

RICARDO JORGE PAIVA PIMENTEL (N.º 2014177444)

RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO

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

Orientador: Mestre Paulo Nobre

(FCDEF-UC)

Coimbra

2016

Eu, Ricardo Jorge Paiva Pimentel, aluno nº 2014177444 do MEEFEBS da FCDEF-UC, declaro por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de março de 2009).

Data: _____ / _____ / _____

Assinatura: _____

Citação Bibliográfica:

Pimentel, R. (2016). *Relatório de Estágio Pedagógico*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Agradecimentos

Aos meus pais, por todo o apoio e sacrifícios realizados em para que pudesse alcançar os meus objetivos. À minha mãe que foi um pilar durante estes cinco anos e ao meu pai por ser um exemplo e modelo a seguir. E à minha irmã que esteve sempre presente durante todo este processo. Sem vós nada disto seria possível.

À minha namorada pelo carinho, apoio, amor e amizade durante toda a minha formação académica, sendo um apoio incondicional durante todo o processo.

À minha família (avós, tios e primos) pelo apoio e motivação que me deram.

Aos amigos dos Açores que apesar da distância, mostraram sempre o seu apoio e apoiaram-me naquilo em que lhes foi possível, onde a distância não afetou as nossas amizades.

Às amigadas que levo de Coimbra, sem vocês todo este processo e adaptação seriam mais difíceis.

Aos meus colegas de estágio, Luís Tasquinha, Ricardo Carvalho e Suzi Souza pela amizade, apoio e camaradagem durante este ano de estágio, sendo essenciais para uma fácil adaptação a um novo meio.

Ao professor Cláudio Sousa, orientador da escola, pela disponibilidade, dedicação e amizade diária durante o estágio, sendo um transmissor de conhecimentos e aprendizagens.

Ao professor Paulo Nobre, orientador da Faculdade, pela orientação e dedicação, sendo também um transmissor de aprendizagens, essencial para o meu desenvolvimento.

A todos os envolvidos no contexto escolar da Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte, pela receção e disponibilidade durante este ano.

Aos docentes da Faculdade de Ciências do Desporto e da Escola Superior de Educação de Coimbra, pela transmissão de conhecimentos, que me auxiliaram na prática pedagógica.

Às pessoas envolvidas no União de Coimbra e no Clube de Atletismo da Marinha Grande, por me ter sido dada a oportunidade de trabalhar convosco, onde adquiri novas aprendizagens e cresci a nível pessoal e profissional.

Finalmente à turma F do 10º ano pelo trabalho desenvolvido durante todo o ano e pelos momentos partilhados. Continuem a crescer e a ser quem são.

A todos vós um muito obrigado, sem vocês nada disto seria possível!

Resumo

Este relatório visa apresentar uma análise reflexiva acerca do trabalho desenvolvido ao longo do estágio curricular desenvolvido na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte com a turma do 10ºF.

O Relatório apresenta um percurso que procurou a melhoria das competências da prática pedagógica, com o objetivo de encontrar estratégias facilitadoras do processo de ensino-aprendizagem, processo este que deve estar centrado nos alunos, uma vez que são considerados o objeto principal de todo este processo.

Para uma melhor compreensão do processo ensino-aprendizagem foi realizado um estudo designado de *“Influência das demonstrações no processo de ensino-aprendizagem”*. Para tal foi aplicado um questionário fechado de uma amostra de 164 alunos do ensino secundário, realizando posterior análise dos resultados obtidos. Os resultados mostram que os alunos do ensino secundário da Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte, pertencente ao Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, preferem uma demonstração realizada pelos professores, após a explicação, além de outras preferências específicas.

Para além de impulsionar novas investigações e conclusões, este estudo contribui para uma melhor compreensão da realidade da comunidade escolar no contexto da disciplina de educação física, permitindo assim, uma melhor compreensão sobre a forma como os alunos aprendem melhor, facilitando o processo de ensino-aprendizagem.

Palavras-Chave: Educação Física, estágio pedagógico, análise reflexiva, demonstrações.

Abstract

The goal of this report is to present a reflective analysis about learning and work developed along the pedagogical internship developed with 10^oF class at Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, during 2015-2016. The internship relates to the practicum of the Master's Degree in Physical Education Teaching at Elementary and Secondary school.

This report demonstrates a training itinerary, which sought to improve our pedagogical practice competence, searching for effective strategies of teaching and learning process, viewed as a student-centred process.

For a better understanding of the teaching-learning process a study was conducted about the theme *"Influence of demonstrations in the teaching-learning process in Physical Education classes"*.

Data were collected using a closed questionnaire within a sample of secondary students. Analysis of data revealed that these students prefer demonstration after explanation, carried out by the teacher, and other specific preferences for this teaching level.

This study contributes to a better understanding of the reality of the school community in the context of Physical Education discipline, providing a better understanding of how students learn best by facilitating the teaching-learning process.

Keywords: *physical education, teaching practice, reflective analysis, demonstrations.*

Índice

Introdução.....	1
Capítulo I - Contextualização da prática desenvolvida	3
1. Expectativas iniciais	3
2. Fragilidades iniciais.....	3
3. Caraterização do contexto	5
3.1. Caraterização da escola	5
3.2. Caraterização do grupo disciplinar de Educação Física.....	8
3.3. Caraterização do Núcleo de Estágio em Educação Física (NEEF).....	8
3.4. Caraterização da Turma – 10ºF	9
Capítulo II - Análise reflexiva sobre a prática pedagógica	11
1. Planeamento	11
1.1. Plano anual	12
1.2. Unidades Didáticas.....	14
1.3. Plano de aula	17
2. Realização.....	19
2.1. Dimensão instrução	19
2.2. Dimensão gestão	22
2.3. Dimensão clima.....	23
2.4. Dimensão disciplina	24
2.5. Decisões de ajustamento	25
2.6. Observações das aulas.....	26
3. Avaliação.....	27
3.1. Avaliação diagnóstica (AD).....	29
3.2. Avaliação formativa (AF)	30
3.3. Avaliação sumativa (AS)	30
3.4. Auto e Heteroavaliação	32
3.5. Critérios de avaliação	32

4. Prática pedagógica supervisionada	33
5. Componente ético-profissional	34
5.1. Comunidade escolar.....	35
5.2. Núcleo de estágio e grupo disciplinar.....	35
5.3. Turma.....	35
6. Questões dilemáticas.....	36
Capítulo III - Aprofundamento do Tema-Problema: Influência das demonstrações no processo de ensino aprendizagem.....	39
1. Introdução	39
2. Enquadramento Teórico.....	39
3. Objetivos do estudo.....	42
4. Metodologia	42
4.1. Amostra.....	44
5. Tratamento de dados	46
6. Apresentação de resultados.....	47
6.1. Opinião sobre a disciplina de Educação Física.....	47
6.2. Tipos de demonstrações experienciadas pelos alunos nas aulas de Educação Física	49
6.3 Preferências dos alunos relativamente às demonstrações nas aulas de EF.....	54
6.4. Forma de demonstração associada a uma melhor aprendizagem	59
7. Discussão de resultados	59
7.1. Opinião dos alunos sobre a disciplina de Educação Física.....	60
7.2. Tipo de demonstrações experienciadas nas aulas de Educação Física	60
7.3. Modo de demonstração associada pelos alunos a uma melhor aprendizagem	60
8. Conclusão do tema-problema.....	61
Conclusão.....	61
Referências bibliográficas.....	63
Anexos	0

