

Carla Cristina Pimentel Castro Cunha Leite

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA
PROFESSOR ALBERTO NERY
CAPUCHO JUNTO DA TURMA DO 7ºF,
NO ANO LETIVO DE 2014/2015

Relatório de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário,
orientada pelo Mestre Paulo Nobre e apresentada na Faculdade de Ciências do Desporto e
Educação Física da Universidade de Coimbra.

Junho 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Carla Cristina Pimentel Castro Cunha Leite (nº 2014189939)

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO

O presente Relatório de Estágio é apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física – Universidade de Coimbra, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básicos e Secundário.

Orientador: Mestre Paulo Nobre
(FCDEF-UC)

Coimbra
2015

Citação Bibliográfica:

Leite, C (2015). *Relatório de Estágio Pedagógico* apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal.

Dedicatória

Aos meus filhos e ao meu marido
agradeço o apoio incondicional,
a compreensão e o estímulo permanente,
dispensado ao longo deste percurso académico.

AGRADECIMENTOS

Devo fazer um agradecimento especial ao meu professor orientador de escola, o professor Cláudio Sousa pela sua disponibilidade, apoio, paciência e orientação durante este ano de estágio e trabalho desenvolvido.

Ao Professor Paulo Nobre pela compreensão, disponibilidade e ensinamentos e experiência transmitidos durante este processo de formação.

Aos meus colegas do Núcleo de estágio, Celso Pereira, Jorge Coimbra e Isabel Pereira pela partilha de experiências e pela ajuda em todos os trabalhos por nós produzidos. Um bem-haja para vocês.

Aos meus alunos no Clube SEM (Clube Sempre em Movimento), pela compreensão, apoio principalmente aos ajustes no horário normal de funcionamento das aulas. Sem a vossa ajuda também não teria sido possível chegar a este ponto.

Aos alunos da Escola Professor Alberto Nery Capucho, pelo vosso desempenho e dedicação nas tarefas propostas. Foram momentos de partilha recíproca.

Ao Diretor de Turma professor Roberto Oliveira pela sua disponibilidade em me deixar participar nos seus trabalhos e tarefas relacionadas com a direção de turma.

A todos aqueles que, de uma forma ou de outra, me ajudaram a realizar este trabalho, o meu mais sincero agradecimento.

RESUMO

Ao fim de um ano de estágio pedagógico, terminou uma etapa de um processo de formação, o qual tem como objetivo aperfeiçoar os conhecimentos, melhorar as práticas pedagógicas, assim como incrementar a experiência enquanto professora.

Este documento é relativo ao trabalho desenvolvido na Escola Básica Professor Alberto Nery Capucho, na cidade da Marinha Grande, onde foi lecionada a disciplina de Educação Física, aos alunos da turma do 7º F, por uma estagiária de Mestrado.

Inicialmente, foi feita uma reflexão acerca da prática pedagógica, dando a conhecer a turma, escola e sítio envolvente, os objetivos e as expectativas iniciais. Na segunda parte, pretendeu-se refletir sobre as práticas pedagógicas e trabalho desenvolvido, fazendo-se um balanço, passando pelo planeamento, estratégias e ações desenvolvidas. Foram também abordadas as dificuldades sentidas e as experiências mais e menos positivas.

Na última parte pretendeu-se descrever o trabalho realizado dentro do tema/problema, que tinha como objeto de estudo o “Feedback”, e contextualizar a razão pela qual foi escolhido este assunto.

Palavras-chave: Estágio, Educação Física; Reflexão; Feedback

ABSTRACT

After one year of teaching practice, one more step in the learning process ended, which purpose is to improve knowledge, teaching practices as well as to increase experience as a teacher.

The intention of this document was to make a self-evaluation on the work, performed at Alberto Nery Capucho Primary School, in Marinha Grande, where the Physical Education discipline was taught to the 7th grade students, class F, by a Master's intern.

Initially, an evaluation was made to the pedagogical practice, describing the class, school and surrounding site, the objectives and initial expectations. In the second part, the intention was to analyze the teaching practices and work, making a balance, and taking in consideration planning, strategies and actions developed. Additionally some references were made to the difficulties experienced, referring the positive and negative situations.

In the last part the aim was to describe the work made, within the theme / problem, which object of study is the "Feedback" and contextualize why this subject was chosen.

Keywords: Training, Physical Education; Evaluation; Feedback

Índice

Apresentação	i
Citação bibliográfica.....	ii
Dedicatória.....	iii
Agradecimentos	iv
Resumo	v
Abstract.....	vi
Índice	vii
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1 – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA	2
1. Expectativas e Opções Iniciais Relativas ao Estágio	2
2. Fragilidades de desempenho.....	3
3. Objetivos de Aperfeiçoamento	5
4. Condições locais e relação educativa	5
4.1.Caracterização da escola.....	5
4.2.Caraterização do Grupo de Educação Física	6
4.3.Caraterização do Núcleo de Estágio de Educação Física	7
4.4.Ética profissional	7
4.5. Caracterização da turma do 7º F.....	9
CAPÍTULO 2 – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PESSOAL.....	10
1. Aprendizagens realizadas	10
2. Planeamento	10
2.1. Plano anual de Educação Física	11
2.2. Unidades Didáticas.....	11
2.3. Planos de aulas	12
2.4. Intervenção Pedagógica.....	14
2.5. Dimensão Instrução.....	14
2.6. Dimensão Gestão.....	15
2.7. Dimensão Disciplina	15
3. Avaliação	16
3.1. Avaliação Diagnóstica.....	17
3.2. Avaliação Formativa	18
3.3. Avaliação Sumativa.....	19

CAPÍTULO 3- TEMA/ PROBLEMA	21
1. Objetivo Geral	21
2. Metodologia.....	21
3. Apresentação do Tema e dados	22
3.1.Feedbacks quanto ao objetivo por aula de 45 minutos	24
3.2. Feedbacks quanto à forma por aula de 45 minutos.....	26
3.3. Total de Feedbacks quanto ao Objetivo e quanto à forma.....	27
3.4.Discussão de Resultados	28
3.5. Referências sobre eficácia do Feedback no processo Ensino/ Aprendizagem.....	29
3.6. Conclusão Tema/Problema	30
CONCLUSÃO (cunho e sentimentos pessoais)	33
BIBLIOGRAFIA	34
ANEXOS	36

Carla Cristina Pimentel Castro Cunha Leite, aluna nº2014189939 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).

16 de junho de 2015

INTRODUÇÃO

Este documento surge no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Pedagógico do Curso de Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade de Coimbra e constitui uma representação do trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo 2014/2015 na Escola Prof. Alberto Nery Capucho na Marinha Grande, com os alunos do 7ºF.

Este relatório assinala o término de uma etapa de formação da mestranda e pretende-se que seja uma análise às práticas desenvolvidas, estratégias e aprendizagens, tendo sempre presente que não foi um processo de apenas um sentido mas sim de partilhas de conhecimentos e sentimentos que culminam com este relatório.

O documento encontra-se estruturado em três partes, no qual se pretende resumir o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo nas várias vertentes. Assim o primeiro capítulo aborda a contextualização da prática pedagógica desenvolvida, onde se começa por falar das expectativas e opções iniciais relativas ao Estágio, as fragilidades no desempenho e os objetivos de aperfeiçoamento, e posteriormente faço a caracterização da Escola, do Grupo de Educação Física e da turma que me encontrei a lecionar.

De seguida é feita uma reflexão sobre as práticas pedagógicas, desenvolvidas com a turma, pela qual a mestranda ficou responsável. Apresentam-se as Unidades Pedagógicas realizadas e o porquê desta selecção. São também analisadas as dificuldades sentidas em cada Unidade Didática e são referidos os pontos fortes e quais os pontos mais sensíveis das mesmas.

É também abordada a componente ética, atividades onde a mestranda teve participação ativa e onde deu o seu contributo enquanto professora e colega.

No último capítulo, é abordado o tema-problema e os feedback, assim como a importância que teve para o processo de estágio e o quanto contribuiu para tornar a mestranda numa professora melhor, focando-se sempre no processo ensino/aprendizagem.

Na parte final encontram-se as referências bibliográficas e anexos utilizados.

CAPÍTULO 1 – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

1 Expectativas e opções iniciais relativas ao estágio

Numa fase inicial, a mestranda não teve vaga para ingressar no estágio, na sua área de residência, por estarem todas já preenchidas. Posteriormente, ocorreu uma desistência de outro professor, na Escola Nery Capucho, tendo ficado uma vaga em aberto. Estes factos ditaram alguma falta de preparação da mestranda, inclusivamente ao nível psicológico, considerando que as circunstâncias e os eventos de precipitaram a uma grande velocidade. Por esses motivos, o impacto inicial foi bastante grande e obrigou a mestranda a reagir e a tentar adaptar-se rapidamente.

A primeira grande dificuldade surgiu na chegada à escola, considerando que era o seu primeiro contacto com a escola, a mestranda estava convencida que iria assistir a uma aula. No entanto, a realidade foi surpreendente: foi colocada a ministrar uma aula de ginástica, acompanhada pelo professor orientador de escola, o professor Cláudio Sousa. Apesar do impacto e surpresa inicial, considera-se que esta experiência foi bastante positiva, porque lhe permitiu que houvesse um conhecimento mútuo entre a professora e os alunos, e acabou por ser até uma forma divertida e desafiante começar.

A experiência anterior da mestranda, enquanto professora de Educação Física, foi apenas durante o estágio pedagógico da licenciatura e em atividades extra curriculares, no Ensino Básico, com alunos de idades completamente diferentes. Portanto, considerando todo este contexto, a mestranda ficou com a perceção inicial que iria ser um ano extremamente difícil, com muito trabalho e estudo, de modo a poder fazer uma preparação adequada para as Unidades Didáticas a lecionar.

Algumas modalidades foram muito difíceis de lecionar, considerando a curta experiência da mestranda. Outras unidades foram mais simples porque, apesar da mestranda não ter experiência em Educação Física, tem experiência em outras áreas como a Ginástica, o Atletismo a Dança e o Andebol, áreas essas desenvolvidas enquanto atleta, em jovem, e na fase adulta, em formações de especialização.

Este estágio teve outra componente fantástica, que foi a partilha de conhecimentos, o poder conviver com outros profissionais da área com uma vasta experiência na área. As reflexões nos finais das aulas, o trabalho de preparação para algumas atividades do grupo de NEEF. Todos estes momentos diferentes e distintos foram particularmente importantes para a mestranda, tanto ao nível pessoal, para a sua

formação, crescimento intelectual e humano, como pela experiência adquirida, ao nível do trabalho em equipa, tendo que lidar com ideias e pessoas diferentes.

E relativamente ao NEEF, com o qual tive o privilégio de trabalhar, eles ficarão no coração da mestrandia, de uma forma muito especial o professor Jorge Coimbra e o professor Celso já conhecidos há alguns anos e este facto veio facilitar a “convivência” e todo o trabalho de grupo que está inerente a este estágio e, claro, a professora Isabel, a qual não era conhecida mas que também ajudou quando foi preciso e que colaborou nos trabalhos desenvolvidos pelo núcleo.

2 Fragilidades no Desempenho

O professor dos “dias de hoje” tem um papel muito interventivo no processo de ensino/aprendizagem e no “meio ambiente” em que se insere. Hoje, o professor acumula funções, obrigações e responsabilidades que outrora não faziam parte das suas atribuições; para além disso, está muito mais exposto e, desta forma, potencialmente mais fragilizado.

Essas atribuições e fragilidades, aliadas à adaptação a um processo novo e complexo, dificultaram bastante a fase inicial do estágio. De uma forma bastante acentuada, a mestrandia sentiu dificuldades, particularmente ao nível do controlo da turma e dos comportamentos desviantes. Foi nesta área que a inexperiência se fez notar de um modo mais marcante e onde foi necessário solicitar mais ajuda, quer ao professor orientador de escola (professor Cláudio), quer ao colega de NEEF, o professor Jorge. Ambos foram sempre ativos na ajuda e apoio, tanto na resposta aos pedidos da mestrandia, como de uma forma autónoma, sempre que eles próprios acharam que o deveriam fazer e, neste sentido, as reflexões finais das intervenções terem sido sempre muito significativas e da maior importância.

Tal como referido anteriormente, o controlo do comportamento dos alunos foi o parâmetro onde foram sentidas mais dificuldade e, neste sentido, foram percecionadas, na primeira pessoa, as dificuldades que um professor sente em manter uma turma controlada e ordeira. Foi sentido que alguns alunos percebem que, mesmo portando-se mal, as consequências nunca são muito significativas, o que vem dificultar o papel de interveniente ativo na sua educação. Apesar disso, a mestrandia tem noção que esta escola não é considerada das piores, em termos de problemas disciplinares. No entanto, há vários sinais e sintomas que indicam uma grande falta de acompanhamento de muitos alunos, em termos de ensino. A mestrandia defende que o professor deve ter o papel não só de ensinar mas também certificar-se que o aluno estudou e completou as

tarefas pedidas (por exemplo para fazer em casa). De referir que foram poucas as vezes que foram pedidos TPC aos alunos e, mesmo assim, poucos foram os que os realizaram.

Deve ser referido que, durante a inclusão das Unidades Didáticas, houve unidades onde foram sentidas mais dificuldades do que outras, principalmente no futebol, pois é uma área pouco desenvolvida pela mestranda, enquanto professora nestes últimos anos mas, por outro lado, obrigou-a a aprofundar mais o estudo e investigação. Também nesta área, foi necessário pedir ajuda e foi sempre concedida.

Com a elaboração do Plano Individual pretendeu-se fazer uma previsão daquilo que viria a ocorrer durante o ano letivo. Adicionalmente, foi intenção prever em que áreas é que a mestranda iria sentir mais dificuldades e quais as atividades que seriam menos complicadas de a realizar.

Relativamente ao desenvolvimento do processo de ensino e de aprendizagem, as principais preocupações e os principais objetivos assentaram, claramente, no desenvolvimento de um processo educativo pautado pelo rigor, pela qualidade e pela excelência, com o intuito de garantir o sucesso pessoal, social e académico dos alunos no desenvolvimento psicomotor e integral.

Inicialmente, foram sentidas dificuldades, também ao nível do cumprimento dos tempos das tarefas, por vezes, teve que se optar por excluir alguns exercícios do plano de aulas. É crível que a pouca experiência da mestranda enquanto professora, possa explicar essas dificuldades pois, toda a parte da instrução, quer inicial quer das tarefas, levavam mais tempo a cumprir do que tinha sido previsto. Foi-se adequando e melhorando este “problema” e, comparando-se o desempenho da mestranda nas primeiras aulas com as do final, a perceção é de um grande acréscimo de competência.

