auto Avaliação																																		
	U Didática																																															
	Aula	92 e 93						94						95 e 96						97						98 e 99																						
Conteúdos	Futebol - Exercitação do passe, remate e deslocamentos Situação de jogo 7x7												Exercitação do passe, remate e deslocamentos. Situação de jogo 7x7 Avaliação sumativa																																			

Espaço:	P1	1/3 do ginásio	P2	2/3 do ginásio	P3	exterior
UD						
Total de aulas de 45' = 28						
Data de início e fim da UD						

Fitness gram	Futebol	G. Acrobática	Basquetebol
4	15	8	5
8/04 a 18/04	20/04 a 4/05	18/05 a 28/05	8/06 a 11/06

Núcleo de Estágio de Educação Física

Professor Estagiário: Rafael Soares

## Anexo 4 – Plano Mensal e Semanal

### Abril

#### 26ª Semana (1 aula)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
09/04/2015	5ªFeira	P1	Condição Física	71	4	1	➤ Realização dos testes do FitnessGram	Av. Sumativa

#### 27ª Semana (3 aulas)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
13/04/2015	2ªFeira	P1	Basquetebol	72 e 73	10 e 11	1+1	➤ Basq. Aprendizagem do passe, lançamento e deslocamentos ➤ Jogo 3x3 ➤ Ocupação dos corredores	Exercitação
16/04/2015	5ªFeira	P1	Basquetebol	74	12	1	➤ Basq. Aprendizagem do passe, lançamento e deslocamentos ➤ Jogo 3x3 Ocupação dos corredores	Exercitação

#### 28ª Semana (3 aulas)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
20/04/2015	2ªFeira	P2	Gin. Acrobática	75 e 76	1 e 2	1+1	➤ Ginástica Acrobática – Aprendizagem das pegas, montes e desmontes	Introdução
23/04/2015	5ªFeira	P2	Gin. Acrobática	77	3	1	➤ Exercitação dos vários tipos de pegas, montes e desmontes. ➤ Trabalho de grupo para realizar as figuras de duplas e trios	Exercitação

#### 29ª Semana (2 aulas)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
27/04/2015	2ªFeira	P2	Basq./Gin. Acr.	78 e 79	13/4	1+1	➤ Aprendizagem das figuras de 3 a 6 elementos da ginástica acrobática; Jogo 4x4 e 4x4 mais joker no basquetebol	Exercitação
30/04/2015	5ªFeira	-	-	80	-	-	A aula não foi lecionada, pois o Professor Rui Luzio esteve ao serviço da escola numa atividade de Desporto Escolar	-

### Mai

#### 30ª Semana (3 aulas)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
04/05/2015	2ªFeira	P2	Basq./Gin. Acr.	81 e 82	14/5	1+1	➤ Aprendizagem das figuras de 3 a 6 elementos da ginástica acrobática; ➤ Jogo 4x4 e 4x4 mais joker no basquetebol	Exercitação
07/05/2015	5ªFeira	P2	Basq./Gin. Acr.	83	15/6	1	➤ Aprendizagem das figuras de 3 a 6 elementos da ginástica acrobática; ➤ Avaliação Sumativa da Unidade Didática de Basquetebol, através de jogo 4x4	Av. Sumativa / Exercitação

#### 31ª Semana (2 aulas)

Data	Dia da Semana	Espaço de Aula	Unidade Didática	Nº de Aula	Nº de Aula da U. D.	Blocos de 45'	Conteúdos	Função Didática
11/05/2015	2ªFeira	P2	Gin. Acrobática	84 e 85	7 e 8	1+1	➤ Prova escrita de conhecimentos ➤ Avaliação Sumativa da UD de Ginástica Acrobática	Av. Sumativa

Anexo 5 – Plano de Aula



Agrupamento de escolas de Anadia



Data: 13-04-15	Período: 3º	Aula nº: 72 e 73	U. Didática: Basquetebol	
Local: P1	Ano e turma: 7ºC	Duração: 90'	Aula nº 10 e 11	De um total de: 15
Hora: 10:15	Nº de alunos: 23			