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Quadro de Pessoal Docente.....	6
Tabela 2 - Quadro de Pessoal Não Docente	6
Tabela 3 - Meio Escolar	7
Tabela 4 - Horários de Funcionamento da Escola.....	8
Tabela 5 - Avaliação Diagnóstica - 10°F.....	10
Tabela 6 - Elementos do Currículo.....	15
Tabela 7 - Conversão de registos de avaliação.....	31
Tabela 8 - Critérios de avaliação I.....	33
Tabela 9 - Critérios de avaliação II	33
Tabela 10 - Alunos a inquirir.....	44
Tabela 11 - Amostra Ensino Secundário	44
Tabela 12 - Legendas de siglas.....	44
Tabela 13 - Relação de frequências e percentagens	59

Índice de Gráficos

Gráfico 1 - Caraterização da Amostra	45
Gráfico 2 - Distribuição dos alunos por género e nível de proficiência	45
Gráfico 3 - Distribuição da amostra por anos de escolaridade	46
Gráfico 4 - Gosto pela disciplina de EF	47
Gráfico 5 - Importância atribuída à EF.....	47
Gráfico 6 - Autoavaliação a EF	48
Gráfico 7 – Demonstração pelo professor	49
Gráfico 8 – Demonstração pelo aluno+	49
Gráfico 9 - Demonstração pelo Aluno-	50
Gráfico 10 – Demonstração antes da explicação.....	50
Gráfico 11 – Demonstração depois da explicação.....	51
Gráfico 12 - Demonstração para a turma.....	51
Gráfico 13 Demonstração para um grupo.....	52
Gráfico 14 - Demonstração para um aluno.....	52
Gráfico 15 - Antes da realização do exercício.....	53
Gráfico 16 - Durante a realização do exercício	53
Gráfico 17- Depois da realização do exercício.....	53

Gráfico 18 - Demonstração pelo professor	54
Gráfico 19 - Demonstração pelo aluno+	54
Gráfico 20 - Demonstração pelo aluno-	55
Gráfico 21 - Demonstração antes da explicação	55
Gráfico 22 - Demonstração depois da explicação.....	56
Gráfico 23 - Demonstração para a turma	56
Gráfico 24 - Demonstração para um grupo.....	57
Gráfico 25 - Demonstração para um grupo.....	57
Gráfico 26 - Antes da realização do exercício	58
Gráfico 27 – Durante a realização do exercício	58
Gráfico 28 - Depois da realização do exercício	58
Gráfico 29 - Perfil_Demonstrações_Aluno.....	59

Lista de abreviaturas e siglas

AD: Avaliação Diagnóstica

AF: Avaliação Formativa

AS: Avaliação Sumativa

DI: Desportos Individuais

FCDEF: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

JDC: Jogos Desportivos Coletivos

NEEF: Núcleo de Estágio em Educação Física

NEF: Necessidades Educativas Especiais

PFI: Plano de Formação Individual

PNEF: Programa Nacional de Educação Física

UC: Universidade de Coimbra

UD: Unidade(s) Didática(s)

Introdução

O presente relatório de estágio insere-se na unidade curricular de Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade de Coimbra e constitui uma análise crítica sobre o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo 2015/2016 na turma do 10ºF, da Escola Engenheiro Acácio Calazans Duarte, na Marinha Grande.

O seguinte documento tem como principal objetivo a realização de uma análise reflexiva sobre o trabalho desenvolvido a longo do Estágio na turma do 10ºF, da Escola Engenheiro Acácio Calazans Duarte, na Marinha Grande.

O relatório de estágio será dividido em três capítulos principais. O primeiro capítulo diz respeito à contextualização da prática desenvolvida, onde serão abordados temas como as expectativas iniciais, fragilidades e uma breve caracterização do contexto envolvente. No segundo capítulo será feita uma análise reflexiva e crítica sobre as práticas pedagógicas que foram postas em prática ao longo do período de estágio. O último capítulo é dedicado ao estudo do Tema-Problema “Influência das demonstrações no processo de ensino-aprendizagem”. Através do aprofundamento do Tema-Problema pretende-se: a) perceber qual a opinião dos alunos mais e menos proficientes em relação à disciplina de Educação Física; b) perceber quais as experiências vivenciadas pelos alunos nas aulas de Educação Física; c) perceber o aluno considera aprender melhor. Após a análise destas variáveis conseguimos perceber que a demonstração realizada pelo professor é o modelo mais utilizado pelos professores, indo em concordância com as preferências dos alunos. De referir também que era de esperar que os alunos que os alunos que têm piores notas à disciplina realizassem uma autoavaliação mais negativa, mas como a percentagem é baixa, pode nos levar a crer que esses alunos podem não ter a perceção correta sobre o seu desempenho à disciplina.

Neste sentido, o presente estudo pode dar um contributo para uma melhor compreensão acerca do perfil de demonstração que elegem como o mais adequado.

Capítulo I - Contextualização da prática desenvolvida

1. Expectativas iniciais

Numa fase inicial o estágio foi encarado como um dos maiores desafios que se pode encontrar, seja ele profissional ou pessoal. A escolha por este mestrado tornou-se a mais acertada uma vez que, desde muito cedo, foi uma meta a atingir pelo fato da interação e o trabalho realizado com crianças e jovens em outros contextos sempre despertou interesse, curiosidade e vontade de continuá-lo a fazer. Esse contato surgiu através de experiências como treinador de voleibol e futebol em escalões de formação e ainda organização de torneios das mais diversas modalidades.

Apesar do contato com crianças e jovens desde cedo, surgem sempre dúvidas e inseguranças uma vez que os contextos mudam e a motivação para a prática desportiva em muitos dos casos é distinta, onde é necessário encontrar novas estratégias para motivar os alunos à prática regular de atividade física, seja no contexto escolar (Educação Física ou Desporto Escolar), ou num contexto extraescolar.

Sabendo que seria um ano de muito trabalho, esforço e dedicação, também é sabido que seria um ano muito rico em termos de conhecimentos e competências adquiridas para a prática futura da profissão, tendo assim sido possível adquirir uma bagagem incrível de conhecimentos a diversas áreas de estudo.

Como anteriormente referido pretende-se que o estágio ofereça conhecimentos práticos do processo de ensino-aprendizagem, que possibilitarão uma intervenção pedagógica positiva e competente no futuro.