Outra preocupação levantada pelo professor orientador Cláudio Sousa referia-se com a parte dos feedbacks recebidos, e na orientação dos mesmos, assim como o número de feedbacks dados. Consequentemente, houve aqui uma preocupação da mestranda em melhorar significativamente, o que culminou em fazer deste problema o tema a desenvolver como TEMA/PROBLEMA durante o estágio. Foram criadas grelhas e em conjunto com os colegas e professor orientador, foi-se registando os feedbacks e melhorando o que havia para melhorar.

3 Objetivos de Aperfeiçoamento

De acordo com as principais dificuldades apresentadas e tendo em conta as expectativas para o estágio pedagógico, pretendeu-se alcançar os seguintes objetivos:

- Planificar de forma adequada o processo de ensino e de aprendizagem, tendo em conta a turma 7^aF;
- Elaborar uma planificação anual de Educação Física adaptada aos alunos/turma e ano letivo, tendo em conta, os resultados obtidos nas avaliações diagnósticas;
- Proporcionar aos alunos a aquisição de conhecimentos nas múltiplas modalidades desportivas;
- Implementar metodologias pedagógicas diversificadas (aplicar diferenciação pedagógica), adequar os conteúdos aos alunos com mais as necessidades;
- Implementar aulas ativas dinâmicas, exigentes, inovadoras, motivantes, com objetivos bem definidos, utilizando uma boa instrução e gestão de aula, promovendo um elevado tempo de empenho motor e aprendizagem útil;
- Aplicar instrumentos de feedbacks que viriam a ser usados para o Tema/problema
- Controlar com eficácia a evolução e progressos dos alunos assim como identificar fragilidades;
- Refletir, acerca dos resultados de aprendizagem obtidos pelos alunos e melhorar estratégias com vista a melhorar o desempenho dos mesmos assim como as da mestrandia;

4 Condições Locais e Relação Educativa

4.1 Caracterização da Escola

Esta Escola começou a funcionar no ano letivo de 1995/96, em edifício próprio, construído para o efeito, modelo 24T, com a designação de Escola E.B. 2/3 Marinha Grande n.º.2. No ano letivo de 2003/2004, foi constituído o Agrupamento de Escolas de Nery Capucho e, posteriormente, foi proposta a atual designação, que foi autorizada pelo despacho n.º 27/SEAE/96 de 96/04/22.

No ano letivo passado, foi criado o “Mega Agrupamento”, Agrupamento de Escolas Marinha Grande Nascente, tendo a Escola sido agregada à Escola Secundária Pinhal do Rei, sendo esta última a Escola Sede. No entanto, a 26 de dezembro de 2013, o Ministério da Educação e Ciência definiu que a Escola Sede do “mega agrupamento” seria a Escola Professor Alberto Nery Capucho.

A Escola Básica Professor Alberto Nery Capucho localiza-se no núcleo urbano da cidade da Marinha Grande, a dois quilómetros do centro, numa zona a nascente, designada por Embra, inserindo-se, deste modo, no meio citadino mas também junto a alguns espaços verdes

envolventes. É servida por arruamentos confinantes, em metade do perímetro do espaço que ocupa, construídos para a servir, amplos e bem pavimentados, com passeio e estacionamento.

Neste ano letivo, o Agrupamento é frequentado por 1918 alunos, dos quais no Pré Escolar 233; 1º CEB 693, 2º CEB 345; 3º CEB 429, Secundário 134 e Profissional 84. Frequentam o agrupamento 114 alunos com Necessidades Educativas Especiais de caráter Permanente (NEEP), apresentando problemáticas de diversos domínios, nomeadamente, cognitivo, de linguagem, emocional e motor, e três alunos frequentam a Unidade Multideficiência.

Relativamente aos espaços desportivos, para a prática da disciplina de Educação Física, a Escola tem ao seu dispor três espaços distintos, dois no interior, o pavilhão e o ginásio estes últimos dois da responsabilidade da Câmara Municipal da Marinha Grande e os campos exteriores.

A Escola usufrui de um pavilhão gimnodesportivo que, apesar de ser propriedade do Município, como referi anteriormente, no período de funcionamento das atividades escolares, encontra-se ao serviço da Escola e tudo indica que assim continuará. O campo interior existente no pavilhão é composto por duas balizas e quatro tabelas de Basquetebol, duas fixas e duas amovíveis, postes de voleibol e a respetiva rede, permitindo a abordagem a vários desportos coletivos, e também a desportos individuais tais como o Badmínton e o Atletismo em particular o lançamento do peso.

O ginásio possui condições materiais suficientes para a abordagem à Ginástica de Solo, Ginástica de Aparelhos, com os materiais minitrampolim e plinto, Ginástica Acrobática e salto em altura. O espaço exterior, onde existem duas balizas oficiais de Andebol, quatro tabelas de Basquetebol e uma caixa de saltos, permite a abordagem de algumas das disciplinas do Atletismo, como as corridas e salto em comprimento, e de várias modalidades coletivas, tais como o Andebol, o Basquetebol e o Futsal.

4.2 Caracterização do Grupo de Educação Física

O Grupo de Educação Física, da Escola Professor Alberto Nery Capucho, é composto por seis professores, quatro do 2º Ciclo e dois do 3º ciclo. O Delegado do Grupo de Educação Física é o Professor Pedro Raposo e a Coordenadora do Desporto Escolar é a Professora Elisabete Couto. Destes seis docentes, quatro deles já se encontram a lecionar nesta Escola há vários anos letivos, enquanto, que dois docentes encontram-se nesta Escola pela primeira vez, neste ano letivo. Ao longo do estágio, a mestrandia tentou estabelecer uma relação de empatia e amizade com todos, facto facilitado por alguns serem já conhecidos anteriormente, tendo

contribuído para aumentar o bom relacionamento com todos, existindo muitas vezes partilha de ideias e conhecimentos.

4.3 Caracterização do Núcleo de Estágio de Educação Física

O NEEF é composto por quatro professores, dois destes docentes já tinham experiência de ensino, o Professor Jorge Coimbra e a Professora Isabel Pereira. Os restantes professores, Celso Pereira e Carla Leite, são os que têm menos experiência enquanto professores de Educação Física mas, em contrapartida, têm experiência em modalidades que são “parceiras” e que são comuns à prática da Educação Física. A relação da mestrandia com restante professores, do NEEF, foi sempre muito boa, sendo que dois deles já eram conhecidos, o Professor Jorge e o Professor Celso, o que veio ajudar em muito a ultrapassar este ano difícil e cheio. De referir que, em conjunto, foram feitas todas as unidades didáticas, fazendo-se as adequações necessárias a cada turma e ano letivo. Adicionalmente, foi elaborada uma série de trabalhos de grupo para as várias cadeiras da faculdade, assim como atividades inseridas no âmbito da escola.

4.4 Ética Profissional

Neste parâmetro pretende-se dar a conhecer as várias atividades em que a mestrandia participou, inseridas no tempo do estágio pedagógico, sem nunca o colocar em questão. Pelo contrário, considera-se que estas atividades enriqueceram o estágio.

Para além de todos os pedidos efetuados pelo professor Cláudio Sousa, para ajudar nas atividades da escola, os quais foram aceites sem exceção, houve ainda alguns convites feitos por outros departamentos que não o de Educação Física, para ajudar e participar, tirando proveito de outras valências de formação de especialização, nomeadamente a dança. Uma dessas atividades foi o projeto Comenius que é da responsabilidade do Professor Ricardo Fernandes, professor de Religião e Moral da Escola Nery Capucho, nomeadamente, da turma do 7º F.

A mestrandia integrou este projeto, logo no início deste ano, em janeiro, quando foi desafiada a coreografar uma música para apresentar aos países que estariam a visitar a escola. Para além dessa coreografia, a mestrandia foi ainda responsável por elaborar um trilho de caminhada para as crianças, por as acompanhar durante todo esse dia, assim como ajudar nas atividades físicas, do primeiro dia dos convidados na nossa escola. Considera-se que foi uma semana muito complicada de gerir, entre dar aulas (estágio) e as tarefas para o projeto Comenius. No entanto, deve ser referido que foram dias fantásticos de partilha de experiências que jamais serão esquecidos.

As coreografias que foram ensinadas à turma foram bastante bem recebidas. As crianças estiveram a um nível francamente bom, o que veio culminar com mais um desafio: coreografar uma valsa para o Comenius, a ser apresentada em Varsóvia. Assim, a mestranda fez a coreografia da valsa, e pediu ao colega de estágio Jorge Coimbra para usar a sua turma, para treinar a valsa, uma vez que alguns dos alunos que iriam sair em mobilidade eram da sua turma. E assim foi, a coreografia foi treinada, filmada, e enviada para os colegas de Varsóvia, tendo recebido feedback bastante positivo.

A mestranda integrou a mobilidade, com os alunos e escola e, em Varsóvia, teve a tarefa de ajudar na apresentação e treinos das crianças para o espetáculo final, com todos os países envolvidos: Portugal, Itália, Polónia, Grécia, Roménia, Espanha (Catalunha). Foram momentos inesquecíveis e de partilha e uma experiência muito salutar e enriquecedora.

Na escola, houve a participação direta em outras atividades como o Corta Mato e o dia das Bicicletas que envolvia a escola e Câmara Municipal da Marinha Grande.

Para além das atividades desenvolvidas no âmbito da escola, houve outros momentos em que a mestranda esteve em contexto de faculdade, estando presente e de uma forma participativa em todos os momentos, para os quais o NEEF foi desafiado, como por exemplo as Jornadas.

Considera-se que o NEEF teve uma postura de exaltar. Houve várias situações em que houve necessidade de faltar a compromissos pessoais (trabalho e familiares), em prol da escola e do estágio propriamente dito. Em anexo, estão algumas das fotos que representam todo o trabalho desenvolvido, tanto pelo núcleo, como pela mestranda e por e cooperante da escola.

Para além de todos os aspetos formais, propriamente ditos, considera-se que esta experiência foi muito enriquecedora em termos sociais e humanos, tendo havido a oportunidade de criar novas amizades e de estabelecer pontos de contacto. Adicionalmente, a sensação é amplamente positiva e de dever cumprido.

4.5 Caracterização da turma do 7.º F

Baseado nos dados disponibilizados pelo diretor de turma do 7º F, constata-se que a turma é heterogénea, no que diz respeito ao género, num universo de 20 alunos, 14 são rapazes e seis são raparigas.

Relativamente às idades dos alunos, a média de idades é de 12 anos, verificando-se a existência de 19 alunos com esta idade.

Constata-se que um aluno já foi alvo de uma retenção, no 2º ciclo.

No que diz respeito ao contexto familiar dos alunos da turma, todos vivem com os pais e apresentam alguma estabilidade emocional. Pertencem, na sua maioria, a uma classe social média.

Relativamente ao comportamento, há alguns alunos com problemas relevantes. Aparentemente, e pelo que foi possível constatar em reuniões de professores, essas questões verificam-se de uma forma generalizada, não sendo, por isso, exclusivas das aulas de Educação Física.

Na generalidade, a turma gosta bastante da disciplina, no entanto tem um grupo de quatro alunos que apresentam muitas dificuldades na realização da maioria das modalidades praticadas; dois deles demonstram desinteresse quase total pela disciplina. Relativamente a um destes alunos, é assinalável e notável a alteração nas suas atitudes comparando o início e o final do ano letivo, no entanto, ao nível motor existem ainda muitas limitações. Quando aos outros dois, as dificuldades prendem-se mesmo com o seu nível motor, muito elementar, tornando-se muito difícil de avançar nos conteúdos com este grupo. Ainda assim, foi feito mas as tarefas tiveram que ser adequadas ao seu nível.

No início do ano, como referido foram elaboradas aulas com intuito de saber qual o nível dos alunos relativamente a algumas modalidades. Esses testes foram executados tendo em conta as diretrizes do Departamento de Educação Física da Escola. Constatou-se que alguns alunos estavam, de facto, num nível muito muito elementar. Todos estes dados encontram-se nas respetivas Unidades Didáticas.

Deixo alguns dos dados referentes às modalidades às quais foram realizados os testes diagnóstico em anexo.

CAPÍTULO 2 – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE AS PRÁTICAS DESENVOLVIDAS

Neste capítulo, pretende-se fazer uma reflexão sobre o processo ensino aprendizagem desenvolvido durante este ano letivo. Paralelamente, analisar a prática e o trabalho efetuado em todo o âmbito, as estratégias, os planeamentos e de que forma foi contextualizado o trabalho.

1 Aprendizagens Realizadas

A experiência da mestranda, enquanto professora de Educação Física, é de facto muito diminuta e remete-se praticamente aos momentos de estágios, quer de licenciatura quer de mestrado. Daí que, relacionar e comparar anos de ensino não faz sentido mas o que pode ser destacado é o que foi aprendido durante este ano de estágio, as vivências e experiências, assim como as dificuldades.

1.1 Planeamento

“Não existe uma resposta simples à pergunta: Quantos objetivos de ensino devem existir para cada objetivo de aula? Em geral quantos menos melhor, mas depende da dificuldade do conteúdo e da capacidade dos alunos.” (Haigh, Alan 2010 “A arte de ensinar”, Academia do Livro)

Enquanto agente educativo, a mestranda encarou este momento de planificação como uma forma de orientar e colocar, de uma maneira séria e pedagógica, o processo de ensino/aprendizagem, fazendo os possíveis para serem desenvolvidas as competências dos alunos e promover, de uma forma coerente, o ensino dos conteúdos. Como citado acima, é importante definir objetivos, como os alcançar e que meios usar, no entanto, nem sempre foi fácil alcançar essa meta.

Como já foi referido em capítulos anteriores, foi no planeamento que houve mais dificuldades, devido à experiência reduzidas e a algumas dificuldades que surgirão, principalmente ao nível da elaboração das tarefas. No entanto, e neste caso, as Unidades Didáticas e a elaboração do plano anual deram uma ajuda, porque definiram bem uma orientação, assim como o curriculum nacional da própria disciplina. Foi-se conseguindo melhorar e desenvolver de uma forma positiva os conteúdos e trabalhos inerentes ao planeamento, ajustando-o sempre que necessário, tendo em conta os feedbacks dos colegas e professor orientador. É da responsabilidade do professor conhecer o Programa

Nacional de Educação Física e, ele é o principal responsável pelo processo de seleção e criação de objetivos, conteúdos, metodologias de ensino e estratégias, adaptadas à turma que leciona, tendo em conta a realidade do contexto onde se encontra inserido, bem como os recursos espaciais e materiais da Escola.

1.1.1 Plano Anual de Educação Física

Num processo que se quer vivo e bilateral, ou seja Ensino/Aprendizagem, o plano anual serviu para orientar, pois permite que o professor tenha uma orientação sobre o que irá fazer, assim como, um instrumento vivo, ou seja, em algum momento poderá ser alterado e melhorado, sendo adequando sempre às reais necessidades do professor e alunos.

Através deste instrumento poderão ser articuladas todas as valências deste processo de ensino-aprendizagem, ou seja, conjugar o meio envolvente, os alunos, a escola e as suas características físicas.