<b>Função Didática:</b>	Contextualização com a Unidade didática de Basquetebol, Aprendizagem e exercitação do gesto técnico do passe, lançamento e drible. Componente tática, aprendizagem sobre a ocupação dos espaços no terreno de jogo, Passe e corte para o cesto, dinâmica ofensiva e defensiva.
<b>Objetivos da aula:</b>	Exercitação das componentes técnicas de base para o jogo e trabalho das componentes táticas, dinâmica ofensiva e defensiva
<b>Sumário:</b>	Basquetebol – Exercitação das componentes técnicas do jogo; Trabalho das dinâmicas ofensiva e defensiva
<b>Recursos Materiais:</b>	Bolas de basquetebol, colchetes, apito, tabelas de basquetebol, cones.
<b>Justificação:</b>	<p>Tendo em conta a evolução que os alunos têm mostrado ao longo das últimas aulas da unidade didática, penso que os objetivos devem ser tomados um pouco mais completos para que a turma continue motivada e com vontade de jogar mais e aprender mais.</p> <p>Para a presente aula será dada ênfase às questões de organização ofensiva e defensiva.</p> <p> Ao nível do ataque os alunos devem realizar jogo com os 4 elementos abertos e jogar em passe e corta, isto é, sempre que um jogador realizar o passe, deve cortar para o cesto, procurando receber a bola o mais perto do cesto possível, e caso não consiga criar linha de passe deve deslocar-se para o lado contrário da bola, ou seja, se o aluno passa para o colega do seu lado direito, após realizar o corte para o cesto, deve deslocar-se para o lado esquerdo do campo, e os seus colegas devem ajustar as suas posições.</p> <p> Ao nível defensivo, não sendo o objetivo tirar o sucesso do ataque, pois, no caso disso acontecer levaria os alunos a frustração e consequente desmotivação para a prática da modalidade, cada defesa é responsável por um atacante, deve estar sempre entre o seu atacante e o cesto e deve-se posicionar de forma a ter no seu campo de visão o seu atacante e o portador da bola.</p> <p>Tendo em conta a complexidade exigida na planificação da aula, esta será realizada por grupos de nível, isto é, os alunos com mais capacidades jogam entre si, e os alunos com menos capacidades realizaram o mesmo. Desta forma creio que será mais fácil complexificar os exercícios ou simplificar, de acordo com as necessidades de cada grupo, sem que os restantes elementos da turma se desmotivem ou percam o foco de interesse na aula.</p> <p>Os alunos poderão transitar de um grupo de nível para o outro se o professor assim o considerar ao longo da aula.</p> <p>Grupo 1: 1,2,3,4,5,7,10,12,14,15,16,17,21,24 Grupo 2: 6,8,9,11,13,18,19,20,23</p>


Nome do Estagiário: Rafael Soares

Tempo		Tarefas / Objetivos Específicos	Organização/ Estratégias de Ensino / Estilos de Ensino	Objetivos Comportamentais / Critérios de Êxito
Int.	Pr.	Parte Inicial		
	5'	<p>Preleção inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Contextualização e introdução da aula (descrever brevemente o que será realizado e trabalhado com vista atingir os objetivos de aula).</li> <li>- Verificação de presença e exposição dos conteúdos da aula.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alunos sentados nos bancos sacros, de frente para o professor;</li> <li>- Professor regista as presenças;</li> <li>- Professor contextualiza e identifica os objetivos da aula;</li> <li>Estilo de Ensino: Por descoberta guiada;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos estão atentos à informação transmitida;</li> <li>- Retiram dúvidas ao docente;</li> <li>- Cada aluno compreende qual a tarefa que irá realizar</li> </ul>