2. Fragilidades iniciais

Após terem sido lecionadas as primeiras aulas existem algumas fragilidades e erros apontar, sendo que a maioria destes deve-se à falta de experiência profissional. O planeamento da aula, a condução da mesma, o registo da avaliação são considerados obstáculos que foram ultrapassados com o decorrer do ano letivo e com as competências adquiridas, não só no desenrolar das aulas mas também através do *feedback* dado pelo orientador e pelos colegas. As reflexões pessoais elaboradas acerca de cada aula foram também um elemento que possibilitou o crescimento pessoal e profissional.

O Plano de Formação Individual (PFI) permitiu-nos identificar as principais fragilidades no desempenho da docência da educação física, identificando a falta de

experiência no contexto escolar, dificuldades no planeamento das aulas e das Unidades Didáticas (UD), dificuldades em conduzir a aula e a turma de forma eficiente, não conseguindo dinamizar o espaço de aula. Um dos principais obstáculos foi o tempo, pertinência e qualidade do *feedback* pedagógico, onde na maioria das vezes o ciclo do *feedback* não era concluído.

Uma das principais dificuldades encontradas no início do Estágio foi o fato de este ser o primeiro ano que realizam Estágios na presente escola, apesar do orientador já exercer estas funções há algum tempo, numa escola e num contexto diferente. Esta dificuldade acabou por interferir, de certa forma, na compreensão do funcionamento da escola no que concerne à disciplina de educação física. Um novo contexto escolar e social foi outro dos obstáculos encontrados, tendo que haver uma adaptação no que diz respeito ao contexto social que a escola está inserida.

Anastasiou (2003) define o processo de ensino-aprendizagem como “uma prática social complexa, efetivada entre os sujeitos, professor e aluno, englobando tanto ação de ensinar quanto a de apreender” (p. 3).

Para que possamos ter uma melhor compreensão do processo de ensino-aprendizagem é imprescindível ter em conta o planeamento, a realização/condução da aula e a avaliação. Desta forma será realizada uma reflexão sobre as dificuldades sentidas nestes três pontos. No que concerne ao planeamento, as maiores dificuldades surgiram na planificação e na extensão dos conteúdos a abordar em determinadas UD, principalmente no início do ano letivo, onde foi abordado o Atletismo, sendo uma modalidade que abrange várias disciplinas e para cada uma delas teria de haver uma seleção lógica e objetiva dos conteúdos. Abordando ainda o ponto do planeamento, passou pela construção do plano de aula, onde foram sentidas dificuldades na justificação do plano de aula e planeamento da mesma, uma vez que era necessário dar uma sequência lógica aos exercícios que seriam abordados durante a aula, com a devida explicação, e ilustração dos mesmos. Essas dificuldades foram sendo colmatadas ao longo do tempo, através da experiência adquirida com a lecionação de aulas e após a recolha e análise de informações acerca do nível de proficiência de cada aluno. No que diz respeito à realização/condução da aula, as maiores dificuldades sentidas debruçaram-se sobre a dinâmica das aulas, a ocupação dos espaços por parte do professor relativamente aos alunos, rentabilização dos espaços utilizados e qualidade e pertinência do *feedback*. Numa fase inicial tornou-se difícil gerir todos os parâmetros uma vez que a turma é extensa (vinte e nove alunos), dificultando a execução de determinados exercícios e ocupação dos espaços, sendo necessário criar várias estações de trabalho para não haver muito tempo de espera durante os

exercícios, o que dificulta a tarefa de um professor inexperiente, que pode perder o controlo da turma e por muitas vezes isso leva a não dar *feedback* aos alunos nos momentos mais adequados. Abordando o último ponto, a avaliação, as maiores dificuldades sentidas centraram-se no registo da mesma, sem conseguir conciliar com a condução da aula, uma vez que era despendido muito tempo para o registo, principalmente numa fase inicial, por não haver um conhecimento solidificado acerca dos alunos. Para além disso, as folhas de registo de Avaliação Diagnóstica (AD) e Avaliação Sumativa (AS) eram muito extensas, contendo vários objetivos e conteúdos, tornando o registo irrealista e pelo fato de ser necessário realizar mais observações do que aquelas que eram desejáveis, dificultando assim, o processo de avaliação e de condução da aula. Com o passar do tempo e a experiência adquirida essas mesmas folhas de registo foram-se tornando mais simples, onde houve uma melhor seleção dos conteúdos a avaliar, sendo assim mais fácil de colocar em prática, dado que eram definidas metas em cada momento da avaliação. Outro fator que dificultou o trabalho desenvolvido no decorrer do estágio foram as condições climatéricas, sempre que estas se encontravam adversas não era possível usufruir de alguns espaços do contexto desportivo, sendo o ginásio o único espaço onde se poderia lecionar aulas de forma prática. Face esta situação optou-se por outra estratégia, sendo ela, a lecionação de aulas teóricas.

3. Caraterização do contexto

3.1. Caraterização da escola

A Escola Secundária Calazans Duarte tem uma origem que remonta ao século XVIII, com a instalação da Fábrica de Vidro na Marinha Grande, pelo inglês Guilherme Stephens. Em 1920 é criada a Escola de Vidreiros, que o Eng^o Calazans Duarte, então Administrador da mesma Fábrica, transforma na Escola Industrial de Guilherme Stephens, inaugurada em Março de 1925. Após várias alterações do contexto escolar em que a escola se encontrava inserida em 1991, foi-lhe atribuído um patrono à escola, nascendo então o nome que hoje tem: Escola Secundária Eng^o Acácio de Calazans Duarte. Atualmente a Calazans é a sede do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente que é constituída por três escolas do ensino pré-escolar, três escolas que têm no seu plano de estudos o ensino pré-escolar e o 1^o ciclo do ensino básico (CEB), três escolas do 1^oCEB, uma escola que abrange os três ciclos de ensino do CEB e uma escola secundária (Engenheiro Acácio Calazans Duarte).

A escola fica situada na Rua Professor Alberto Nery Capucho, no concelho de Marinha Grande, situado no distrito de Leiria.

A Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte é constituída por um total de 143 docentes, divididos por cinco departamentos curriculares, onde se inserem os departamentos de Línguas, Ciências Sociais e Humanas, Matemática e Ciências Experimentais, Expressões e Técnicos Especializados. A escola conta ainda com 41 funcionários não docentes divididos por três departamentos, contando com Assistentes Operacionais, Assistentes Técnicos e Técnicos Superiores (tabelas 1 e 2).