Para efetuar este plano anual, foi necessário estudar alguns documentos da escola, que dizem respeito à sua organização (regulamento interno, atividades previstas, materiais disponíveis, etc...) e fazer uma análise da turma, em que situação se encontravam em termos de desenvolvimento motor. Teve igualmente que haver atenção à rotação de espaços e tentar encaixar-se as aulas de acordo com o espaço disponível.

Em resumo, este documento serviu como linha orientadora para o ano de estágio durante este ano letivo de 2014/2015, na disciplina de Educação Física na turma do 7ºF.

1.1.2 Unidades Didáticas

As Unidades Didáticas são igualmente um documento orientador para o ensino das várias modalidades que fazem parte do programa de Educação Física do 3º ciclo, nomeadamente o 7º ano.

Depois de se fazer uma avaliação diagnóstica, no início do ano letivo, teve que se passar à fase seguinte e fazer-se um plano de cada modalidade (Unidades Didáticas) a lecionar, tendo em conta, quer o nível dos alunos, quer os materiais disponíveis pela escola, os espaços físicos e adequar-se aos objetivos, sempre com o intuito de se facilitar o processo de ensino-aprendizagem.

Cada Unidade Didática, independentemente da modalidade desportiva, contemplava a história da modalidade, a sua caracterização, os conteúdos a abordar com os alunos, os objetivos a atingir, a extensão e sequência metodológica dos conteúdos, os tipos de avaliação e as estratégias de ensino.

Sempre que as unidades didáticas foram concluídas, foi efetuado um balanço final sobre os objetivos traçados e os resultados alcançados. Foi feita uma reflexão sobre o que correu bem e menos bem, as estratégias usadas e comparou-se o nível dos alunos relativamente à fase inicial. Com isto pretendeu-se aperfeiçoar o desempenho da mestranda, enquanto professora, de uma forma construtiva e, assim, facilitar e contribuir para melhorar e aumentar as competências dos alunos.

1.1.3 Planos de Aula

Nas páginas iniciais, foi referido que foi no planeamento onde foram sentidas mais dificuldades e fragilidades. Contudo, foi um meio essencial neste processo de aprendizagem, pois é uma referência e ferramenta indispensável para um correto funcionamento da aula. É também uma confirmação de que o trabalho realizado foi pensado e refletido antes de ser colocado em ação.

Alan Haig, no seu livro sobre “A arte de ensinar”, relativamente ao planeamento, refere que é preciso desmontar os objetivos pretendidos, e questionarmo-nos relativamente “qual a grande ideia?” (pag.41) que farão os alunos com esta aprendizagem, ou seja, qual é o objetivo final. Refere ainda que não se deve mudar o plano só porque sim; há que concretamente perceber se quando for necessário fazer uma alteração então, que tenha sido para beneficiar os alunos no seu processo de ensino/aprendizagem.

Daí que, na medida do possível e na grande generalidade, os planos foram cumpridos. No entanto, pontualmente, houve necessidade de fazer pequenas adaptações ou correções, decorrentes, principalmente, dos meios ou materiais disponíveis ou até de reações ou desempenho dos alunos diferente do esperado.

No final das aulas, houve um momento de reflexão com o professor orientador e, por vezes, com alguns colegas de mestrado e, tendo em conta as suas opiniões e feedbacks, tentou-se melhorar as aulas seguintes. Como dito anteriormente, este processo é vivo e portanto sofre as alterações que deve sofrer e sempre que necessário. Mesmo ao nível da orientação dos conteúdos, torna-se uma referência e instrumento essencial. Deixa o professor focado no objetivo inicialmente proposto.

Assim sendo, é importante referir que este modelo de plano de aulas foi escolhido pelo Núcleo de Estágio e aceite em reunião do mesmo. Pretendeu-se que fosse uma linha orientadora, apresentando as questões principais das Unidades Didáticas: conteúdos, objetivos gerais e específicos, organização didático-metodológica, entre outros.

A mestranda não esteve presente nas reuniões iniciais mas, tendo chegado ao núcleo de estágio, foi-lhe disponibilizado o modelo escolhido, o qual tentou seguir da melhor maneira, tentando que fosse melhorado ao longo do tempo.

Procurou-se, desta forma, conseguir um plano de aula que fosse objetivo, flexível, exequível e que tivesse uma sequência lógica, permitindo ao professor realizar uma boa planificação das atividades, uma boa organização indispensável para o bom funcionamento das aulas.

Este documento esteve presente ao longo do ano letivo, no qual, todas as aulas aplicadas eram acompanhadas de um plano de aula, onde constavam os planeamentos dos conteúdos, a explicação das atividades e os objetivos comportamentais a serem atingidos pelos alunos.

Cada plano de aula apresentava a seguinte estrutura:

- Justificação do plano de aula. A justificação do plano de aula era onde se fazia a contextualização da aula, a descrição dos conteúdos a abordar, justificando a opção da seleção das tarefas a realizar.

- Plano de aula. A aula de Educação Física encontra-se dividida em três partes distintas: *parte inicial*, *parte principal* e *parte final*. Foi contabilizado o tempo desde o momento em que o aluno entrava no pavilhão ou ginásio, era o momento em que a aula iniciava. A parte inicial englobava este período, até ao momento em que os alunos se encontravam todos reunidos no espaço sala de aula para iniciar a aula.

A parte principal da aula continha o conjunto de tarefas planeadas com vista a atingir os objetivos operacionais da aula. Por fim, a parte final da aula era composta por o “retorno à calma”, onde os alunos faziam juntamente com o professor uma reflexão da aula dada assim como uma ligação à aula seguinte.

Tentou-se sempre que os planos fossem concordantes com as unidades didáticas e o planeamento inicial, no entanto, houve algumas alterações e adequações durante o ano letivo mas os conteúdos foram todos cumpridos.

No final de cada aula, houve sempre tempo para uma reflexão que depois viria a constar na pasta referente ao plano de aula. Essa reflexão serviu para melhorar e reajustar as aulas e tarefas escolhidas, sempre com o foco de atingir os objetivos delineados.

1.1.4 Intervenção Pedagógica

A intervenção pedagógica, para além de constituir o ponto fulcral do desempenho do professor, representa o maior desafio ao longo do estágio, a condução de uma aula, a liderança de um grupo, a educação e a formação dos alunos. A

intervenção pedagógica constituiu um dos momentos fundamentais na condução de todo o processo de ensino e de aprendizagem, no qual, o domínio das várias dimensões de ensino, instrução, gestão, clima/disciplina e a capacidade de tomada de decisões de ajustamento são fundamentais para a condução de um bom processo de ensino e de aprendizagem.

1.1.5 Dimensão Instrução

O processo de instrução é a forma como o professor comunica com os alunos. Esta dimensão é muito importante, pois é uma fase em que o professor transmite os ensinamentos aos alunos e que o deve fazer de uma forma clara e sucinta, sem gastos de tempo necessários. É também aqui que, por vezes, se percebe quando um professor está mais ou menos à vontade, numa determinada área, pois, se não domina o que pretende transmitir, dificilmente poderá atingir o objetivo, isto é, passar o ensinamento de uma forma significativa e efetiva.

Inicialmente, foi difícil para a mestranda ser breve nas instruções, facto que está relacionado com o seu temperamento: faladora e extrovertida. Gosta de pormenorizar, por vezes em demasia algumas coisas, e isso veio causar alguns transtornos no tempo previsto para as instruções. Mas melhorou! Sem dúvida que conseguiu ultrapassar essas dificuldades, e fê-lo com a ajuda dos colegas de estágio e professores orientadores.

Elencam-se alguns dos pontos que essas melhorias foram sentidas de uma forma mais notória:

- Conseguir encurtar as preleções ao longo do ano letivo;
- Diversificar os tipos de FB utilizados (acabou por ser o caso de estudo no Tema/problema);
- Imagens dos exercícios a realizar;
- Usar cada vez mais os alunos neste campo, colocando-os a exemplificar os exercícios e tarefas sempre que possível;
- Utilizar a demonstração como forma de complementar as informações transmitidas aos alunos tal como ajudas a dar, segurança a ter, etc.;

1.1.6 Dimensão Gestão

Relativamente a este campo, deve ser referido que o desempenho é considerado como bastante positivo. Houve sempre grande preocupação em cumprir os horários, em ter sempre o material montado para o início da aula, tentando sempre que o tempo perdido fosse o menos possível. Assim, os alunos chegavam e tinham tudo preparado

para iniciar de forma correta os conteúdos preparados para o efeito. Apresentam-se assim algumas das estratégias seguidas para esta dimensão:

- Organização e montagem do material, antes do início da aula;
- Sempre que possível, menos tempo passado em instrução com os alunos (principalmente entre tarefas);
- Planeamento de aulas simples e com tarefas que tivessem uma sequência lógica ao dos conteúdos;
- Potenciação dos espaços disponíveis para a realização das aulas;
- Definição de rotinas de aula e sinais de reunião e atenção;
- Criação de hábitos e rotinas de organização das tarefas e dos alunos em atividades como grupos sempre ou quase sempre iguais;
- Utilização de meios auxiliar a nível da organização da turma em grupos de forma a potenciar tempo (cartazes);
- Envolvência dos alunos nos processos de montagem e recolha do material;

Desde a sua formação inicial, foi-lhe inculcida a importância da preparação da aula, desde o plano, até à aula propriamente dita, uma vez que, desta forma, os alunos não teriam tempo útil para as atividades previstas. Esta importância confirmou-se na prática, dado que o tempo perdido foi muito reduzido, havendo mais tempo de aula, logo, mais tempo em empenhamento motor.

Na generalidade das aulas, os alunos arrumaram o material no final, tornando-se assim elementos responsáveis pelo seu uso e preservação.

1.1.7 Dimensão Clima / Disciplina

Esta dimensão não é menos importante do que as citadas anteriormente, mas é, por vezes nesta, onde se perde mais tempo, principalmente quando a turma tem casos de indisciplina graves, que não era o caso desta turma. No entanto, houve uma ou outra situação mais desagradável e foi necessário tomar atitudes, por vezes, mais duras. Por vezes perde-se muito tempo, porque valorizamos em demasia alguns comportamentos mais desadequados dos alunos, o que depois se revela na sua sobrevalorização, tornando-se contraproducente. Assim, o processo foi melhorando ao longo do ano letivo, tendo tempo para conhecer melhor os alunos e a forma como lidar melhor com eles. Destacam-se assim alguns melhoramentos nesta área:

- Sempre que possível foi criado um ambiente positivo na turma, estabelecendo-se uma relação de empatia com os todos os alunos;

- Criação de uma relação com os alunos baseada na confiança, justiça e respeito;
- Definição clara das regras e normas para a disciplina na aula de EF;
- Planificação de aulas com um elevado tempo motor, reduzindo tempos mortos evitando o surgimento de comportamentos de desvio;
- Envolvência dos alunos no processo de ensino e de aprendizagem;
- Distribuição dos alunos em grupos homogêneos de forma a motiva-los para a prática dentro de um grupo de alunos de acordo com o seu nível de execução.
- Responsabilização dos alunos em tarefas específicas da aula;
- Identificação de comportamentos inapropriados, e ignora-los sempre que possível, mas mostrando aos alunos a tomada de conhecimento da situação.
- Apontar sempre os aspetos positivos da aula, sem descurar dos negativos.

2 Avaliação

A avaliação dos alunos do Ensino Básico encontra-se regulada pelo despacho normativo n.º 13 de 2014, que estabelece os princípios orientadores da organização, da gestão e do desenvolvimento dos currículos dos ensinos básico e secundário, bem como da avaliação e certificação dos conhecimentos e capacidades desenvolvidos pelos alunos.

A avaliação deve ser um elemento regulador da prática educativa e não um elemento que apenas se limita a examinar um desempenho. É um percurso que reflete vários momentos de aprendizagem de uma forma sistematizada. Com a ajuda de uma análise de dados que foram recolhidos ao longo do tempo. Essa análise está nas várias folhas de avaliação sumativa, as quais se realizaram no final de cada Unidade Didática.

Além da avaliação sumativa a mestranda foi podendo avaliar diariamente de uma forma formativa a evolução dos alunos. Esses parâmetros não estão tabelados mas influenciaram quer as avaliações finais quer a adequação das aulas aos vários níveis dos alunos.

Portanto, deve ser um somatório de experiências recolhidas pelo professor e que revelem se os objetivos propostos foram ou não alcançados. É um instrumento que deve ser utilizado de forma séria e eficaz, tendo em conta que, quando os resultados são insatisfatórios, deve-se refletir sobre a forma como se leciona e se foi a mais correta ou não.

Esta recolha de dados deve ser feita ao longo do ano letivo e das unidades didáticas. O registo em grelha, por vezes, facilita uma consciencialização e

monitorização dos resultados, posteriormente. Mas, um professor não deve ficar focado exclusivamente nas grelhas, as aulas diárias devem servir também para o mesmo.

Ao longo do ano letivo, no estágio pedagógico, e de acordo com o previsto no enquadramento legal, foram realizados três tipos de avaliação: avaliação diagnóstica (no início do ano letivo, de acordo com o estipulado pelo grupo de Educação Física da Escola), avaliação formativa (ao longo de todo o processo) e avaliação sumativa (no final de cada unidade didática e do período).

2.1 Avaliação Diagnóstica

A Avaliação Diagnóstica tem como primordial função aferir o nível global da turma e individual dos alunos. É efetuada no início do ano letivo, de forma a permitir adequar o planeamento das Unidades Didáticas.

Esta avaliação permite que seja feita uma “ponte” entre a realidade em que se encontram os alunos e os objetivos traçados para o ano letivo. Assim, torna-se também mais fácil ver o percurso realizado pelos alunos e as suas conquistas, assim como as dos professores. Pois cada objetivo alcançado pelos alunos é para os professores motivo de satisfação e uma realização muito especial.

A avaliação diagnóstica foi realizada no início do ano letivo, tal como foi definido pelo grupo de Educação Física da Escola, tendo em conta o protocolo de avaliação inicial (anexo E), para o sétimo ano de escolaridade.

Portanto, no início do ano, com as directrizes da escola e grelhas adequadas, passou-se para a avaliação diagnóstica. Este foi o ponto de partida para a elaboração das Unidades Didáticas e respetivas tarefas.

Através deste momento de avaliação, e após o tratamento dos resultados obtidos, foi possível partir de um conhecimento generalizado da performance dos alunos, para a elaboração de um plano de trabalho, para o ano letivo, nas diferentes modalidades. Permitiu ainda definir estratégias e metodologias adaptadas à turma.

Neste âmbito, importa realçar que, com os dados obtidos desta avaliação inicial, foi realizado um planeamento das Unidades Didáticas, tendo em conta as características dos alunos, com uma abordagem lógica da extensão e sequência de conteúdos, com a definição de estratégias e metodologias adequadas aos grupos de aprendizagem e as suas reais capacidades, visando uma evolução ao nível do seu desempenho motor.