Núcleo de estágio de educação física

Professor: Rafael Soares

Ano letivo 2014/2015

30'	5'	Agucamento - Mobilidade articular a realizar por um aluno	Os alunos deverão realizar corrida pelo espaço da aula executando os movimentos que o aluno responder pelo agucamento definir, estes exercícios devem contemplar rotação dos membros superiores, em simultâneos e alternado, e skipping alto, membros inferiores.	Os alunos deverão executar o exercício de acordo com o modelo
25'	15'	<b>Teste Velocidade 40m</b> Avaliar a velocidade cíclica do aluno num percurso de 40m retos;	<b>PARTE FUNDAMENTAL</b> Alunos dedicam-se com o professor para o espaço exterior; > Formar 2 Colunas de alunos atrás da linha de partida; > Ao sinal do professor, alunos realizam exercício; > Na linha de chegada, o professor indica o tempo de cada um, para este anotar na folha de registo;  <b>ESTILO DE RUNNING:</b> Foco no Atravassação	Aluno atrás da linha de partida, inicia após sinal sonoro (apito). > Deverá aumentar gradualmente a velocidade, alcançando a linha de meta em velocidade máxima e percorrendo a distância no menor tempo possível; > Percorrer a distância de 40m no menor tempo possível, de forma a estar dentro dos limites da (Zona Sandivál de Aptidão Física - ZSAF).
40'	15'	Jogo dos Corredores: Tem como objetivo a aprendizagem da ocupação dos três corredores principais do basquetebol, a realização do dribble de progressão e a execução do lançamento na passada do lado direito e esquerdo.	 O exercício será realizado por vagas, assim sendo, os alunos estarão distribuídos por 3 colunas. O exercício terá duas variantes, na primeira será realizada uma volta à volta do professor e na segunda será realizado um lançamento para o cesto.	<b>OS ALUNO EXECUTA, em detrimento da modalidade, as seguintes determinantes técnicas:</b>  <b>Recepção de bola</b> - Agarrar a bola com as duas mãos em formato de concha; - Dedos afastados com polegares próximos; - Cotovelos junto ao corpo. <b>Passo (Péto/Passado/Ombro)</b> - Segurar a bola com as duas mãos à frente do peito; - Dirigir a bola para o solo, ao peito, ou ombro (acompanhar o movimento com o corpo) para zona próxima do colega. <b>Lançamento (Passada/Ápelo/Extensão)</b> - Enquadrar com o cesto (orientar os apoios e corpo para o cesto); - Dominar bem a bola nas mãos e olhar dirigido para a tabela; - Executar com um pé o 1º apoio após recepção de bola ou paragem do dribble; - Executar o 2º apoio e impulso com o outro pé; - Elevar o joelho do lado do MG que vai lançar; - Estender o corpo todo, e lançar no ponto mais alto com extensão do MG.
70'	30'	Jogo reduzido 4v4 com joker E: jogo reduzido 4v4 sem joker	Os alunos em situação de jogo reduzido 4v4 com joker, numa primeira fase, e depois em jogo reduzido 4v4 deverão procurar executar os critérios de êxito estabelecidos, sem nunca perder o foco do objetivo do jogo, marcar pontos. Os alunos serão divididos pelas várias tabelas em grupos de nível consoante as suas capacidades motoras para a prática da modalidade em questão.  <b>Grupo 1:</b> 1,2,3,4,5,7,10,12,14,15,16,17,21,24 <b>Grupo 2:</b> 6,8,9,11,13,18,19,20,23	<b>Situação de Jogo</b>  <b>Defensivamente:</b> - Criar linhas de passe e corte para o cesto; - Procurar espaços vazios para receber e atacar; - Progredir em dribble ou passe para o cesto; - Lançar no passeado ou curta distância; - Participar no resultado;  Identificam os corredores, orientam-se no espaço do campo e executam rápido o ataque ao cesto ou contra-ataque.