Pessoal Docente			
DEPARTAMENTOS CURRICULARES	GRUPOS DISCIPLINARES	NÚMERO DE PESSOAL	TOTAL DE DEPARTAMENTO
Línguas	Grupo 300 - Português	19	33
	Grupo 330 - Inglês	10	
	Grupo 350 - Espanhol	4	
Ciências Sociais e Humanas	Grupo 290 – Religião Moral e Católica	1	24
	Grupo 400 - História	6	
	Grupo 410 - Filosofia	8	
	Grupo 420 - Geografia	4	
	Grupo 430 – Economia e Contabilidade	5	
Matemática e Ciências Experimentais	Grupo 500 – Matemática	14	49
	Grupo 520 – Biologia e Geologia	12	
	Grupo 530 – Educação Tecnológica	6	
	Grupo 540 – Eletrotecnia	4	
	Grupo 550 – Informática	4	
Expressões	Grupo 600 – Artes Visuais	6	20
	Grupo 620 – Educação Física	14	
Técnicos Especializados	-	17	17
Total			143

Tabela 1 - Quadro de Pessoal Docente

Pessoal Não Docente	
DEPARTAMENTO	NÚMERO DE PESSOAL
Assistentes Operacionais	22
Assistentes Técnicos	13
Técnicos Superiores	6
Total	41

Tabela 2 - Quadro de Pessoal Não Docente

Esta escola no presente ano letivo apresenta-se com 1330 alunos distribuídos por dois ciclos de ensino e quatro anos de escolaridade. No 3º ciclo de ensino a escola apresenta-se somente com o 9º ano de escolaridade, fazendo parte deste ciclo 220 alunos, distribuídos por

oito turmas. No que diz respeito ao ensino secundário a escola apresenta 55 turmas com 1074 alunos com uma média aproximada de 20 alunos por turma. A junção destes dois ciclos perfaz um total de 65 turmas e 1330 alunos, como referido anteriormente (tabela 3).

Anos escolares	N.º de Turmas	N.º Alunos
9º	10	226
10º	15	335
11º	15	317
12º	16	308
Vocacional	9	114
Noturno	1	30
Total	48	1330

Tabela 3 - Meio Escolar

A escola conta ainda com uma variedade de espaços, infraestruturas e serviços, que estão ao dispor da comunidade escolar, desde biblioteca, bar, refeitório, papelaria, entre outros. Quanto aos espaços desportivos propriamente ditos, a escola conta com três espaços diferenciados dentro da escola e mais três espaços fora da mesma, colocando assim quatro espaços para realizar o *Roulemant*. Usufruindo de um Polivalente onde se podem lecionar as mais variadas modalidades coletivas e/ou individuais. Havendo um ginásio onde podem ser abordadas todas as disciplinas da ginástica, assim como, escalada, danças, lutas e *badminton*. Um relvado que tem presente, duas balizas e quatro tabelas de basquetebol onde se podem abordar as modalidades de futsal, basquetebol e andebol. No que diz respeito ao exterior contamos com mais três diferenciados, sendo eles o Campo Municipal da Marinha Grande, onde podemos abordar as mais diversas disciplinas do Atletismo. O Clube de Ténis da Marinha Grande é composto por 5 *courts* de ténis onde é abordada a modalidade e por fim temos o parque que é composto por 2 campos de futsal e uma área muito abrangente onde podemos trabalhar ainda algumas disciplinas do Atletismo.

A escola apresenta ainda o seguinte horário de funcionamento (tabela 4):

Serviços	Horários
Direção Executiva	8h.30 às 12h.30 14h.30 às 17h.00
Secretaria	9h.00 às 16.00h
Serviço de Psicologia e Orientação	09h30 às 17h
Biblioteca / Mediateca	8h.30 às 16h.40
Papelaria	8h.15 às 12h.00 13h.00 às 16h.30
Reprografia	8h.00 às 17h.15
Refeitório	12h.20 (2º e 3º Ciclo)
Bar dos Alunos	9h.00 às 12h.00 14h.00 às 16h.50
Período de Aulas	8h.30 às 23h.00

Tabela 4 - Horários de Funcionamento da Escola

A escola apresenta-se num bom meio envolvente, onde existem muitos espaços verdes e desportivos dentro e fora da escola.

3.2. Caracterização do grupo disciplinar de Educação Física

O grupo disciplinar (620) de Educação Física integrado no Departamento de Expressões, é composto por um total de 14 professores, onde 8 professores fazem parte do quadro do agrupamento, 2 do quadro de zona pedagógica e 4 são professores estagiários. Ao longo de todo o estágio foram desenvolvidas relações pessoais com todos os docentes do grupo disciplinar, com o objetivo de adquirir novos conhecimentos e novas aprendizagens.

3.3. Caracterização do Núcleo de Estágio em Educação Física (NEEF)

Como referido anteriormente o NEEF é composto por quatro estagiários, onde cada um era responsável por lecionar aulas a uma turma. Onde os estagiários Luís Tasquinha e Ricardo Carvalho, leccionavam aulas no 3º ciclo do ensino básico, às turmas do 9ºC e 9ºD, respetivamente. Sendo que os estagiários Ricardo Pimentel e Suzi Sousa leccionavam aulas no ensino secundário, nas turmas do 10ºF e 10ºH, respetivamente.

Sendo parte integrante ainda o professor orientador Cláudio Sousa, como titular das turmas acima referidas e responsável pela leção de aulas à turma do 9ºE do 3º ciclo do ensino básico. Foi também responsável por inúmeros momentos de aprendizagem, para todos os estagiários, através do *feedback* fornecido ao longo do presente ano letivo.

Apesar da boa relação existente dentro do NEEF, em algumas situações, o mesmo não soube trabalhar em sintonia. Posto isto, é de salientar que quando necessário, parte do NEEF

mostrou-se unido e empenhado em realizar todas as tarefas que devem ser cumpridas no decorrer do estágio. Por questões profissionais e/ou pessoais nem sempre foi possível realizar as reuniões de núcleo, onde semana após semana tivemos que adaptar as datas dessas mesmas reuniões, consoante a disponibilidade do NEEF. As reuniões realizadas serviam para discutir diversos assuntos acerca do estágio, tais como, planeamento de aulas e atividades a desenvolver pelo NEEF, realização e avaliação das mesmas, sendo um espaço de reflexão e de aprendizagem.

3.4. Caracterização da Turma – 10ºF

Neste ponto será realizada uma breve caracterização da turma F, do 10º ano de escolaridade, tendo como principal objetivo a identificação das práticas e gostos desportivos, assim como, situações que possam influenciar/condicionar uma prática regular de atividade física.

Os alunos que estavam matriculados na disciplina de Educação Física preencheram uma ficha de caracterização realizada pelo NEEF, que visava identificar as práticas desportivas dos alunos, situação familiar, problemas de saúde, entre outras. De salientar que uma aluna não estava presente no dia do preenchimento da ficha.

A turma iniciou o ano letivo com vinte e nove alunos, sendo que, ainda no início do 1º período, um aluno mudou de área e no fim do mesmo, a turma recebeu uma aluna vinda de outra área de estudos, dessa forma é necessário referir que os dados aqui apresentados abrangem o aluno inicialmente matriculado na turma, não fazendo parte a aluna posteriormente matriculada nem a aluna que faltou, como acima referido.

A turma conta então com dezanove alunos do sexo feminino (65, 52%) e dez alunos do sexo masculino (34,48%). Até à data de preenchimento da ficha de caracterização a turma tinha as idades compreendidas entre os catorze e os dezassete anos, uma vez que dois alunos tiveram pelo menos uma retenção durante o percurso escolar ou mudaram de área de ensino.