“A avaliação diagnostica, pode ser extremamente importante porque pode fornecer ao professor elementos que lhe permitirão adequar o tipo de trabalhos que vai desenvolver às características e conhecimentos dos alunos com que irá trabalhar.”

Reorganização Curricular do Ensino Básico, Princípios, Medidas e Implicações Decreto-Lei 6/2001, de 18 de Janeiro. Este tipo de avaliação é uma ferramenta essencial ao professor, ajuda a elaborar um plano (curto médio prazo) com uma estratégia que leve o aluno a um processo de evolução no seu processo de aprendizagem.

“A avaliação diagnóstica pode ainda ter porém uma segunda intenção que é a de “colocar” o aluno num determinado nível ou tipo de aprendizagem ou até de procurar prever, o seu percurso futuro.” (pág. 39), Ou seja, pode ser também uma ferramenta útil para a elaboração de grupos homogêneos aquando da sua necessidade.

2.2 Avaliação Formativa

A Avaliação Formativa é uma modalidade de avaliação mais qualitativa do que classificativa, que assume um carácter contínuo e sistemático, visando a regulação do ensino e aprendizagem e recorrendo a uma variedade de instrumentos de recolha, de informação sobre o desenvolvimento das aprendizagens e competências do aluno.

Os principais objetivos deste tipo de avaliação são:

- Melhorar as possibilidades pessoais dos alunos;
- Dar informação sobre a sua evolução e progresso;
- Identificar os pontos críticos da aplicação do programa;
- Optimizar a aplicação do programa.

Ao contrário do que se verifica na avaliação diagnóstico, que se centra exclusivamente nas capacidades, na avaliação formativa, ao longo de toda a Unidade Didática, as três áreas são abordadas, a das Capacidades, a dos Conhecimentos e a das Atitudes.

Durante as aulas, foram contemplados aspetos relativos às atitudes, como a responsabilidade, motivação, cooperação, empenho que se refletem no comportamento do aluno, em termos da pontualidade, assiduidade e participação nas aulas, e aspetos relativos à competência do conhecimento, como o reconhecimento das regras de segurança, do equipamento e material, e das componentes críticas dos vários elementos, por meio do questionamento no decurso das aulas.

Este tipo de avaliação permite reajustar a planificação das aulas e das Unidades Didáticas, em função da evolução das capacidades e aptidões dos alunos, relativamente aos objetivos que haviam sido estabelecidos. Caso os resultados confirmem as expectativas formuladas, pode mesmo colocar-se a hipótese de introduzir novos elementos de maior nível de complexidade. Se isto não se verificar, pode ser necessário

reformular as estratégias de ensino, de forma, a que todos os alunos venham a atingir com sucesso os objetivos finais do processo de ensino-aprendizagem.

A concretização prática desta avaliação consistirá na observação direta, de carácter global, procurando indicadores que forneçam informação suficiente acerca das lacunas e dificuldades de aprendizagem sendo, posteriormente, apontado numa grelha, um registo semanal da turma, relativamente à pontualidade, participação, comportamento dos alunos, conhecimentos que estes demonstram quando questionados, e do seu desempenho motor nas tarefas propostas.

A Avaliação Formativa é "uma bússola orientadora" do processo ensino/aprendizagem (Cortesão e Torres 1993). É uma forma de recolher dados que ajudam alunos e professores a alinhar trabalho no sentido de apontar falhas, aprendizagens ainda não conseguidas, aspetos a melhorar. "A avaliação formativa não deve assim exprimir-se através de uma nota mas sim por meio de apreciações, de comentários" (*Reorganização Curricular do Ensino Básico, Princípios, Medidas e Implicações Decreto-Lei 6/2001, de 18 de Janeiro*) de concluir que pode ser efetuada através por exemplo de feedbacks, daí que nas unidades didáticas este tipo de avaliação aparecer em todos os dias de aulas.

2.3 Avaliação Sumativa

A Avaliação Sumativa procura a obtenção de informação que permita a atribuição de uma classificação aos alunos, no final de cada período.

Assim sendo, este tipo de avaliação tem como principal objetivo efetuar o balanço final das Unidades Didáticas, onde se pode verificar se os objetivos propostos para as modalidades foram, ou não, alcançados e se houve evolução nos Conhecimentos, Capacidades e Atitudes, tendo como referência os objetivos terminais de ciclo e os objetivos mínimos de cada área disciplinar. É também de extrema importância, na medida em que serve como um ponto de partida para a aquisição de um maior desempenho do professor, uma vez que, se este fizer uma reflexão crítica, poderá ver o que de melhor ou pior se verificou no processo Ensino-Aprendizagem.

Esta avaliação consiste na formulação de uma síntese das informações recolhidas sobre o desenvolvimento das aprendizagens e competências definidas para cada área curricular e disciplinar, no quadro do projeto curricular de turma respetivo, dando uma atenção especial à evolução do conjunto dessas aprendizagens e competências.

A Avaliação Sumativa terá lugar no final das Unidades Didáticas, nas duas últimas aulas, sendo constituída por exercícios idênticos aos realizados nas aulas, onde

se pretende verificar o nível de prestação dos alunos nos gestos específicos de cada modalidade. A avaliação será, então, realizada através da observação em situação de exercício critério, sendo os resultados registados numa grelha. Esta avaliação terá como principal função determinar a retenção ou transição do aluno.

Existe um parâmetro definido pelo departamento de Educação Física, ao qual a mestrandia se regerá.

CAPÍTULO 3 – TEMA PROBLEMA

1 Objetivo Geral

Como objetivo geral pretende-se **reconhecer** quais os tipos de feedbacks mais utilizados (quanto ao Objetivo e quanto à Forma) tendo em conta as Unidades Didáticas e Funções Didáticas como as variáveis. Pretende-se portanto encontrar qual/quais os tipos de feedback mais utilizados pela mestranda em situação de aula.

Pretende-se perceber se os feedbacks são em número suficiente, quais as diferenças relativamente aos tipos de feedback utilizados, assim como o número, tendo em conta as variáveis (Unidades Didáticas; Funções Didáticas).

É intenção, ainda, comparar os primeiros registos de feedbacks com os últimos, de forma a perceber se houve alguma evolução da parte da mestranda relativamente ao número de feedbacks dados, entre o início dos registos e os últimos.

Será ainda possível com os dados obtidos perceber-se que tipo de Feedback são mais utilizados em aula.

2 Metodologia

Relativamente à metodologia, foram usadas fichas de registo de Feedbacks, as quais foram preenchidas pelos colegas observadores e pelo professor orientador de escola. Tal como foi proposto pelo professor orientador Dr. Paulo Nobre, os registos e respetivas observações foram feitas em unidades didáticas diferentes, assim como com funções didáticas distintas, de forma a tentar perceber as diferenças, quer entre o número de feedbacks, quer quanto ao tipo. No final, foi feita uma análise aos dados recolhidos, de forma a perceber-se em que altura foram mais ou menos frequentes os feedbacks, tendo em contas as variáveis acima assinaladas. A observação foi direta e mobilizou o professor Cláudio Gomes assim como o colega de estágio e professor Jorge Coimbra. Ambos continham uma folha de registo com os vários tipos de feedbacks a identificar e registar. No final da aula fazíamos uma reflexão sobre os dados retirados, os quais eram registados numa folha de cálculo EXCEL as quais viriam a ser trabalhadas no final do período de recolha de dados.

Além do registo dos feedbacks foi, igualmente, feita uma pesquisa sobre o tema em estudos já realizados. A consulta de obras de alguns autores, como Maurice Pieron, Joseph K. Mintah, contribuíram para enriquecer o trabalho, assim como dar-lhe alguma consistência teórica.

Para este Tema/Problema, a amostra foi a turma do 7º F, constituída por 20 alunos, na sua maioria masculina, mais propriamente 14 rapazes entre os 12/13 anos e seis raparigas com as mesmas idades.

Os registos foram efetuados em aulas de 90 e 45 minutos. No entanto, na análise dos dados (gráficos) foram tidos em consideração os tempos como 45 minutos. A conselho do professor Dr. Paulo Nobre, o registo foi efetuado, em Unidades didáticas diferentes, assim como Funções Didáticas distintas ou seja, o objetivo fora registar os feedbacks em aulas de desporto coletivo e individual, nomeadamente Atletismo, Ginástica e Badminton.

Turma	Sexo	Idades
7º F	F 6	12
	M 14	13/12

Tabela 1 – Dados da Turma

A turma é constituída por seis alunos do sexo feminino e 14 do sexo masculino. Todas as alunas têm 12 anos e do sexo masculino apenas um tem 13 anos e os restantes 12. Portanto, em termos de idade, é uma turma bastante homogénea. Mas, no que diz respeito às habilidades motoras, há algumas discrepâncias, ou seja, há alguns alunos com alguns problemas no desenvolvimento e habilidades motoras.

3 Apresentação do Tema e Dados

Uma vez que o tema Feedback é um dos escolhidos pela FCDEF de Coimbra, nomeadamente a Coordenação do MEEF e da Coordenação da unidade curricular de Estágio Pedagógico, assim sendo e querendo manter-me na linha de orientação, optei por escolher o tema que mais me agradou e que penso ser da maior utilidade enquanto professora estagiária.

Em Educação Física o Feedback é um instrumento muito utilizado, uma vez que é uma das formas de ensino que se adequa à aula. Ao contrário de outras disciplinas, a EF é uma área onde o contacto físico e a oralidade estão sempre presentes, aliás está constantemente presente. As aulas de EF são aulas muito dinâmicas uma vez que os alunos se encontram em espaço aberto e em movimento, daí que o seu controlo é feito verbalmente e em diferentes circunstâncias.

O processo ensino/aprendizagem é um processo vivo e cheio de momentos diferentes onde a adequação do mesmo é uma constante. É interessante perceber-se de que forma os Feedbacks podem influenciar o comportamento e progresso do aluno. Aliás, é igualmente curioso perceber-se que um tipo de feedback funciona com um aluno e com outro já não. Portanto, é fundamental entender-se os alunos e que tipo de Feedback funciona melhor com cada indivíduo. Segundo Piéron, “No ensino/aprendizagem na turma, o paradigma ‘processo-produto’, deve ser considerado de forma alargada, porque com bastante frequência se associam variáveis de prognóstico, de contextualização e programação, que contribuíram na identificação de algumas variáveis que apresentavam frequentes relações significativas com as aprendizagens dos alunos. Essas variáveis convergem particularmente para a necessidade em se aumentar os momentos de aprendizagem para os alunos, o empenhamento do aluno, o tempo empregue na realização da tarefa ou da disciplina, para citar algumas importantes (Berliner e Tikunoff, 1976; Berliner, 1979; Rosenshine, 1980)”. De salientar que se o aluno se mantém mais tempo na tarefa também será mais fácil ao professor diversificar o feedback, além de que, dará tempo ao aluno para adequar o exercício e melhorá-lo de acordo com o feedback recebido.

Assim, neste estudo considera-se pertinente perceber a quantidade a qualidade e eficácia dos feedbacks. Para esse efeito, pretende-se aprofundar os tipos de Feedback quanto ao *Objetivo* (Avaliativo; Descritivo; Prescritivo e Interrogativo) e quanto à *Forma* (Auditivo, Visual, Quinestésico e Misto).

3.1 Feedbacks quanto ao Objetivo por aula 45'

Conforme se pode constatar no Gráfico N°1, a primeira conclusão que se pode retirar, quanto aos Feedbacks, é que quando a Função Didática diz respeito a Avaliação, estes diminuem substancialmente, em todo o tipo quer seja avaliativo, descritivo, prescritivo ou interrogativo. Uma das razões apontadas pela mestrande e pelos colegas que faziam o registo dos feedbacks, diz respeito ao facto de, enquanto decorria a avaliação dos alunos, o professor está focado em preencher a grelha que acompanha as avaliações, logo, a atenção remete-se mais ao momento de avaliação propriamente dito.

Relativamente à variável Unidade Didática, também se pode perceber que existem algumas diferenças quanto ao tipo de feedback mais utilizado. Quando ocorreu a avaliação do salto em comprimento, ou seja U.D. de Atletismo, o tipo de feedback mais utilizado foi o prescritivo e na U. D de Ginástica o feedback avaliativo foi mais usado. Relativamente a este valor considera-se que tenha a ver com o facto do tempo que os alunos se encontram em atividade motora, como diz Piéron (1999), pag.11 " *quando se compararam os progressos qualitativos absolutos ou relativos (tendo em conta o nível inicial do aluno), os fatores favoráveis identificados dependem do tempo de atividade motora específica, de diversos tipos de feedback*". Aquando do atletismo, os alunos ficaram em grupos maiores porque apenas havia uma caixa de salto, logo, e apesar de se dividirem os alunos em grupos e se terem criado exercícios alternativos (enquanto uns saltavam e eram avaliados), o facto é que, no salto propriamente dito, os alunos tiveram muito menos tempo e o feedback teve de ser mais prescritivo (ex.

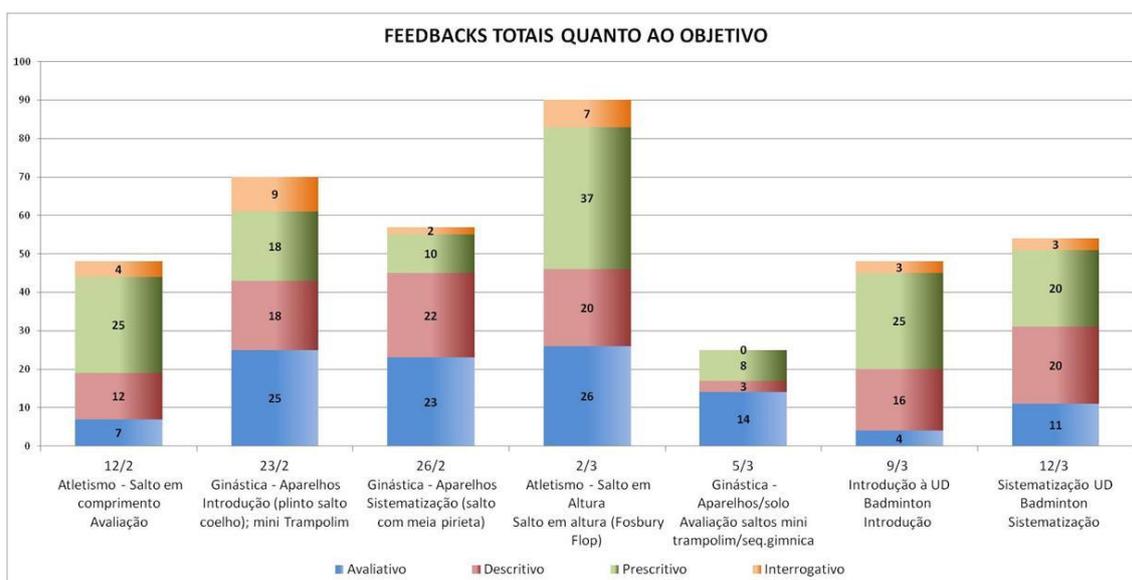


Gráfico N°1 – Feedbacks quanto ao objetivo

“tenham em atenção a tábua de chamada, não calquem a parte vermelha porque senão o salto é nulo; cuidado na queda, braços para a frente”). Por sua vez, na ginástica os alunos estavam em grupos pequenos e a sala é igualmente pequena, logo, os alunos estão mais controlados, tornando-se muito mais fácil dar feedbacks de todo o tipo; neste caso, houve menos discrepância em termos de percentagem. Na ginástica, os alunos tinham dois minitrampolins, num faziam a avaliação e no outro treinavam; havia mais duas estações com outros exercícios, logo, mais empenhamento motor por parte dos alunos.