				<b>Defensivamente:</b> - Coloca-se entre o adversário e o cesto; - Dificulta o passe/âmbito/lançamento e a abertura de linhas de passe; - Participa no rescaldo - Marcação individual, escolhe um colega e executa a marcação no mesmo. - Marcação à zona, executa a contenção ou proteção defensiva da zona que lhe pertence.  Devem atacar rápido o portador da bola, minimizando as opções de escolha ao colega no jogo
<b>Parte Final</b>				
75'	5'	<b>Proteção Final da bola.</b>  Retorno à calma; Explicação das tarefas a realizar na aula seguinte; Esclarecimento de dúvidas	Alunos dispostos em U de frente para o professor.  > Professor realiza as posições desejadas e alunos imitam.  <b>ESTILO DE ENSINO:</b> Por Comando	 > Os alunos estão atentos ao professor imitam os exercícios; > Realizam de forma correta os exercícios; > Alunos retiram passivas dívidas existentes

## Reflexão Crítica

Na presente aula foi realizada a continuação da Unidade Didática de Basquetebol e, em paralelo, foi realizado o teste de velocidade da bateria de testes do Fitnessgram.

A aula começou com uma breve contextualização e revisão dos aspetos já vistos sobre a Unidade Didática e, após esta revisão, os alunos realizaram os exercícios de mobilidade muscular e flexibilidade que, como tem vindo a ser realizado, cabe a um dos alunos o comando destas duas tarefas.

De seguida realizou-se o exercício dos corredores, pois pareceu-me fundamental recordar os três corredores e quem ocupa cada um deles. Em simultâneo com este exercício, foi realizado o teste de velocidade, com os alunos que estavam de fora do exercício, sendo que ia alternando entre os alunos do exercício dos corredores e os alunos que estavam no teste de velocidade.

Depois da execução destes exercícios, os alunos foram distribuídos pelos grupos de nível que já estavam definidos e, dentro de cada um desses grupos, organizei duas equipas para realizar o jogo de 4x4 com e sem joker.

Na parte final da aula realizou-se jogo 3x3, em campo inteiro, algo que me pareceu fundamental para que os alunos sentissem as diferenças do jogo, tanto devido ao número de jogadores, como ao espaço de jogo, uma vez que até à presente aula só tinham realizado jogos em meio campo.

Ao longo de toda a aula pudemos destacar vários alunos pelas suas excelentes prestações técnico-táticas, no entanto, penso que será mais importante destacar os alunos que têm procurado ultrapassar as suas enormes dificuldades na modalidade, sendo estes o [REDACTED], a [REDACTED], a [REDACTED], a [REDACTED] e o [REDACTED], que têm evoluído bastante ao longo de toda a Unidade Didática, devido ao seu empenho e vontade de aprender que têm vindo a mostrar.

Em relação à minha intervenção ao longo da aula, estive mais focado nos aspetos táticos do jogo, ou seja, na organização dos alunos em equipa, e na realização de jogo coletivo. Procurei entrar e sair do jogo com bastante frequência, de forma a demonstrar e explicar, sem ter de interromper o exercício. Através da minha observação, após o feedback, penso que a instrução que fui dando ao longo da aula foi bastante útil, visto que rapidamente se observavam mudanças de comportamentos. A meu ver, devo ainda melhorar nos fechos dos ciclos de feedback, pois em algumas situações não os realizo.