Relativamente aos alunos com necessidades educativas especiais (NEF), a turma conta somente com um aluno NEF que apresenta uma disortografia e dislexia muito grave. Relativamente às limitações por parte de alunos à disciplina de Educação Física, uma aluna apresenta atestado médico devido a um problema nas rótulas, impossibilitando a aluna de realizar Educação Física em modalidades que impliquem muito carga nessa zona. Em relação a outros problemas de saúde 20,69% dos alunos apresentam problemas visuais, 13,79% problemas respiratórios, 27,59% problemas relacionados com alergias e 3,45% refere sofrer de outro problema, mais propriamente, otite.

No que concerne à prática desportiva, é preocupante perceber que 37,93% é totalmente sedentário, não tendo qualquer prática desportiva semanal fora da escola. Importante perceber que 31,03% pratica desporto quatro ou mais vezes por semana e 31,04% pratica entre uma a três vezes por semana.

Abordando as práticas desportivas dos alunos percebemos que a modalidade mais praticada pelos alunos, de forma federada, é o futebol (5), seguida pela natação (4) e pelo andebol (3), é de salientar que dez alunos não praticam ou nunca praticaram qualquer tipo de modalidade a nível federado. Relativamente às práticas que os alunos tiveram nas aulas de Educação Física, as modalidades que os alunos apresentam um maior gosto são: a) voleibol (21); b) basquetebol e andebol (20). No que concerne às modalidades que os alunos indicam ter mais dificuldades temos a ginástica (13), o futsal (6) e a dança (5).

Através das Avaliações Diagnósticas realizadas à turma F do 10º ano, pretende-se realizar uma caracterização em relação ao desempenho inicial dos alunos. A AD das diferentes UD foram realizadas no decorrer do ano letivo 2015/2016. Apresentamos de seguida uma tabela representativa dos resultados obtidos pelos alunos nas diferentes AD realizadas. Estando organizada por matérias e pelos níveis do PNEF. Para além dos níveis do PNEF foi necessário colocar um nível pré-introdutório, uma vez que alguns alunos não apresentam os pré-requisitos necessários para estar inseridos no nível introdutório. A criação deste nível tornou-se necessária para poder definir metas e objetivos de uma forma mais eficaz para os alunos que encontravam-se neste nível (tabela 5).

Unidade Didática	Nível					
	Segundo PNEF	Pré-Introdutório	Introdutório	Elementar	Avançado	NR
Atletismo I	Parte Avançado	5	4	5	9	6
Atletismo II	Parte Avançado	6	9	3	8	3
Atletismo III	Parte Avançado	5	10	5	7	2
Voleibol	Parte Avançado	5	7	9	6	2*
Basquetebol	Parte Avançado	5	9	6	8	1
Ginástica Acrobática	Elementar	-	-	-	-	29
Ténis	Elementar	-	-	-	-	29
Andebol	Elementar	3	5	9	7	5
Futsal	Parte Avançado	1	10	9	5	4
Escalada	Elementar	-	-	-	-	29
Judo	Elementar	-	-	-	-	29

Tabela 5 - Avaliação Diagnóstica - 10ºF

É de referir que não foi realizado qualquer registo de AD nas UD de ginástica acrobática, ténis, escalada e judo, por ser a primeira vez que a maioria da turma iria ter contato com qualquer uma das modalidades acima referidas, de tal forma, os alunos não tinham um *background* de habilidades motoras dessas modalidades. Sendo a estratégia adotada a introdução das modalidades.

Capítulo II - Análise reflexiva sobre a prática pedagógica

O processo de ensino-aprendizagem é composto de quatro elementos – o professor, o aluno, o conteúdo e as variáveis ambientais (características da escola). (Moreira, 1986, citado por Santos, 2001),

Segundo Aranha (2005) o processo de ensino-aprendizagem caracteriza-se pela interação recíproca e interdependente da relação pedagógica entre professores e alunos, onde o primeiro tem a responsabilidade de estruturar os conteúdos e as estratégias a utilizar, enquanto o segundo deve apropriar-se deles de forma proactiva e dinâmica.

Desta forma, para que se possa dar uma sequenciação lógica ao processo de ensino-aprendizagem, é necessário respeitar três etapas, nomeadamente o planeamento, a realização e a avaliação, sendo necessário planejar um conjunto de tarefas para que se possa colocar em prática (realização), sendo a avaliação essencial para que se possa redirecionar o ensino e/ou perceber se através dos métodos utilizados estamos a atingir as tarefas propostas.

1. Planeamento

“o ciclo de ação do professor não deve limitar-se a uma pretensa preparação direta e à realização das aulas; deverá sim assumir as tarefas de planificação, de realização, de análise e avaliação do ensino, isto é, as tarefas componentes da sua actuação como num ciclo contínuo”

(Bento, 1998, p.25)

Pretende-se que o planeamento da prática pedagógica possa ser um documento orientador de todo o processo educativo. Esse planeamento centra-se na análise do programa de ensino onde é necessário definir prioridades, consoante as necessidades dos alunos, determinando meios e recursos necessário para se alcançar os objetivos propostos. Para tal, o professor deve fazer uma análise da planificação central e adaptá-la à realidade/contexto escolar em que está inserido. Segundo Bento (1998, p.22) a abordagem «clássica» do planeamento rege-se pela seguinte ordem: formulação de objetivos de ensino; escolha da matéria de ensino/aprendizagem; estabelecimento das formas de organização do ensino; determinação de métodos e do conteúdo do controlo e avaliação.

De salientar, que o planeamento segue três diferentes níveis consoante a tomada de decisão e a reflexão realizada. O nível I refere-se a tomadas de decisão realizadas a longo prazo (plano anual de turma); o nível II diz respeito a decisões tomadas a médio prazo (unidades didáticas); e o nível III a decisões a curto prazo (planos de aula). Sendo essencial que o seja criativo e dinâmico na procura de soluções a problemáticas que possam surgir durante o planeamento. Segundo Siedentop (1998), a conceção pessoal que cada professor possui sobre a Educação Física, a natureza da instituição local, o material/espço de aula, o programa educativo da escola e as características dos alunos, devem ser tidas em causa para essa tomada de decisão.

1.1. Plano anual

Bento (1998) afirma que a elaboração do plano anual constitui o primeiro passo para o planeamento e preparação do ensino, devendo ser um plano exequível, didaticamente exato e rigoroso, devendo orientar para o essencial e tendo como as indicações pragmáticas (Programa Nacional de Educação Física (PNEF)), tendo em conta a turma (caraterísticas dos alunos) e a escola (meio e espaço que está inserida).