Quanto às aulas em que a Função Didática foi a sistematização/exercitação dos exercícios, os feedbacks foram de todo o tipo embora os mais usados foram os avaliativos, prescritivos e os descritivos. As variações têm mais a ver com a Unidade Didática, ou seja, quando foi do salto em altura Fosbury Flop, os mais usados foram os feedbacks Prescritivos, e teve a ver com a segurança do exercício propriamente dito. As outras duas unidades didáticas foram mais idênticas, em termos de percentagens, a única diferença maior foi entre o avaliativo e o prescritivo, uma vez que foi mais usada a prescrição, nos aparelhos em ginástica.

Quando a Função Didática foi a Introdução de um elemento ou Unidade Didática, os feedbacks mais usados foram os prescritivos, avaliativos e os descritivos. A maior discrepância foi relativamente ao feedback avaliativo, que foi mais usado na ginástica do que no Badminton. Semelhantemente ao ponto anterior, isto deveu-se ao facto de, em ginástica e principalmente aparelhos, a questão da segurança ser extremamente importante. Consequentemente, a quantidade de feedbacks tende a ser mais elevada. Assim, depreende-se que estes valores se devem ao facto dos alunos estarem em grupos pequenos e numa sala menor e portanto menos dispersos. Na iniciação ao Badminton, os alunos estavam dispersos pelo pavilhão, logo dirigir feedbacks é possível mas torna-se mais complicado de manter um número elevado.

Relativamente à Unidade Didática, comparando o Badminton e a Ginástica, sendo desportos completamente diferentes, onde num a atividade é individual (ginástica) e, no outro caso, badminton, os alunos estão sempre a trabalhar a pares ou em grupos de quatro, logo os Feedbacks são por vezes coletivos, ou seja, existe uma correção do exercício, muitas das vezes, no geral, acabando por ser menos individual. Este facto explica também um maior número de feedbacks em ginástica e menos no Badminton.

3.2 Feedbacks quanto à Forma por aula 45'

Os feedbacks auditivos foram quase sempre a forma mais utilizada durante as aulas. Piéron (1999) refere que “Quando a frequência de feedback tem uma relação positiva com a melhoria da prestação dos alunos, ou quando esta é mais comum lá onde o progresso é mais importante”, logo a frequência dos feedbacks positivos e nomeadamente auditivos são muito importantes, aliás, não só com o objetivo da correção mas também da motivação do aluno. O professor João Quina, no estudo sobre *Feedback Pedagógico e A análise da informação retida pelos alunos em aulas de educação Física*, refere isto mesmo, o feedback para além de uma componente informativa este cumpre uma função de reforço. “A intervenção repercute-se sobre a estrutura motivacional do aluno- isto é, sobre a motivação e disponibilidade para a atividade reforçando-a ou modificando-a.”

Quando a variante Função Didática foi avaliação, a primeira aula teve como diferença fundamental o facto de ser ministrada na rua; logo, os feedbacks foram fundamentalmente auditivos, visuais e depois mistos, pois a maior parte das vezes a mestranda estava afastada dos alunos para registar os saltos (comprimento). Nas outras duas aulas de avaliação e referindo já as diferentes Unidades Didáticas no salto Fosbury

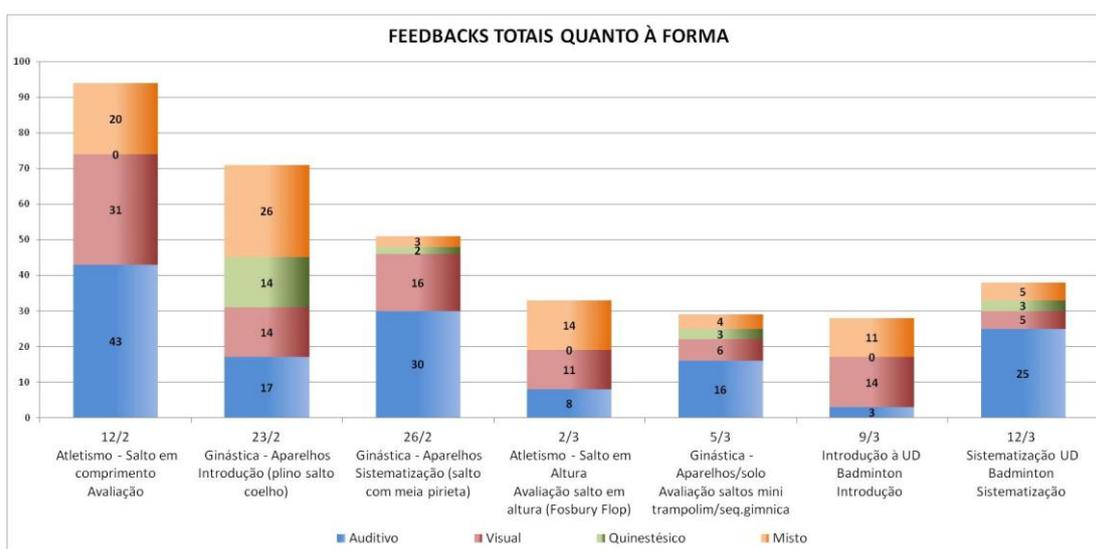


Gráfico N°2 – Feedbacks quanto à forma

Flop foi muito usado o feedback visual, porque o exercício foi exemplificado por diversas vezes para corrigir o movimento. Na ginástica, foi mais auditivo tendo em conta que se trabalha com aparelhos e era necessário dar feedbacks ao nível da prevenção (mas não só claro).

Relativamente à Função Didática Introdução os feedbacks mais utilizados foram os mistos e os visuais. A Unidade Didática era diferente, logo as percentagens de feedbacks também foram diferentes. Uma das aulas com introdução de novos elementos (gestos técnicos) foi na sala pequena (ginásio) em Unidade Didática de Ginástica, onde os alunos estavam e em estações, aqui imperou os mistos (visuais e auditivos). O Badminton foi no Pavilhão, local mais extenso onde os alunos também se encontravam mais espalhados os feedbacks acabaram por ser mais generalizados e menos individualizados ao contrário do que acontece na ginástica logo foram mais os feedbacks visuais. Ainda neste ponto e referente à ginástica, foi também onde houve mais feedbacks quinestésicos uma vez que se corrige bastante os movimentos e também porque exemplifiquei muitas vezes o tipo de ajuda a dar. parece-me portanto lógico que se use mais o feedback do tipo quinestésico em ginástica do que em qualquer outra Unidade Didática.

No que diz respeito à Função Didática Exercitação do exercício ou gesto técnico, os feedbacks mais utilizados foram os do tipo auditivo. Pieron (1999) diz que "Informar sempre o aluno sobre os objetivos da atividade a realizar; Dirigir/enfocar a atenção do aluno para um dos elementos críticos necessários para alcançar o objetivo;" logo mesmo quando se está em sistematização de um gesto técnico há que manter o aluno focado e motivado no exercício a executar. É importante ter em mente que na aula existem vários níveis de capacidades motoras, logo, não se pode esquecer os alunos que menos dominam o gesto mas também não se pode permitir que quem já domina fique desmotivado. Apesar de parecer mais fácil a direção do feedback nestes casos, considera-se que acaba por ser mais desafiante manter o enfoque e o interesse dos alunos na aula. Relativamente à postura da mestranda enquanto professora, é muito normal gesticular, logo, houve também alguns feedbacks visuais nas duas unidades didática, principalmente do tipo exemplificação/correção da tarefa e gestos técnicos.

3.3 Total de feedbacks dados quanto ao Objetivo e quanto à Forma

Os dados são relativos a sete dias de aulas (quatro semanas), em que algumas aulas foram de 90 minutos, no entanto, os dados analisados referem-se a períodos de aulas de 45', de forma obter uma informação mais concreta. Os feedbacks mais utilizados quanto ao objetivo foram os prescritivos, a análise já se encontra feita

anteriormente. O que importa saber é a média, para perceber se o desempenho está dentro dos parâmetros considerados normais quanto aos ciclos de feedbacks assim como qual o tipo de feedback mais usado, de forma a poder-se corrigir caso se justifique.

Além dos prescritivos, foram muito usados: os descritivos e avaliativos; no entanto, pensa-se que se justifica, uma vez que houve várias aulas em que a função didática foi a avaliação.

Dos dados apresentados no gráfico N°3, percebe-se que a mestrandanda terá de trabalhar mais os feedbacks interrogativos, pois considera-se que levar o aluno a pensar no que correu menos bem e descobrir como melhorar ou corrigir é uma ótima forma de ensinar. Apesar de ser muito mais fácil ao professor dizer logo ao aluno o que correu mal, perde-se menos tempo, como foi referido anteriormente, o aluno é levado a pensar e chegar ao objetivo que se pretende, pelo seu próprio pensamento.

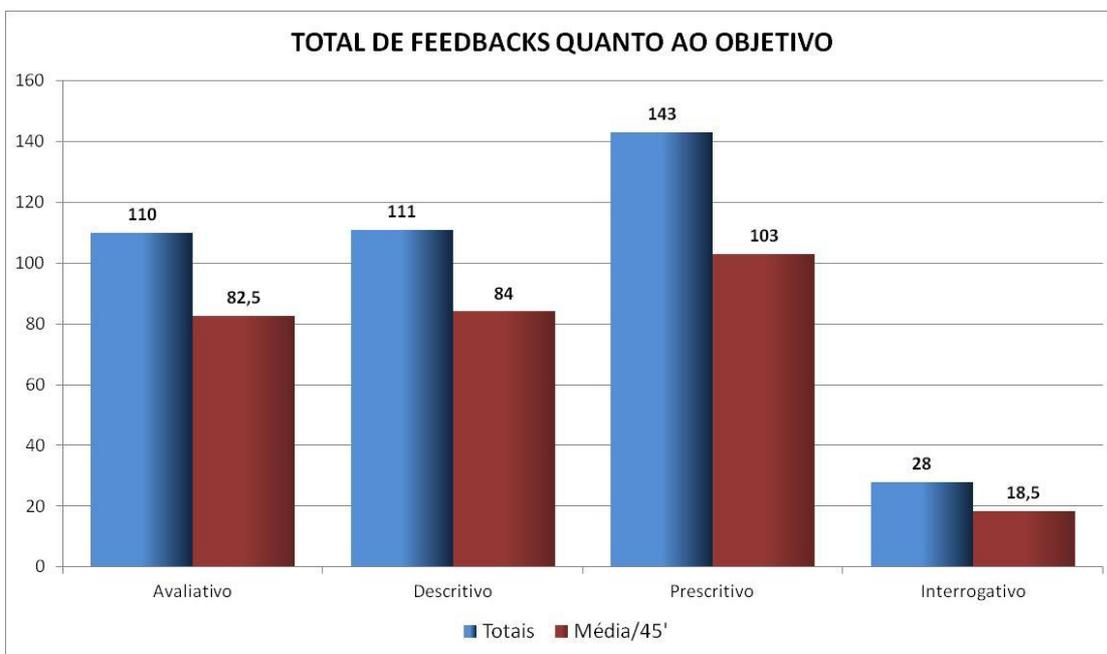


Gráfico N°3 - Feedbacks quanto ao Objetivo

4 Discussão de Resultados

Os resultados obtidos têm obviamente alguns constrangimentos/limitações como por exemplo o número de feedbacks que se perdem, enquanto se estão a registar outros. Assim como, o facto de ter sido feita uma divisão das aulas de 90 minutos em duas partes de 45.

O total de feedbacks dados nas aulas de 90' é, obviamente, superior aos momentos de aulas de 45'; a exceção à regra verifica-se na aula de introdução de badminton. A justificação é o facto de a aula ter sido ministrada no interior do pavilhão, em toda a sua extensão, conseqüentemente tornou-se mais difícil que os alunos ouvissem e vissem a mestranda.

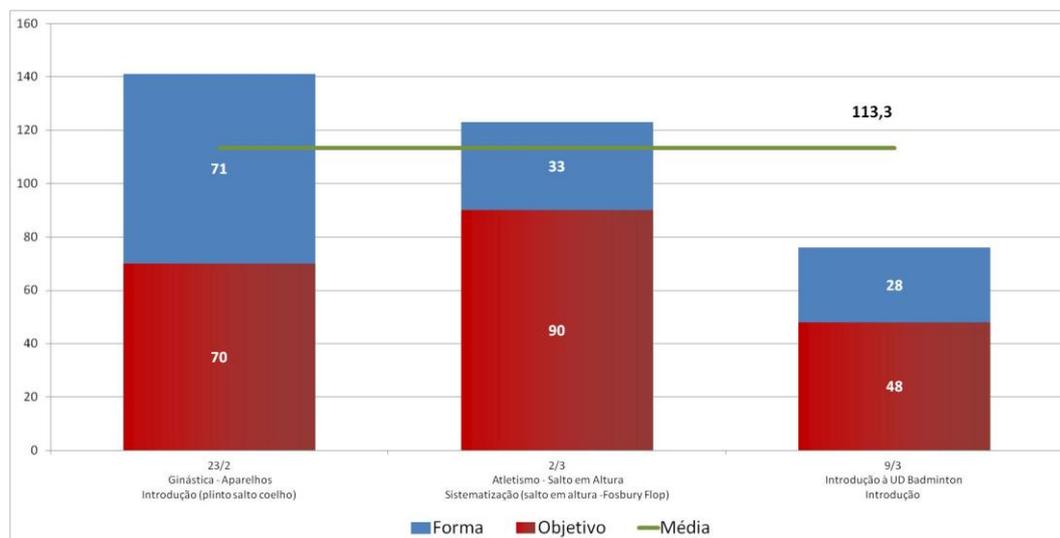


Gráfico N°4 - Total de feedbacks quanto à Forma e Objetivo

Ao comparar as aulas de 45' e as de 90', chega-se à conclusão que o número médio de feedbacks dados nas aulas de 90 minutos é menor do que nas aulas de 45. Ao conferenciar com o professor orientador Paulo Nobre, percebeu-se que nessas aulas é dedicado mais tempo às instruções e, de facto é verdade, não se querendo dizer com isto que o tempo de empenhamento motor seja menor, apenas quer dizer que os professores têm tempo para explicar melhor as tarefas, logo, mesmo não dividindo a aula de 90' em momentos de 45' é difícil não haver constrangimentos. Idealmente, teria sido dedicar 20 minutos de aula, por exemplo, para registo dos feedbacks, como se verifica em outros estudos realizados por colegas de outras faculdades.