## Anexo 6 – Decisões de Ajustamento ao Plano de Aula

Decisões de Ajustamento 2º Período					
Data	Aula   Nº	Conteúdos Programados	Decisão de Ajustamento	Motivo	Resultado Obtido
05-01-2015	Gin. Ap. 1 e 2	Av. Diagnóstica através de Circuito. Mini – trampolim; Plinto; Trave Olímpica.	Acrescentei dois elementos ginásticos (meia – pirueta e pirueta) no mini - trampolim	Através da observação constatei que os alunos já realizavam com poucas dificuldades o salto em extensão e engrupado.	Os alunos mostraram mais empenho e interesse no exercício
08-01-2015	Gin. Ap. 3 Atl. Sal. 1	Circuito para introdução e execução das aprendizagens da ginástica de aparelhos. Av. Diagnóstica do salto em altura, com a técnica de tesoura	Alteração da disposição do circuito.	Durante o decorrer da aula alterei a disposição das estações, para que os alunos estivessem mais organizados e não houvesse tantos tempos mortos entre cada execução, desta forma procurei tornar a aula mais dinâmica.	Ao longo das mudanças na disposição do circuito e acrescentando algumas estações de condição física, consegui elaborar um circuito em que a aula se tornou muito mais dinâmica e interessante para os alunos, pois deixaram de haver as filas de espera entre cada exercício.
12-01-2015	Gin. Ap. 4 Atl. Sal. 2	Circuito para introdução e execução das aprendizagens da ginástica de aparelhos. Exercitação do salto em altura, com a técnica de tesoura. Introdução da técnica de Flop	Alteração da disposição do circuito.	Durante o decorrer da aula alterei a disposição das estações, para que os alunos estivessem mais organizados e não houvesse tantos tempos mortos entre cada execução, desta forma procurei tornar a aula mais dinâmica.	Ao longo das mudanças na disposição do circuito e acrescentando algumas estações de condição física, consegui elaborar um circuito em que a aula se tornou muito mais dinâmica e interessante para os alunos, pois deixaram de haver as filas de espera entre cada exercício.
22-01-2015	Gin. Ap. 6	Salto no plinto, mini-trampolim e boque	Acrescentei o rolamento sobre o plinto	Grande parte dos alunos já mostrava capacidades para a realização do salto	Os alunos gostaram bastante do desafio proposto, mostrando-se bastante empenhados e interessados.
26-01-2015	Basquetebo 14 e 5	Aprendizagem e execução dos gestos técnicos do passe, lançamento e drible, e da componente tática de ocupação dos corredores.	Reformulação das equipas para realizar o jogo da bola ao capitão e os jogos 4x4 e 3x3 em campos mais reduzidos	Vários alunos não realizaram aula devido às gripes e constipações	Após uma primeira fase de alguma confusão, consegui reformular as equipas e os alunos realizaram os exercícios de forma entusiasta e empenhada.
29-01-2015	Salto em Comp. 1	Introdução do atletismo Salto em comprimento	Alteração da disposição do circuito.	Durante o decorrer da aula alterei a disposição das estações, para que os alunos estivessem mais organizados e não houvesse tantos tempos mortos entre cada execução, desta forma procurei tornar a aula mais dinâmica.	Ao longo das mudanças na disposição do circuito e acrescentando algumas estações de condição física, consegui elaborar um circuito em que a aula se tornou muito mais dinâmica e interessante para os alunos, pois deixaram de haver as filas de espera entre cada exercício.
02-02-2015	Basquetebo 16 e 7	Aprendizagem e execução dos gestos técnicos do passe, lançamento e drible, e da componente tática de ocupação dos corredores.	Reformulação dos grupos de trabalho	devido à falta de espaço, esta falta de espaço deve-se às condições atmosféricas	Após uma primeira fase de alguma confusão, consegui reformular as equipas e os alunos realizaram os exercícios de forma entusiasta e empenhada.
23-02-2015	Basquetebo 18 e 9	Exercitação das componentes técnicas de base para o jogo e trabalho das componentes táticas, dinâmica ofensiva e defensiva	A bola deve passar pelas raparigas da equipa antes de poderem lançar ao cesto.	algumas alunas não interagiam no jogo, os colegas não lhe passavam a bola	Após estas medidas as alunas participaram mais no jogo