Para tal é imprescindível a realização de trabalhos preparatórios, nomeadamente o estudo e análise do PNEF, análise da turma e estudo dos recursos espaciais, temporais e materiais. Assim, para a realização do plano anual foi tido em conta o contexto em que a escola está inserida, O PNEF, tendo em conta os objetivos e conteúdos a abordar, conhecimento da turma, no que concerne, às aprendizagens adquiridas e/ou por adquirir, analisar o calendário escolar com o intuito de perceber o número de aulas a lecionar durante o ano letivo e por período, o *roulement* de espaços, percebendo quais as modalidades a abordar durante cada rotação consoante o espaço e recurso em que nos encontramos. Através desta análise pretende-se realizar a estruturação do plano anual, visando a rentabilização das aprendizagens dos alunos no final do ano letivo.

A escola onde foi realizado o estágio, tem definido, para cada ano de escolaridade um conjunto de matérias fixas a abordar, nomeadamente o Voleibol, a Ginástica e o Atletismo, de salientar que por uma questão de logística, todos os docentes de EF deveriam abordar a modalidade de Voleibol na sua primeira passagem pelo polivalente. Sendo que, encontrava-se previamente definido as matérias que poderiam ser abordadas em cada um dos espaços. Como a rotação dos espaços estava definida para ser realizar de três em três semanas (1º Período) e depois de quatro em quatro semanas (2º e 3º Períodos), tornou-se mais fácil a realização do plano anual, uma vez que permitia-nos lecionar toda a UD sem interrupções, onde poderíamos

abordar os conteúdos de forma lógica, sequencial e contínua, promovendo as aprendizagens dos alunos. Desta forma foi realizada a planificação para a turma F do 10º ano, onde ao longo da sua operacionalização e execução foi sofrendo os devidos ajustes, onde foram lecionadas duas aulas de apresentação, duas aulas direcionadas a realização da bateria de testes *Fit Escola*, dezoito aulas de Atletismo, dezasseis de Voleibol e dezasseis de Basquetebol, durante o 1º Período. Relativamente ao 2º Período foram lecionadas doze aulas de Ginástica Acrobática, catorze de Ténis e dezasseis de Andebol. Por fim, no 3º Período foram lecionadas catorze aulas de Futebol, dezasseis aulas de multimatéria onde foram abordadas as modalidades de Escalada e Judo, duas aulas para a realização de um teste teórico e autoavaliação e duas aulas para a realização do teste vaivém da bateria de testes *Fit Escola*, perfazendo um subtotal de cinquenta e quatro aulas no 1º Período, quarenta no 2º Período e trinta e quatro no 3º Período o que nos dá um total de cento e vinte e oito aulas lecionadas no presente ano letivo.

No que concerne à escolha das matérias a abordar, essa foi feita após análise de todas as rotações dos espaços e consequentes modalidades a abordar em cada um dos espaços disponíveis e pela análise dos interesses e dificuldades que os alunos sentiam em cada modalidade. Assim foi tomada a decisão de começar o ano letivo com a UD de Atletismo, visto que no primeiro *roulement* a turma ficou no espaço designado por Exterior, onde poderíamos usufruir do Estádio Municipal da Marinha Grande, do Clube de Ténis da Marinha Grande ou do Parque do Mártires. Após análise da localização destes espaços optamos por nos dirigir ao Estádio, por ser o espaço mais distante da escola. Outro dos fatores tidos em conta foi a questão das condições climáticas, que eram favoráveis às deslocações por estarmos no início do ano letivo. A segunda rotação passou pelo espaço Polivalente da escola onde abordamos a UD de Voleibol, sendo esta uma modalidade obrigatória no regulamento interno do grupo disciplinar de EF, tendo que ser lecionada na primeira passagem por este espaço, como referido anteriormente. A partir deste ponto ficou ao nosso critério escolher as restantes modalidades a abordar, respeitando as limitações e potencialidades dos espaços em que a turma situava-se. Assim, a última UD abordada no 1º Período foi a de Basquetebol, uma vez que o Relvado é o espaço mais favorável à prática da modalidade no que diz respeito aos recursos materiais. Relativamente ao 2º Período, uma vez mais as escolhas das modalidades a abordar centraram-se nos espaços em que a turma iria ter aulas em cada rotação do *roulement*, no regulamento de EF e nos interesses dos alunos, tendo em conta esses princípios a primeira modalidade a abordar neste período foi a Ginástica (Acrobática e Solo), optamos por abordar esta modalidade na primeira passagem pelo Ginásio, para que na

segunda passagem (3º Período) pudéssemos abordar as modalidades de Escalada e Judo, que implicam um maior risco onde deve haver uma maior confiança e segurança nos colegas e na relação professor-aluno, aluno-professor. De seguida a turma voltou ao primeiro espaço em que tinha começado o *roulement* (Exterior), desta forma optamos por abordar a UD de Ténis, respeitando assim o PNEF no que diz respeito a obrigatoriedade da lecionação de uma modalidade de raquetas, outro dos motivos para a escolha desta UD centrou-se pelo fato de a maioria dos alunos nunca ter praticado a modalidade, proporcionando-lhes uma nova experiência e habilidades a nível motor. A última UD lecionada no 3º Período foi o Andebol, a escolha desta UD centrou-se na abordagem aos Jogos Desportivos Coletivos (JDC), onde os alunos mostram-se mais motivados para a prática deste tipo de modalidades.

Por fim, a escolha da primeira UD a abordar no 3º Período (Futebol) centrou-se na motivação dos alunos para a prática e no espaço em que a turma encontrava-se. Relativamente às UD de Escalada e de Judo, optamos por realizar multimatéria para que os alunos estivessem em constante prática, uma vez que, se ficássemos limitados à UD de Escalada previa-se que haveriam muitos tempos “mortos” onde a maioria da turma não estaria em prática.

De referir que no 1º Período o número de aulas previstas e de aulas dadas, foi semelhante, não havendo necessidade de reajustar o planeamento. Relativamente ao 2º período houve um pequeno afastamento do planeamento devido às interrupções letivas, assim como no 3º Período, onde foi necessário, em ambos, realizar um ajustamento nas tarefas e objetivos a atingir. Ficando notório o fato de a realização deste tipo de documento é essencial para a orientação do processo de ensino-aprendizagem e que pode sofrer alterações/reajustamentos durante a sua aplicação, pelas mais variadas situações.

1.2. Unidades Didáticas

Segundo Bento (1998) as unidades didáticas constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem, deste modo, percebemos que a realização das UD serve como documento orientador do processo de ensino, relativamente a uma matéria e seus conteúdos e objetivos. É através da elaboração da UD que os docentes podem e devem ser criativos, sendo aqui que se processa grande parte do trabalho do docente. Bento (2003) defende que a planificação da UD não deve ser apenas uma distribuição da matéria de ensino pelo tempo disponível das aulas. A UD deve ser planificada com o objetivo de servir de base para a preparação das diferentes aulas.

Para que seja possível uma execução lógica de uma UD deve-se ter em conta os vários elementos do currículo, onde devemos dar resposta às finalidades/objetivos, conteúdos, estratégias, avaliação e recursos, respondendo a uma série de questões, como na tabela que se segue (tabela 6):

Elementos do Currículo	
Finalidades/ Objetivos	Para quê?
Conteúdos (conhecimentos, capacidades, atitudes)	O quê?
Estratégias	Como? Onde? Quando?
Avaliação	Como? Onde? Quando?
Tempo, espaço, recursos	Com o quê?