4.1 Referências sobre Eficácia do Feedback no processo ensino/aprendizagem

Pieron (1995) acerca do processo ensino/aprendizagem diz que Gagné o conceptualizou como “um suporte ativo de operações internas de aprendizagem que requerem motivação, atenção, codificação, descodificação/retenção, pesquisa de informação, transmissão e interpretação do feedback”. Já Kluger, e DeNisi (1996)

definem Feedback como “ ações realizadas por um agente externo para fornecer informações sobre alguns aspetos acerca do desempenho de uma tarefa”. Estudos mais empíricos referem o feedback como um meio de aperfeiçoar ou chegar a um objetivo numa determinada tarefa e não tanto com intuito de motivar o individuo a atingir um fim.

Haight, Alan (2010) “A arte de ensinar”, Academia do Livro, diz que normalmente diferenciamos apenas de duas maneiras de ensinar, em Função do Resultado ou em função da Tarefa, ou seja, em Função do Resultado: “a mesma tarefa e ponto de partida, contudo, alguns alunos irão ter um progresso maior e mais rápido e acabar num ponto diferente. Ex. Numa habilidade em educação Física todos os alunos fariam a mesma coisa mas os resultados individuais poderiam ser diferentes.” Diferenciação em Função da Tarefa: “diferentes tarefas e/ou pontos de partida combinados com a capacidade dos diferentes grupos. O autor desafia o professor a começar pelo resultado, ou seja, pelo objetivo comum à tarefa mas diferenciando a forma de se chegar ao objetivo. Em todas as aulas ministradas, a mestranda teve sempre em atenção os diferentes momentos de aprendizagem dos alunos, ou seja, houve sempre uma progressão mais simples para os alunos com maiores dificuldades. Desta forma, conseguiu-se também colocar os alunos com maiores dificuldades num mesmo local, o que facilita a orientação do feedback.

Por sua vez Piéron (1999) diz que o feedback pedagógico é essencial no processo ensino/aprendizagem porque se complementa todo um procedimento, neste caso o ato de ensinar. Na opinião da mestranda, o autor Piéron tem ainda uma definição sobre feedback pedagógico com a qual se identifica mais, não descurando outras formas de ensinar: “ é uma relação personalizada entre professor e aluno com ponto de partida na prestação e nas atividades nas quais o aluno está empenhado”, e de facto é assim, depois de explicada a tarefa, exemplificada, resta acompanhar de forma muito próxima a performance do aluno, ajudando o mesmo a atingir o objetivo pretendido.

4.2 Conclusão

Relativamente aos resultados obtidos, e tendo como comparação outros estudos como os de Piéron (1999), onde a média de feedbacks por aula é de 82 e onde o tempo de aula contabilizado é de 20 minutos, o número de feedbacks dados pela mestranda não

é baixo. Tal como exposto anteriormente, o tempo calculado efetuado no presente estudo foi de 45 minutos, o que baixou um pouco o número de feedbacks por aula em termos de comparação com Piéron. Considera-se portanto que não foi significativa a diferença, tendo em conta que a média da mestranda é de 80,9 por aula de 45’.

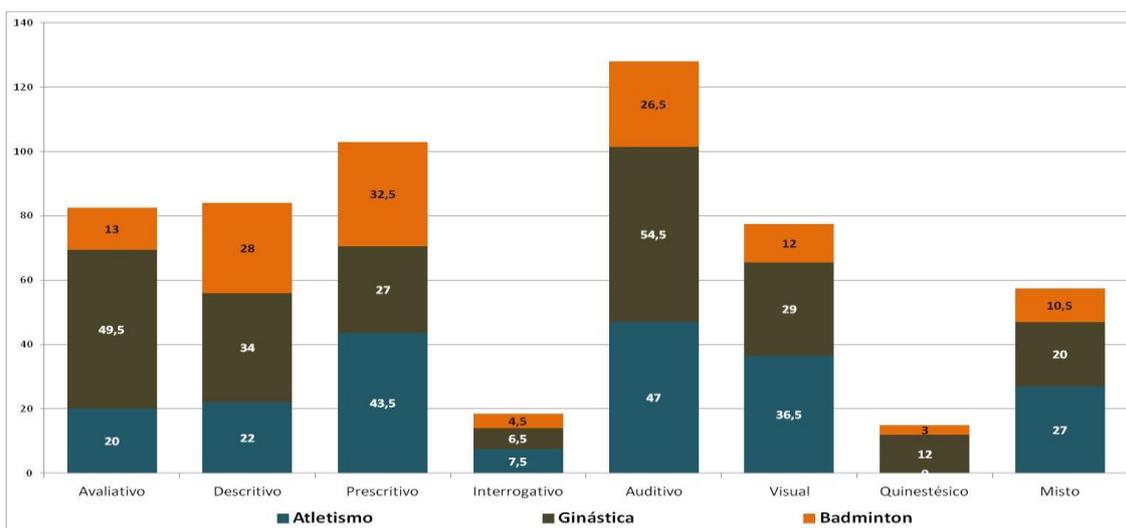


Gráfico N°5 - Total De Feedbacks por Unidade Didática

Relativamente ao gráfico n°5, outras conclusões que se podem tirar dizem respeito a que tipo de feedback foi mais utilizado, tendo em conta a Unidade Didática e Função Didática, e deste modo tendo em conta a Unidade Didática e nomeadamente no atletismo, o feedback mais utilizado quanto à Forma foi o Auditivo e o Visual seguido do Misto, e quanto ao Objetivo foram o Prescritivo e o Descritivo. No que diz respeito à Ginástica, o feedback mais utilizado quanto à Forma foi novamente o Auditivo seguido do Visual e depois o Misto. Quanto ao objetivo, o mais usado foi o Avaliativo e Descritivo. Finalmente, relativamente ao Badminton o feedback mais utilizado quanto à forma foi o Auditivo seguido do Visual e depois o Misto.

Analisando estes valores chega-se à conclusão que o feedback mais usado foi o auditivo (quanto à forma) e pouco o quinestésico, exceto em Ginástica. Quanto ao objetivo o mais utilizado foi o Avaliativo e o Prescritivo. Conclui-se, portanto, que é necessário trabalhar mais o feedback interrogativo, pois o questionamento é uma ferramenta importantíssima para que o aluno chegue por si aos objetivos pretendidos.

Por outro lado, quanto à Função Didática, o feedback mais usado na Introdução tendo em conta a forma, é o Misto e quanto ao objetivo o prescritivo, considera-se

normal, uma vez que, se está a ser introduzido um elemento técnico, tem que se explicar várias vezes e falar e corrigir muito mais. Na Exercitação, o feedback mais utilizado quanto à forma foi o auditivo e Visual. Quanto ao objetivo, foi mais usado o prescritivo e avaliativo, mas também o descritivo e mais uma vez poucos interrogativos. Finalmente, na Avaliação, no que diz respeito aos feedbacks quanto à forma, foi mais usado o auditivo e visual, e quanto ao objetivo o prescritivo e avaliativo.

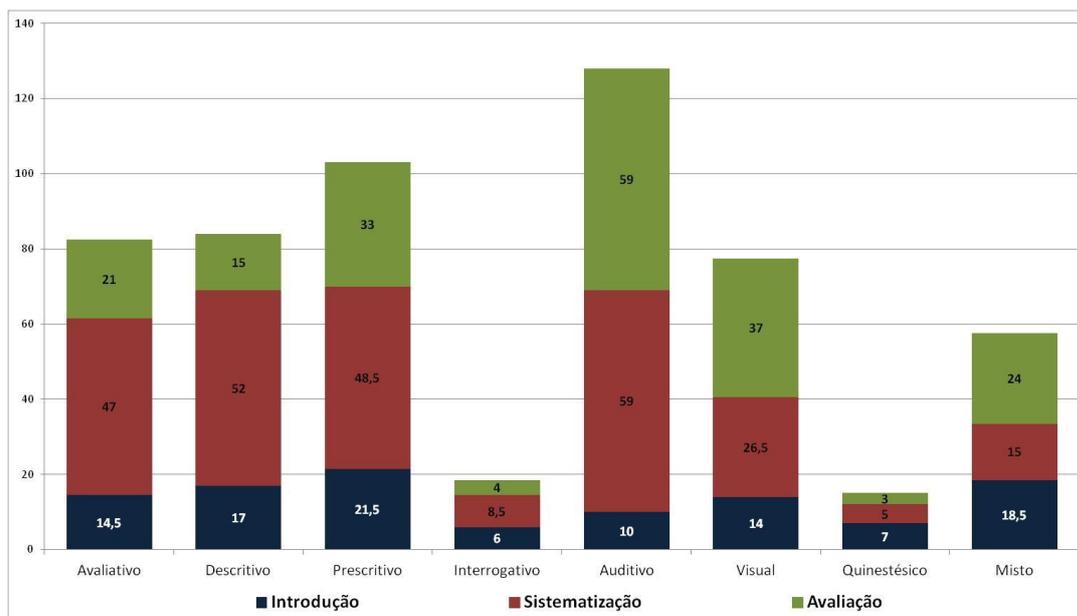


Gráfico N°6 - Feedbacks por Função Didática

Tendo em conta os resultados chega-se à conclusão que enquanto professora a mestrande se mantém audível, mas precisa de trabalhar mais o desempenho relativamente a alguns feedbacks, não só para diversificar, mas também para melhorar a qualidade da comunicação com os alunos.

Conclusão (cunho e sentimentos pessoais)

Quando se está a terminar um momento na vida profissional, seja este um projeto, um trabalho, uma atividade seja de que âmbito for, a sensação ou a dúvida que persiste é se se fez o melhor possível? Será que o empenho foi o máximo e nada poderia ter sido diferente? As respostas a estas questões são suscetíveis de análise e de várias interpretações porque, apesar da sensação do dever cumprido, para quem é perfeccionista há sempre algo que se poderia melhorar ou ter feito mais.

Quem conhece a mestrandia, enquanto profissional e pessoa, sabe que em tudo o que se compromete a fazer, empenha-se ao máximo, por vezes chegando ao ponto de ficar zangada consigo própria, resmungando com quem não tem culpa nenhuma mas, no fundo, a sensação final é de um bom trabalho e, mesmo em situações em que houve pequenas incorreções, ou que algo poderia ter sido melhor, a mestrandia é a primeira a se autopunir. Steve Jobs disse: “A única maneira de fazer um ótimo trabalho é amando aquilo que faz” e é isso mesmo, este ano termina em exaustão total, mas com o sentimento de que foram ultrapassados limites não imaginados no início, com um grau de aprendizagem muito elevado e compensador.

A mestrandia esteve recentemente numa formação em que o orador foi Tomaz Ribeiro Seleccionador da Equipa nacional de Rugby e, durante a sua preleção, ele colocou uma frase especialmente tocante, que dizia assim: ”Só ensina quem está e quer aprender”, e é isto mesmo, o sentimento é de saber que a aprendizagem nunca para e há sempre muito para aprender – há que ter a humildade de o reconhecer, de buscar conhecimento e apreender, com quem tenha para dar. O resultado desta postura e de tudo o que apreendeu é uma pessoa melhor, mais informada, com mais capacidades, mais autónoma, capaz de tomar decisões de uma forma mais convicta e segura.

Não há dúvidas que a mestrandia é neste momento uma melhor profissional. É inegável que, houve momentos, em que a desistência parecia a solução, devido às imensas tarefas acumuladas, nas várias vertentes, escola, trabalho, família, etc. Mas a vontade de lutar até ao fim foi superior, auxiliada pelo apoio fundamental e incondicional, no seio da família, assim como do apoio dos colegas do NEEF.

Bibliografia

Reorganização Curricular do Ensino Básico, Avaliação das Aprendizagens ; Editor

Ministério da Educação 2001, Departamento da Educação Básica

Cortesão, Torres (1995) Education in Portugal: 40 years on from April 25, 1974 = Educação em Portugal : 40 anos após o 25 de Abril de 1974 Educação, sociedade & culturas

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

Barbosa, J, Alaiz, V. (1994). Pensar avaliação, melhorar a aprendizagem. Lisboa: IIE.

Carreiro da Costa F. (1995). O sucesso pedagógico em Educação Física – Estudo das condições e factores de Ensino-Aprendizagem associados ao êxito numa unidade de ensino. Cruz Quebrada. Edições FMH.

Fernandes, D. (2006). Para uma teoria da avaliação formativa. Revista Portuguesa de Educação, 2006, 19(2). (pp. 21-50). Disponível em: <http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/5495/1/Para%20uma%20teoria%20da%20avaliac%CC%A7a%CC%83o%20formativav19n2a03%283%29.pdf>. [Consultado em maio de 2014].

Fernandes, D. (2007). Avaliação das aprendizagens no Sistema Educativo Português. Educação e Pesquisa, São Paulo, v.33, n.3, pp. 581-600, set./dez. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ep/v33n3/a13v33n3.pdf>. [Consultado em maio de 2014].

Hadji, C. (2011) Ajudar os alunos a fazer auto regulação da sua aprendizagem: Por quê? Como? São Paulo: Editora Melo.

Marques, A. (2004). O ensino das atividades físicas e desportivas – fatores determinantes de eficácia. Revista Horizonte, Vol. XIX – n.º 111.

Nobre, P. (2009). Contributos para uma avaliação curricular da Escola: A Avaliação do PCE. Atas do X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação: Investigar, Avaliar, Descentralizar. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.

Nobre, P. (2012). Avaliação Pedagógica em Educação Física. Sebenta de apoio ao Mestrado do Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário. Universidade de Coimbra. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Coimbra

Gramática do Português, 2013 (Fundação Calouste Gulbenkian),

PIÉRON, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas. Barcelona

Dinis, Quina, Costa (1995) O feedback pedagógico Análise da informação retida pelos alunos em aulas de Educação Física (Sociedade Portuguesa de Educação Física, Boletim SPEF, nº 12 Inverno/Primavera de 1995)

Haight, Alain (2010) A Arte de Ensinar, grandes ideias regras simples. Academia do Livro

ANEXOS

Anexo A: Regulamento de Educação Física

Anexo B: Horário Geral de distribuição das turmas

Anexo C: Inventário do Material de Educação Física

Anexo D: Rotação de espaços

Anexo E: Protocolo de Avaliação Inicial

Anexo F: Plano de aula

Anexo A

REGULAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Artigo 1º - Deveres dos alunos

- 1 - Os alunos deverão apresentar-se nas portas de acesso ao Pavilhão Gimnodesportivo de acordo com o respetivo horário.
- 2 – Os alunos só poderão entrar nos balneários para se equiparem, quando o professor estiver presente.
- 3 Após o tempo de tolerância, os alunos deverão estar equipados e prontos para iniciar a aula, aguardando no balneário a chamada do professor.
- 4 Durante a permanência nos balneários e na deslocação para o local da aula, os alunos devem manter um comportamento correto evitando fazer barulho.
- 5 Não é permitido levar para a aula: pulseiras, relógios, telemóveis, fios metálicos, anéis, brincos compridos, etc.
- 6 É proibido aos alunos interferirem por qualquer forma com as aulas que decorrem no espaço desportivo exterior. Assim, deverão abandonar os recintos logo que o professor o solicite e abster-se de prejudicar o trabalho da aula.
- 7 Os alunos deverão sempre colaborar com as orientações dadas pelos funcionários.
- 8 Os alunos deverão procurar junto do funcionário ou do professor qualquer objeto esquecido no Pavilhão Gimnodesportivo.