Anexo 7 – Avaliação Diagnóstica

EDUCAÇÃO FÍSICA: 7º ANO: TURMA C		Agrupamento de e Avaliação Diagnóstica - Basquetebol										PORTUGAL	
Nº	Nome	Gesto Técnico			Defesa		Ataque			Média	Nível		
		Passo peito	Passo picado	Drible	Lança mento	Assume defesa HXH	coloca-se entre o cesto e a bola	faz passe e corte	lança quando tem oportunidade			desmarca-se	
1		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
2		2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	Introdutório
3		3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	Introdutório
4		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
5		3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	Introdutório
6		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
7		3	3	2	3	2	1	1	1	1	1	3	Introdutório
8		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
9		4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	Introdutório
10		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
11		4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	Introdutório
12		2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	Não introdutório
13		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
14		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
15		3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	2	Introdutório
16		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
17		2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	2	Introdutório
18		4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	Introdutório
19		4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	Introdutório
20		4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	Introdutório
21		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	NR	
23		4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	Introdutório
24		2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	Introdutório

Legenda: NR - Não realizou  
 1 - Não Realiza  
 2 - Realiza com grande dificuldade  
 3 - Realiza com alguma dificuldade  
 4 - Realiza bem  
 5 - Realiza muito bem





**Avaliação Formativa - Basquetebol**

N.º	6 e 7	8 e 9	Observações (juízo de valor)
1	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores; deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores; deve criar linhas de passe para receber bola;
2	Fj(D) + Fj(A) + LQO +/-		compreende a fase defensiva e ofensiva; deve melhorar o ato de lançamento e perceber qual o momento ideal para o fazer;
3	Fj(D) + Fj(A) +/- LQO +/-		deve melhorar a ação defensiva.; deve movimentar-se para criar linhas de passe e fazer PASSE e CORTA;
4	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +		deve melhorar a ação defensiva.; deve movimentar-se para criar linhas de passe e fazer PASSE e CORTA;
5	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados;
6	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		realiza com dificuldade a ocupação correta dos corredores; não compreende a fase defensiva hih; muita incorreção no lançamento;
7	Fj(D) - Fj(A) - LQO -		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados;
8	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados;
9	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve melhorar o PASSE e CORTA e desmarcação para receber bola;
10	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		compreendeu os conteúdos abordados e realiza corretamente; deve evitar o dribble prolongado e jogar mais em equipa; melhorar lançamento;
11	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve melhorar o PASSE e CORTA e desmarcação para receber bola;
12	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores; deve melhorar a ação defensiva, acompanhando o jogador que este a marcar;
13	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +		deve melhorar a ação defensiva, acompanhando o jogador que este a marcar;
14	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve melhorar o PASSE e CORTA e desmarcação para receber bola;
15	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores;
16	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores;
17	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores;
18	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve melhorar o PASSE E CORTA e desmarcação para receber bola;
19	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		compreendeu os conteúdos abordados e realiza corretamente; deve evitar o dribble prolongado a jogar mais em equipa; melhorar lançamento;
20	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados;
21	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		Aluno com muito bom desempenho nos conteúdos abordados; deve melhorar o PASSE e CORTA e desmarcação para receber bola;
22	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		compreendeu os conteúdos abordados e realiza corretamente; deve evitar o dribble prolongado a jogar mais em equipa; melhorar lançamento;
23	Fj(D) + Fj(A) + LQO +		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores;
24	Fj(D) +/- Fj(A) + LQO +/-		Alguns dificuldade na defesa hih (acompanhar adversário); deve procurar lançar quando tem oportunidade; compreendeu os corredores;
Aula	Alunos observados	Alunos observados	<b>Tomada de decisão</b>
6 e 7	n 1 ao 12	n 1 ao 12	Ocupa corredor central com bola; sem bola ocupa c. laterais; lança quando esta enquadrado com cesto; faz passe e cortas;
12	n13 ao 24	n13 ao 23	Ocupa corredor central com bola; sem bola ocupa c. laterais; lança quando esta enquadrado com cesto; faz passe e cortas;