Tabela 6 - Elementos do Currículo

As UD's realizadas apresentam uma estrutura semelhante, tendo em conta a especificidade de cada modalidade. A parte inicial é conjunta ao NEEF, incidindo na apresentação e caracterização da modalidade a abordar, onde cada UD é composta por uma contextualização histórica da modalidade, seguindo-se a caracterização da mesma, sendo apresentadas as habilidades motoras a trabalhar e componentes táticas no caso dos JDC, abrangendo os recursos à disposição na escola, situações de aprendizagem/progressões pedagógicas, extensão de conteúdos e respetiva justificação, objetivos comuns a todas as áreas e objetivos específicos de cada modalidade a abordar, estratégias de avaliação e por fim uma reflexão sobre os trabalho desenvolvido a cada UD.

Como referido a avaliação é parte integrante da UD, sendo essencial no processo de ensino-aprendizagem, sendo através da avaliação, independentemente do seu momento, que iremos tomar decisões/ajustamentos, visando o melhoramento dos momentos de aprendizagem.

A AD teve um papel fundamental para a construção das diferentes UD, uma vez que foi através desta que foram definidos os métodos de intervenção, estratégias a utilizar e metas a atingir. A AD foi realizada no início de cada UD que os alunos já tivessem vivenciado em anos anteriores, não sendo aplicada em matérias que os alunos não tinham qualquer *background*, isto porque, como os alunos não têm qualquer conhecimento das habilidades motoras que vão ser abordadas, não tem os pré-requisitos base para que se possa realizar um registo fidedigno. O registo deste momento de avaliação foi realizado através de grelhas, com uma análise simples, pretendendo recolher dados sobre o nível inicial da turma, adequando os objetivos a cada modalidade. Com a posterior análise dos resultados objetivos eram tomadas as decisões relativamente à extensão de conteúdos a abordar no decorrer de toda a UD, essas

tomadas de decisão por vezes não foram fáceis uma vez que a turma era muito heterogénea, apresentando níveis de habilidades motoras muito diferenciadas, sendo necessário realizar um reajuste nas metas a atingir pela turma, onde tornou-se imprescindível criar condições de sucesso para os alunos com menos competências motoras e o inverso para os alunos mais habilidoso, com o objetivo de manter os alunos motivados para a prática desportiva.

Relativamente à avaliação formativa esta foi realizada com o objetivo de regular o processo de ensino-aprendizagem, para que fosse possível perceber se era necessário redirecionar o ensino e os conteúdos a abordar. O registo deste momento da avaliação no 1º período foi realizado somente na UD de Basquetebol, uma vez que a turma, de uma forma geral, apresentava-se num bom nível de desempenho, sendo necessário recorrer a este tipo de registo para o processo de ensino ser redirecionado. Nos seguintes períodos este tipo de registo foi realizado em todas as aulas, através do questionamento, esforço, empenho e superação de dificuldades, o que permitiu perceber se os alunos estavam a atingir os objetivos inicialmente propostos, no domínio psicomotor, assim como, no domínio cognitivo.

No que diz respeito à avaliação sumativa, esta era efetuada nas últimas aulas de cada UD, sendo este o último momento de avaliação. Com o objetivo de tornar o registo deste momento de avaliação fidedigno foi necessário realizar várias grelhas de observação, tendo em conta a modalidade que se ia avaliar, contendo conteúdos diferenciados. Inicialmente foi criada uma grelha que foi revista pelo professor orientador, e tornou-se transversal para todas as UD, realizando as devidas alterações para cada modalidade, onde foi utilizada uma escala quantitativa e alfabética, a variar entre C- a A+, onde C- e C diziam respeito ao nível pré-introdutório, C+, B- e B, correspondiam a nível introdutório, B+ e A- diziam respeito ao nível elementar e A e A+ correspondia ao nível avançado.

No final de cada UD era realizado um balanço final, onde era realizada uma reflexão sobre as decisões tomadas em todos os momentos do planeamento e nas várias dimensões da intervenção pedagógica, realizando assim uma análise/reflexão sobre o desempenho pedagógico em cada UD.

Desta forma, e como defende Bento (1998, p.75) os objetivos da UD só podem ser alcançados de forma gradual, existindo uma planificação bem inter-relacionada em todo o processo. Através desta planificação adquirimos um vasto leque de conhecimentos, uma vez que é necessário conseguir planificar os conteúdos a abordar adaptando-os ao nível da turma, só através disto é que podemos definir estratégias pedagógicas que vão ao encontro das necessidades dos alunos, adequando o processo de ensino-aprendizagem. O docente deve mostrar uma capacidade criativa e de adaptação relativamente aos métodos a utilizar nos

diferentes contextos, onde no decorrer de todas as UD foram utilizadas estratégias facilitadoras de aprendizagem, criando condições de êxito para os alunos, nomeadamente a criação de grupos heterogêneos ou homogêneos, progressões pedagógicas e diferenciação pedagógica, rentabilizando as aprendizagens dos alunos.

Ao longo da construção das diferentes UD foram sentidas várias dificuldades, que foram sendo ultrapassadas no decorrer do estágio pedagógico através da experiência adquirida, orientação do professor orientador e experiências trocadas com o NEEF. Essas dificuldades centravam-se essencialmente na extensão dos conteúdos a abordar e na seleção de estratégias para atingir os objetivos propostos.

1.3. Plano de aula

A preparação do plano de aula significa o último passo no planeamento e na preparação do ensino, sendo o planeamento a nível micro de toda a prática pedagógica. Os planos de aula surgem no seguimento daquilo que está previsto nas unidades didáticas e são a forma de o professor planear o meio de alcance dos seus objetivos junto com a turma, devendo por isso ser claros, objetivos e de fácil consulta.

No início do ano letivo o NEEF produziu, um modelo de plano de aula, que sofreu alterações e foi sendo melhorado, seguindo as orientações dos professores orientadores, com o objetivo de estruturar da melhor forma possível o plano de aula respondendo às logísticas de organização de uma aula de Educação Física.