Artigo 2º Equipamento e materiais

1. No Pavilhão Gimnodesportivo, não é permitida a utilização de sapatilhas que os alunos usem regularmente no exterior
2. Os alunos deverão apresentar-se para a aula com o seguinte equipamento/material obrigatório:
 - a) sapatilhas/sabrinhas, meias , T-Shirt e/ou Sweat-Shirt, calção e calça apropriada;

- b) toalha, sabonete, shampoo e chinelos para o banho;
 - c) caso sintam necessidade, poderão utilizar também: fato de treino, chapéu e ainda luvas, gorro e casaco de agasalho se o professor assim o entender;
 - d) é expressamente proibido equipamento com publicidade a marcas de tabaco, bebidas alcoólicas, partidos políticos ou seitas religiosas;
 - e) no caso de o professor solicitar deverão também trazer caderno diário /dossier.
3. No que se refere às alíneas a) e e) do ponto anterior, a não apresentação de qualquer um dos elementos referidos é considerada falta de material, devendo o professor proceder de acordo com o art.º 135 do Regulamento interno.
 4. Os alunos são responsáveis pela utilização do material, só o devendo fazer sob orientação e autorização do professor.
 5. Caso haja extravio ou danificação de material, de forma deliberada ou por negligência, este deverá ser pago pelos alunos envolvidos.

Artigo 3º Banho

1. Por questões de higiene, o banho após a aula é obrigatório, excetuando casos de doença devidamente justificados pelo médico. Para tomarem banho os alunos dispõem de:
 - a) nos blocos de 100 minutos, 10 minutos antes do toque de saída;
 - b) nos blocos de 50 minutos, 5 minutos antes do toque de saída;
2. A desocupação dos balneários deverá efetuar-se o mais rápido possível, sem prejudicar a ocupação dos balneários para as aulas seguintes ou o horário de almoço do funcionário do pavilhão.
3. É proibido correr ou fazer movimentos bruscos, sobretudo quando se deslocam para os chuveiros ou quando deles regressam, a fim de evitar acidentes graves devido a quedas, dado que o piso dos balneários é escorregadio quando está molhado.

4. Durante o banho as portas dos balneários que comunicam com o exterior devem estar sempre fechadas.

Artigo 4º Guarda de valores

1. Os alunos devem entregar os valores ao Delegado(a) ou Subdelegado(a) de turma ou desportivo que por sua vez os colocarão no cacifo do respetivo professor, junto ao funcionário. O professor guardará a chave.
2. No final da aula, depois dos alunos tomarem banho, o professor abre o cacifo e entrega o saco de valores ao delegado(a) ou Subdelegado(a) de turma ou desportivo que fará a distribuição dos valores aos colegas.
3. Cada aluno é responsável por receber os seus valores pessoais.

Artigo 5º Faltas e Avaliação

1. A não comparência dos alunos à aula implicará a marcação da respetiva falta (art.º 134).
2. O limite de faltas dos alunos é o que está fixado por lei.
3. Os alunos a quem foi concedida dispensa total em todas as aulas de Educação Física não estarão sujeitos ao regime de faltas e avaliação. Estes alunos deverão enquadrar-se, no acto da matrícula na legislação específica criada para alunos portadores de deficiência.
4. Os alunos que, por motivo de saúde, não podem temporariamente participar nas aulas práticas, têm que fazer prova da situação através de declaração médica suficientemente explícita, onde conste a doença, o período de inatividade e o tipo de movimentos ou esforços que o aluno não pode realizar.
5. A avaliação dos alunos referidos nos pontos 4 e 5 será calculada segundo a seguinte formula:
 - a) Elemento Escrito individual de avaliação (25%) + Questionamento Oral (15%) + Trabalhos escritos (15%) + Participação na organização/funcionamento da aula – colocação e arrumação de material; arbitragem; ajudas – (15%) + Comportamento (30%)

6. Os alunos que apresentem relatório médico condicionante da realização de atividade prática realizarão as aulas de acordo com a planificação específica do professor. Serão avaliados segundo a seguinte fórmula:

a) Atividade prática (40%) + Questionamento Oral (15%) + Trabalhos escritos (15%) + + Comportamento (30%)

2014/2015

Anexo B

HORÁRIO GERAL DE DISTRIBUIÇÃO DAS TURMAS

		SEGUNDA-FEIRA						TERÇA-FEIRA						QUARTA-FEIRA								
		RUI OLIVEIRA	ELISABETE COTO	ANA PAULA	MARIA RODRIGUES	JOÃO RODRIGUES	CLAUDIO SOUSA	PEDRO RAPOSO	RUI OLIVEIRA	ELISABETE COTO	ANA PAULA	MARIA RODRIGUES	JOÃO RODRIGUES	CLAUDIO SOUSA	PEDRO RAPOSO	RUI OLIVEIRA	ELISABETE COTO	ANA PAULA	MARIA RODRIGUES	JOÃO RODRIGUES	CLAUDIO SOUSA	PEDRO RAPOSO
1	08.30 09.15		6C				7F						5D	7E		6F			5E		8D	
2	09.20 10.05						7F	9F					5D	7E		6F			5E		8D	
3	10.25 11.10						7G	9D	5C			6D		8G					5G			9E
4	11.15 12.00						7G	9D	5C			5H		8G		5F			5G			9E
5	12.10 12.55						8D	AI	DE			AI				6H			VS			
6	13.10 13.55																					
7	14.00 14.45	5B	6G				6B				6E	5A				DE			DE		DE	
8	14.50 15.35	5B	6G				6B				6E	5A				DE			DE	DE	DE	
9	15.50 16.35	6A					8E							8F						DE		DE
10	16.40 17.25	6A					8E							8F								DE
10	16.30 17.30		AEC				AEC		AEC		AEC	AEC							AEC	AEC		

		QUINTA-FEIRA						SEXTA-FEIRA							
		REI OLIVEIRA	ELISABETE COTO	ANA PAULA	MARIA RODRIGUES	JOÃO RODRIGUES	CLÁUDIO SOUSA	PEDRO RAPOSO	REI OLIVEIRA	ELISABETE COTO	ANA PAULA	MARIA RODRIGUES	JOÃO RODRIGUES	CLÁUDIO SOUSA	PEDRO RAPOSO
1	08.30 09.15				6D		7G	9F		5F					
2	09.20 10.05				6D			9F		5F					8G
3	10.25 11.10		6C				8E		6A						
4	11.15 12.00		6C	6E	VS		7F								9E
5	12.10 12.55	5C			DE			DE		6F		5A	DE		AI
6	13.10 13.55														
7	14.00 14.45		6G		5H					6H		5G	5D		
8	14.50 15.35		DE		5H		DE	7E		6H		5E	6B		
9	15.50 16.35	5B						8F							
10	16.40 17.25	DE					AI	9D					AI		
10	16.30 17.30		AEC		AEC					AEC		AEC			

Anexo C

INVENTÁRIO DO MATERIAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A preencher pelo coordenador e/ou delegado de instalações					A preencher pelos serviços	
Classe	Bens imóveis	Quantidade	Ano de aquisição	Estado de conservação	Nº de inventário	Valor (\$)
Bolas de voleibol:						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Mikasa Tricolor (interior)	4		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Mikasa Tricolor (interior)	6		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten Spiker (interior)	8		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten V5M 1500 (interior)	10		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten Sensi touch (interior)	5		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Kispsta Strawberry	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Overball – Iniciação (interior)	7		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten borracha (exterior)	6		Mau		
Bolas de basquetebol:						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten Couro T 5/7 (interior)	10		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten Couro T 5/7 (interior)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten laranja T 7 (exterior)	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Compal preto/laranja (exterior)	7		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Compal laranja/azul (exterior)	6		Mau		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Borracha riscas (exterior)	10		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Borracha Laranja	7		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Kipsta amarelas (exterior)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Compal Air (interior)	1		Mau		
Bolas de Andebol:						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Adidas azuis escuro nº1 (interior)	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Adidas azuis claro nº1 (interior)	7		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Casal Sport Super soft laranja nº1 (interior)	4		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Soft vermelha nº1 (interior)	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Super soft verde nº2 (exterior)	8		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Casal Sport Super soft laranja nº1 (exterior)	17		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Casal Sport Super soft laranja nº1 (exterior)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Azul s/ marca (exterior)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Super soft amarelo nº1 (exterior)	6		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Borracha Laranja (exterior)	11		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Borracha branca soft nº1 (exterior)	4		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Borracha branca nº2 (exterior)	5		Mau		
Bolas de futebol:						

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Katz amarelas (interior)	4		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Now One amarelas fluorescente (interior)	3		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Sportzone azul (interior)	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Casal Sport Brancas(interior)	11		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Molten brancas (interior)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Katz escolar amarelas 3 (interior)	9		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Unef max verde/branca (exterior)	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola borracha branca (exterior)	9		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas borracha pretas /brancas (exterior)	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas borracha verdes/brancas (exterior)	3		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas borracha amarelas/pretas (exterior)	4		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas borracha amarelas/pretas (exterior)	7		Razoável		
Ginástica:						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Colchões de Queda (CMMG) (3mx2mx,0,20m)	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Colchões de Queda (CMMG) (3mx2mx,030m)	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Ginástica (lona verde)	4		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Ginástica (lona azul)	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Ginástica (verdes escuros) (CMMG)	4		Bom		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Ginástica AFF Sports (azuis claros) (CMMG)	15		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapete de Ginástica longo (CMMG)	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Judo (creme) (ADJ)	15		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Judo (creme) (ADJ)	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Tapetes de Judo (vermelhos) (ADJ)	3		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Reuther	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Reuther (IPL)	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Minitrampolim oficial	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Barra Fixa	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bancos Suecos (2 + 4 no pavilhão)	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Plinto de 8 Caixas	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Boque	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Espaldares	12		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Espaldares	2		Razoável		
Outro material existente:						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas pequenas coloridas de borracha	15		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Barreiras telescópicas com trave em madeira	4		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Barreiras telescópicas com trave em madeira	1		Mau		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Barreiras telescópicas em alumínio	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Conjuntos de partida de blocos para o Atletismo	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos 3 Kgs em ferro para lançamentos em Atletismo	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Peso 2 Kgs em ferro para lançamentos em Atletismo	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos Trial Indoor 3 Kg	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos vermelho indoor 3 Kg	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos Trial Indoor vermelho 2 Kg	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Peso azul 2 Kg	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos Trial Indoor 1 Kg	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pesos roxo 1 Kg	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Disco Iniciação Colorido 1Kg/Azul	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Disco Iniciação Colorido 600 g/Azul	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Fasquia Elástica Mousse azul/amarelo	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Anéis Coloridos PVC Soft Lote 16 Anéis (4/cor)	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pinças bastão x bastão	34		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pinças bastão x arco	24		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cone perfurado 35cms c/ fenda azuis	4		Mau		
f) equipamento e material recreativo e	Cones amarelos 35cms	4		Bom		

desportivo						
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cone laranja e branco	12		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cone laranja	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Escadas de Treino 6,00 x 0,50 m	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Raquetes Casal Sport Badminton absout 500	7		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Raquetes de Badminton – outras marcas	20 3		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Volantes em plástico amarelo	30		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Volantes em plástico branco	20		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Volantes brancos em penas	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Raquetes de ténis de mesa - pares com bolsa	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Raquetes de ténis de mesa	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola de ténis de mesa	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Raquetes de Ténis	6		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas de Ténis	59 5		Bom Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas de Rugby Gilbert	3		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cintos de Rugby	20		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de fitas azuis para Rugby	10		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de fitas verdes para Rugby	10		Bom		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola Medicinal Insuflável – 2 Kg	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola Medicinal Insuflável – 3 Kg	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola Medicinal Insuflável – 5 Kg	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bolas medicinais de 2 Kgs	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bola medicinais de 1 Kg	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Balizas para Orientação	10		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bússolas	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Picadores	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pulsómetros Sigma	4		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Meias Luas Azuis	12		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Alfinetes de dama para os dorsais do corta-mato	+/- 400		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Fitas métricas	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Arcos de Rítmica de secção redonda	10 4		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cordas de saltar coloridas	22		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Corda de saltar brancas	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Testemunhos de madeira coloridos	10		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Testemunhos de madeira brancos	6		Razoável		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bases plástico amarelas	8		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bastões vermelhos	7		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bastões azuis	8		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bastões verdes	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Sinalizadores plástico várias cores	40 42		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Sinalizadores plástico (Sportzone)	21 4		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Fitas brancas em PVC 18m	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Fitas azuis em meia lua - PVC	12		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Discos voadores de plástico	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cronómetros	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Apitos de mão Apitos	2 4		Bom Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cartão amarelo de plástico para árbitro	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cartão vermelho de plástico para árbitro	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Caixa de 1 ^o socorros apetrechada	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bastões de madeira para Beisebol	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de postes para o Voleibol no interior (escola)	3		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de postes para o Voleibol no exterior	2		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Redes para o Voleibol no	3		Razoável		

desportivo	interior					
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Redes para o Voleibol no exterior (escola)	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de varetas para as redes de voleibol	3		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Pares de protecção de postes de voleibol	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Cestos para transporte de coletes	3		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Redes para transporte de bolas	7		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	1 Marcador de pontos (até aos 50 pontos)	1		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Saco desportivo para bolas Katz	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Saco desportivo preto para material – marca Sportteam	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Saco desportivo para bolas Compal Air	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Caixas para medição da flexibilidade do tronco	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Bandas de 11 cm para medição dos abdominais	8		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Redes para cestos de basquetebol	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes vermelhos Penalty	7		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes vermelhos -curtos	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes vermelhos - outros	10		Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes verdes fluorescentes	12		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes verdes escuros	1		Mau		

f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes brancos Meo	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes brancos penalty	5		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes pretos Meo	4		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes pretos Escola Segura	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes verdes Escola Segura	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes amarelos - rede	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes amarelos - outros	6 7		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes amarelos Nestum	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes azuis Nestum	6		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes azuis compal air	9		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Coletes azuis -Sportzone	6 8		Bom Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas Verde/branco – marca sailev	12		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas Verde/branco – marca remate	7		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Calções Verdes – marca remate	3		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas de GR preta e roxa	2		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Calça preta de guarda-redes	1		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas alças verde/branco remate	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisola Laranja/preto –	23		Bom		

desportivo	marca Legea (2x12)					
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Calção Laranja/preto – marca Legea	21		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Equipamento GR camisola/calça preto - marca Legea	2		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas brancas Desporto Escolar	42		Razoável		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas vermelhas Compal Air	7		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Camisolas verdes Compal Air	3		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Balança	1 1		Razoável Mau		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	1 compressor eléctrico C2001 Mini Air	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Aparelhagem Philips portátil (PES)	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	Aparelhagem Philips	1		Bom		
f) equipamento e material recreativo e desportivo	MOBILIARIO – 2 secretárias 2 Armários (1 madeira+ 1 metal) 1 Quadro branco com rodas e apagador 1 Computador + monitor + impressora	2 2 1 1		Razoável		