**AVALIAÇÃO SUMATIVA FINAL**



Turma: 7<sup>o</sup>C  
UD: Tag-Rugby

N.º	Aluno	Tag-Rugby Domínios														Média total	Nível
		Saber (20%)				Saber Ser (40%)						Saber Fazer (40%)					
		Questionário (10%)	Nível	Pres %	Pres	Ass/ Pont	Persev	Auton	Resp	Sociab	Média	Des. Motor	Média	Média			
1		55	3	63	5	63	65	65	100	100	100	65	100	71,50	57	62,35	3
2		55	3	75	6	75	80	80	100	100	100	80	100	80,00	57	65,75	3
3		75	4	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	62	79,75	4
4		65	3	88	7	88	65	65	100	100	100	65	100	83,50	53	67,40	3
5		80	4	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	53	77,25	4
6		95	5	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	96	97,25	5
7		80	4	100	8	100	90	90	100	100	100	90	100	96,00	53	75,40	4
8		95	5	100	8	100	90	90	100	100	100	90	100	96,00	96	95,65	5
9		85	4	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	96	95,25	5
10		70	4	100	8	100	100	100	100	100	100	80	100	96,00	53	73,40	4
11		85	4	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	81	89,50	4
12		55	3	75	6	75	80	80	100	100	100	70	100	81,00	53	64,40	3
13		55	3	88	7	88	80	80	100	100	100	75	100	84,50	53	65,80	3
14		50	3	63	5	63	50	50	100	100	100	50	100	62,50	53	56,00	3
15		65	3	88	7	88	80	80	100	100	100	75	100	84,50	53	67,80	3
16		55	3	63	5	63	50	50	100	100	100	65	100	65,50	53	58,20	3
17		100	5	100	8	100	90	90	100	100	100	90	100	96,00	100	98,40	5
18		95	5	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	96	97,25	5
19		95	5	100	8	100	100	100	100	100	100	100	100	100,00	91	95,25	5
20		95	5	100	8	100	100	100	100	100	100	90	100	98,00	86	92,70	5
21		55	3	63	5	63	75	75	100	100	100	65	100	75,50	57	63,95	3
22		85	4	100	8	100	90	90	100	100	100	75	100	88,00	91	88,70	4
23		50	3	38	3	38	50	50	100	100	100	65	100	60,50	53	55,20	3
24		50	3	38	3	38	50	50	100	100	100	65	100	60,50	53	55,20	3
	Média	73,70	3,83	86,96	6,96	86,96	84,13	83,04	84,78	100,00	87,78	69,13	84,78	77,50	69,13	77,50	3,87

## Anexo 10 – Inquérito Estudo de Caso



Caro Aluno (a),

Apresenta-se ao longo deste inquérito, algumas afirmações relacionadas com sentimentos e opiniões que desenvolveste ao longo desta aula.

Não demores muito tempo com cada uma das questões e/ou afirmações. Normalmente, as respostas que primeiro te ocorrem são as que mais interessam.

Quando terminares, lê novamente o inquérito, certificando-te de que não deixaste de responder a nenhuma questão.

Muito Obrigado pela tua colaboração.

Inquérito	Discordo Totalmente	Discordo	Não Concordo Nem Discordo	Concordo	Concordo Totalmente
1. Gostei bastante da aula de Educação Física	1	2	3	4	5
2. A aula de Educação Física foi divertida	1	2	3	4	5
3. Senti-me nervoso (a) na aula de Educação Física	1	2	3	4	5
4. Senti-me descontraindo (a) durante a aula de Educação Física	1	2	3	4	5
5. Senti-me pressionado (a) durante a aula de Educação Física	1	2	3	4	5
6. Tive medo de cometer erros durante a aula	1	2	3	4	5
7. O professor motivou-me sempre para eu melhorar	1	2	3	4	5
8. O professor foi muito exigente ao longo da aula	1	2	3	4	5
9. Senti-me bastante competente ao longo da aula	1	2	3	4	5
10. O professor não me esclareceu como melhorar	1	2	3	4	5