Anexo D - Rotação de espaços

1ª Rotação - 6/10/2014 a 24/10/2014 / 4ª Rotação - 8/12/2014 a 16/01/2015 / 7ª Rotação - 9/03/2015 a 10/04/2015 / 10ª Rotação - 25/05/2015 a 12/06/2015

Prof.	RO	EC	A P	JR	MR	PR	CS
temp os/tur mas	5 5 6 B C A	5 6 6 6 6 F C F G H	6 E	5 6 D B	5 5 5 5 6 A E G H D	7 8 8 9 9 9 E F G D E F	7 7 8 8 F G D E
90mi n	P P P P P P	G G G G G G G G G G	E E	E E E E	P P P P P P P P P P	G G G G G G G G G G G G	P P E G P P E G
45mi n	P P P	G G G E G	E	E E	P P P E E	G G P G G G	P E E P

2ª Rotação - 27/10/2014 a 14/11/2014 / 5ª Rotação - 19/01/2015 a 6/02/2015 / 8ª Rotação - 13/04/2015 a 1/05/2015

Profes sores	RO	EC	A P	JR	MR	PR	CS
tempos /turmas	5 5 6 B C A	5 6 6 6 6 F C F G H	6 E	5 6 D B	5 5 5 5 6 A E G H D	7 8 8 9 9 9 E F G D E F	7 7 8 8 F G D E
90min	E E E E E E	P P P P P P P P P P	G G	G G G G	E E E E E E E E E E	P P P P P P P P P P P P	E E G P E E G P
45min	E E E	P P P G P	G	G G	E E E G G	P P E P P P	E G G E

3ª Rotação - 17/11/2014 a 05/12/2014 / 6ª Rotação - 9/02/2015 a 6/03/2015 / 9ª Rotação - 4/05/2015 a 22/05/2015

Prof	RO	EC	A P	JR	MR	PR	CS
temp os/tu rmas	5 5 6 B C A	5 6 6 6 6 F C F G H	6 E	5 6 D B	5 5 5 5 6 A E G H D	7 8 8 9 9 9 E F G D E F	7 7 8 8 F G D E
90m in	G G G G G G	E E E E E E E E E E	P P	P P P P	G G G G G G G G G G	E E E E E E E E E E E E	G G P E G G P E
45m	G G G	P E E P E	P	P P	G G G P P	E E G E E E	G P P G

Legenda: **P** – Pavilhão; **E** – Exterior; **G** – Ginásio.

Anexo E

PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO INICIAL

MATERIAIS	7º ANO		8º ANO		9º ANO	
VOLEIBOL	- Jogo, 1x1 – c/ duplo toque (obrigatório)	50´	- Jogo 2X2 - construção ofensiva com mínimo de 2 toques	50´	- Jogo 3X3 - Serviço por baixo (obrigatório)	50´
BASQUETEBOL	- Jogo 2X2 + 1 <i>Joker</i> (no ataque) - ½ campo	50´	- Jogo 3X3 - ½ campo	50´	- Jogo 3X3 - ½ campo	50´
ANDEBOL	- Jogo (3X2 + 1GR) – ½ campo	50´	- Jogo (4X3 + 1GR) – ½ campo	50´	- Jogo (4X4+ 2GR) – campo inteiro	50´
FUTEBOL	- Jogo 3X3 + 1 <i>Joker</i> (no ataque) - campo reduzido	50´	- Jogo 4X4- campo reduzido	50´	- Jogo 4X4- campo reduzido	100´
GINÁSTICA Solo	- Rolamento à frente engrupado - Rolamento à retaguarda, MI afastados e estendidos - Apoio Facial Invertido (c/ ajuda) - Ponte	50´	- Rolamento à frente, MI afastados e estendidos - Rolamento à retaguarda, MI afastados e estendidos - Apoio Facial Invertido - Ponte	50´	- Rolamento à frente, MI afastados e estendidos - Rolamento à retaguarda, MI unidos e estendidos - Apoio Facial Invertido c/ rolamento à frente engrupado (pode ser c/ ajuda) - Ponte - Roda - Avião - Espargata	100´
GINÁSTICA Aparelhos	- Salto em extensão (MT) - Salto engrupado (MT) - Salto ao eixo (boque)	50´	- Salto em extensão (MT) - Salto engrupado (MT) - Salto ao eixo (boque transversal)	50´	- Salto engrupado (MT) - Salto em extensão c/ ½ volta (MT) - Salto carpa, MI estendidos e afastados (MT) - Salto entre-mãos (boque transversal) - Subida para apoio ventral, seguida de rolamento à frente (barra fixa)	100´

MATERIAIS	7º ANO		8º ANO		9º ANO	
ATLETISMO	- Salto em altura - técnica de tesoura	50'	- Salto em altura - técnica de Fosbury Flop	50'	- Salto de barreiras (1 ou 2 barreiras) - Salto em comprimento (c/ tábua de chamada) - Lançamento do peso	100'
BADMINTON					- Jogo 1 x1 c/ serviço (campo reduzido)	50'
FITNESSGRAM	- Bateria de testes do <i>Fitnessgram</i>	100'	- Bateria de testes do <i>Fitnessgram</i>	100'	- Bateria de testes do <i>Fitnessgram</i>	100'

Critério de êxito: **C** - Não executa/recusa-se a executar; **B** - Executa com diversos erros; **A** – Executa bem ou com erros mínimo

Anexo F

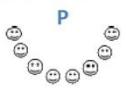
PLANO DE AULA



JUSTIFICAÇÃO			
DATA: 19/ 02/2015	TURMA: 7.º F	Nº. AULA – 59	PROFESSOR: CARLA LEITE
<p>Relativamente a esta aula pretendo dar continuidade ao conteúdo de salto em altura. Uma vez que a última aula que abordava este conteúdo foi no período passado, vou fazer algumas tarefas para treino das componentes críticas do salto em altura.</p> <p>Nas estações 1, 2 e 3 os alunos vão efetuar quedas e salto de forma a recordar como o corpo deve reagir no salto em altura, de lembrar que este salto Fosbury Flop não é dado nos 5º e 6º anos, daí que acho pertinente primeiro saltarem em técnica de tesoura e só depois passar para o Fosbury Flop, assim como passar pelas várias fases do salto, desde a queda ao salto propriamente dito.</p> <p>Este tipo de salto acarreta igualmente muita segurança, uma vez que é a primeira vez e também porque os riscos de se saltar de costas são maiores, daí que nas estações 1,2 os alunos terão sempre que fazer ajuda, mantendo-se perto do colega que executa o exercício.</p> <p>Relativamente ao controlo da atividade dos alunos, irei manter-me atenta e focada em toda a turma de forma a verificar se todos perceberam o que tinham de fazer, se todos iniciaram a atividade e se o espaço físico de execução é suficiente. O meu deslocamento será ativo de forma a evitar virar as costas aos alunos. Tentarei controlar sempre os mesmos de modo a que estes notem a minha presença fazendo-me ouvir e circulando pelo pavilhão.</p> <p>Uma vez que os nomes dos alunos já estão assimilados, irei dar o maior número possível de feedbacks individualizados, dizendo o que está bem feito e corrigindo o que não estiver, incentivando e estimulando, de modo a levar os alunos a aperfeiçoar as suas ações e comportamentos.</p> <p>Tentarei diversificar o feedback, fechar ciclos de feedback e assegurar a sua pertinência e qualidade.</p> <p>Durante a aula irei revelar disponibilidade para os alunos, entusiasmo pelo ensino e auxiliar os alunos com maior dificuldade, de modo, a criar um bom clima de aula.</p> <p>Por fim, no final da aula, realizarei um balanço oportuno, lembrando o objetivo da mesma, e desejando um final de ano tranquilo e com sucesso.</p> <p>Tentarei diversificar o feedback, fechar ciclos de feedback e assegurar a sua pertinência e qualidade.</p> <p>Durante a aula irei revelar disponibilidade para os alunos, entusiasmo pelo ensino e auxiliar os alunos com maior dificuldade, de modo, a criar um bom clima de aula.</p> <p>Por fim, no final da aula, realizarei um balanço oportuno, lembrando o objetivo da mesma, e desejando um final de ano tranquilo e com sucesso.</p>			



PLANO DE AULA	Ano Letivo:	2014/2015	Período:	2.º	Aula n.º56	Unidade Didática:	Atletismo	
	Data:	19/02/2015	Turma:	7.º F	Duração:45'	45 min	Aula:	18
	Hora:	11h15min	Local:	Ginásio	N.º de Alunos Previstos:	20	De um total de:	20
	FUNÇÃO DIDÁTICA:	- Consolidação e sistematização do salto em altura Fosbury Flop/ Salto de Tesoura						
	OBJETIVOS DE AULA:	- Consolidar técnica de em altura na técnica de Fosbury Flop						
RECURSOS MATERIAIS:	- Pinos - Colchões - Fitas - Colchões de queda - Ficha de Feedback							
SUMÁRIO:	- Continuação do ensino do salto em altura.							

Tempo		Tarefas / Situações de Aprendizagem	Organização	Objetivos Comportamentais / Critérios de Êxito	Material
Total	Parcial				
P. Inicial					
11h15	5'	<ul style="list-style-type: none"> Entrada dos alunos no balneário; Verificação das presenças, apresentação dos conteúdos e objetivos da aula; Informa os alunos acerca das tarefas a realizar e a organização das mesmas; Motiva os alunos para a aula, relembrando as palavras-chaves estipuladas no primeiro dia de aulas; Realça a importância das regras de aula; Pergunta se há dúvidas. 	<ul style="list-style-type: none"> Alunos sentados à frente do professor em meia-lua. 	<ul style="list-style-type: none"> Os alunos equipam-se; Os alunos ouvem atentamente o professor; 	<ul style="list-style-type: none"> Cartazes de grupos
11h20 (5')		<p><u>Aquecimento</u></p> <p>Os alunos realizam corrida numa área restrita e identificada pelo professor. Fazem parte do aquecimento: corrida, técnica (skeepings médios e altos, skeepins nadagueiros; multisaltos).</p>		<ul style="list-style-type: none"> Os alunos iniciam o aquecimento 	
P. Funda.					
11h25	1'	- O professor pede aos alunos que se desloquem até ele e que se sentem, a fim de explicar a tarefa;		- Os alunos colocam-se em frente ao professor sentados.	
11h26	4'	- O professor explica aos alunos as tarefas a desempenhar.		- Os alunos ouvem o professor em silêncio	<ul style="list-style-type: none"> Pinos Arcos Fita-métrica Ficha de apoio
11h30	4'	- O professor pede a um aluno que exemplifique os exercícios.		- Um aluno exemplifica os diferentes exercícios	
11h34	1'	-O professor pergunta se existem dúvidas. O professor pede aos alunos que se desloquem para os lugares e dá início à tarefa		- Os alunos tiram dúvidas caso estas surjam. Os alunos iniciam a tarefa	
11h35	5'	<p>Estação 1</p> <p>O professor pede aos alunos para realizarem queda para o colchão a partir do espaldar.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Os alunos realizam diferentes quedas (Realizar diversos exercícios de queda dorsal e acrobacias simples sobre o colchão. Ex: queda em prancha;) para o colchão cumprindo as seguintes componentes críticas: Vence o receio de cair para trás; 	
11h40	5'	<p>Estação 2</p> <p>O professor pede aos alunos para realizarem a queda para o colchão com a ajuda do colega.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Define e mantém uma posição de arco dorsal; Encara a execução de uma forma lúdica 	
11h45	5'	<p>Estação 3</p> <p>O professor pede aos alunos para realizarem salto para cima até tocar no balão.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Os alunos realizam salto para cima com o objetivo de tocar no balão, 	

DOCENTE: CARLA LEITE

11h50	5'	Estação 4 O Professor pede aos alunos para realizarem o salto de Fosbury Flop para o colchão de quedas.		fazem-no cumprindo as seguintes componentes críticas: Chamada com apoio de toda a planta do pé. Avanço e elevação enérgica da coxa da perna livre. Fixa brevemente a posição final de chamada e mantém o equilíbrio. - Os alunos realizam o salto de Fosbury Flop cumprindo as seguintes componentes críticas: Salta em altura com técnica de Fosbury Flop, com cinco a oito passadas de balanço, sendo as últimas três/quatro em curva. Apoia ativamente o pé de chamada no sentido da corrida, com elevação enérgica da coxa da perna livre, conduzindo o joelho para dentro (provocando a rotação da bacia). Transpõe a fasquia com o corpo ligeiramente "arqueado". Flexão das coxas e extensão das pernas na fase descendente do voo, caindo de costas no colchão com os braços afastados lateralmente.	
11h56	1'	- O professor termina a tarefa		- Os alunos terminam a tarefa	
11h57	1'	- O professor pede aos alunos para arrumarem o material. Pede aos alunos que se reúnam junto dela para o balanço final.		- Os alunos arrumam o material. Os alunos reúnem-se junto à professora no final de arrumarem tudo.	
P. Final					
11h58	1'	- Realização do balanço da aula e informação sobre a aula seguinte. Dá a aula por terminada	<ul style="list-style-type: none"> Alunos à frente do professor em meia-lua 	<ul style="list-style-type: none"> Os alunos ouvem atentamente o professor. De seguida dirigem-se para os balneários 	

Anexos:

- Cartazes com os grupos

Regras de sala de aula:

- Respeitar o professor e os colegas.
- Realizar os exercícios somente quando o professor mandar.
- Só podem partir quando o colega já não estiver no colchão.
- Utilizar corretamente o material.

Sinais da aula

- Quando o professor apitar iniciam a tarefa.
- Quando o professor apitar e mostrar a mão fechada, os alunos devem reunir-se em semicírculo à sua frente.
- Quando o professor apitar e mostrar a palma da mão, devem parar no local onde se encontram e escutar o professor.