Desta forma o plano de aula realizado pelo NEEF é composto por três tabelas, sendo que na primeira tabela em realizada a fundamentação do plano de aula, realizando uma justificação acerca das nossas escolhas em relação às tarefas a mobilizar, organização das mesmas, realizando ainda uma reflexão sobre o que se pretendia com cada tarefa mobilizada, sobre os estilos de ensino a mobilizar no decorrer da aula e que estratégias iriam ser utilizadas. Esta justificação seguia linhas orientadoras com o objetivo de ir ao encontro do que tinha sido previamente planeado nas UD. A segunda tabela era composta por dados gerais relativamente ao que se ia lecionar, sendo composta por, turma a que se aplica, data, hora, número total da aula, número de aula da UD, local onde a aula era lecionada, duração da aula, UD a que a aula dizia respeito, função didática a desenvolver, objetivos da aula, sumário e material necessário para o bom funcionamento da aula. A terceira tabela da aula vai ao encontro daquilo que Quina (2009) defende, onde refere que a aula é composta por três momentos articulados de forma coerente, sendo eles a parte inicial, a parte fundamental e a parte final. Para cada uma das partes apresentam-se os objetivos específicos do professor, a

descrição da tarefa, os critérios de êxito/componentes críticas e também estratégias/estilos de ensino. Cada tarefa tem ainda a sua duração no tempo total e parcial da aula. Para além disso foi ainda criada uma coluna de avaliação onde eram apontadas em que conteúdos a observação da avaliação iria centrar-se. No que diz respeito à parte inicial esta foi dividida em duas fases, uma de instrução inicial de forma verbal, onde eram apresentados os conteúdos a abordar na aula, seguindo-se da parte prática onde todos os exercícios realizados tinha como objetivo preparar os alunos para a prática desportiva, realizando sempre que possível e necessário tarefas que atuassem nos grupos musculares específicos de cada modalidade, facilitando assim a transição para a parte fundamental. É na parte fundamental/intermédia da aula que vão ser colocados em prática os conteúdos específicos a abordar em cada UD, visando a realização dos objetivos propostos. Para que aula fosse o mais dinâmica possível, rentabilizando o tempo de aula e as aprendizagens dos alunos, optamos por realizar exercícios simples e de fácil compreensão por parte dos alunos, privilegiando as transições rápidas entre tarefas. Uma das tarefas utilizadas era a utilização de exercícios realizados em aulas anteriores onde os alunos já sabiam o que era pretendido, criando assim rotinas com os alunos, facilitando os momentos de organização. Como referido o plano de aula deve ir ao encontro do que é proposto na UD, desta forma é necessário ter em conta a extensão de conteúdos. Como os alunos são o foco do processo de ensino-aprendizagem o plano de aula deve ter em conta o desempenho e a evolução do aluno, onde o professor deve criar condições para que o aluno chegue às metas propostas. A parte final da aula, assim como a parte inicial, era composta por duas fases. Onde os alunos eram responsáveis pela arrumação do material, realizando posteriormente uma análise/balanço final da aula, recorrendo a várias estratégias, como por exemplo, o questionamento.

Depois de planificada e lecionada a aula, era realizado uma reflexão acerca da nossa intervenção pedagógica, aferindo se os objetivos foram ou não conseguidos, se as tarefas tiveram sucesso ou não (justificando devidamente), sugerindo estratégias futuras e pontos a melhorar.

Durante o decorrer do estágio, foram sentidas várias dificuldades no planeamento das aulas, nomeadamente na seleção de tarefas a desenvolver com a devida justificação. Nem sempre foi fácil realizar ajustamentos em relação às tarefas propostas, onde estas poderiam não funcionar pelos mais variados motivos. Essas dificuldades foram sendo ultrapassadas através dos conhecimentos obtidos junto dos orientadores e colegas do NEEF, assim como, pela experiência obtida no desenrolar do estágio pedagógico.

2. Realização

“um professor eficaz conduz os seus estudantes de modo a diminuir as perturbações e a aumentar o tempo consagrado à aprendizagem. Se um professor não se preocupa nem tem por objetivo a aprendizagem dos seus estudantes, o seu papel circunscreve-se ao de um animador ou dinamizador de atividades desportivas convenientemente remunerado e, com sorte consegue que os estudantes se divirtam sem colocar em causa a sua integridade física.”

(Siedentop, 1998)

Para Siedentop (1983) destacam-se quatro dimensões, a instrução, a gestão, o clima e a disciplina. É através destas dimensões que vamos conduzir todo o processo de ensino-aprendizagem, com o objetivo de manter os alunos empenhados e a adquirir novas aprendizagens.

2.1. Dimensão instrução

Ribeiro (2013) define a instrução como os comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica que fazem parte do repertório do professor para informação substantiva, onde podemos englobar quatro formas distintas de instrução, sendo elas, a preleção, o questionamento, o *feedback* e a demonstração.

Segundo Ribeiro (2013), para que uma instrução seja eficaz, deve-se: diminuir o tempo passado em explicações na aula; acompanhar a prática subsequente ao *feedback*; aperfeiçoar o *feedback* pedagógico; aumentar a diversidade do *feedback* pedagógico positivo; apoiar/controlar ativamente a prática dos alunos; utilizar os alunos como agentes de ensino; garantir a qualidade e a pertinência da informação; utilizar o questionamento como método de ensino.

Desta forma, no decorrer do estágio pedagógico, tentamos criar e desenvolver regras para um bom funcionamento da aula, onde numa fase inicial através de preleções claras e sucintas eram apresentadas informações sobre os objetivos da aula. Ao longo das aulas realizamos poucas paragens para preleções com o objetivo de reservar mais tempo para a

prática, através de uma organização e transição rápida entre tarefas. No início do ano letivo, por vezes, não foi fácil captar a atenção dos alunos para que as preleções fossem tão rápidas quanto possível, onde tivemos que encontrar estratégias para combater comportamentos desviantes ou fora da tarefa. Após estabelecida a devida sinalética para reunião e “punição” dos últimos alunos a reunir, a turma organizava-se de forma eficaz, deixando de ser necessário recorrer a este métodos. Ao procurámos estabelecer um ambiente positivo e descontraído os alunos mostraram-se interessado em ouvir aquilo que lhes era transmitido. Na fase final da aula, quando era realizada a preleção final, nem sempre foi fácil manter os alunos concentrados, uma vez que na maioria das ocasiões os alunos mostravam-se “ansiosos” para finalizar a aula, onde através de uma breve discussão dos conteúdos abordados nas aulas, fomos conseguindo cativar os alunos para realizar a revisão dos conteúdos abordados. No que diz respeito às aulas onde eram introduzidas as UD a transmissão da informação tornava-se mais extensa, no sentido em que era realizada uma apresentação da modalidade em causa abordando os conteúdos a introduzir, sendo enumeradas as componentes críticas fundamentais para alcançar o sucesso. Apenas referindo as principais, para que os alunos focassem a sua atenção no necessário e indispensável. Sempre que necessário a informação foi repetida, até os alunos assimilarem o pretendido, quer de uma forma individual, quer para toda a turma.

Relativamente ao questionamento, este foi utilizado como método de controlo dos alunos no que diz respeito ao domínio cognitivo, com o objetivo de perceber se os alunos adquiriram os conhecimentos necessários e propostos. O questionamento tornou-se essencial e foi utilizado como um método de ensino. Através deste pretendemos estimular e desenvolver a capacidade de reflexão por parte dos alunos e verificar se os alunos assimilaram os conteúdos transmitidos. O questionamento nas nossas aulas, era utilizado, essencialmente nas transições entre tarefas com o objetivo de perceber se os alunos tinham compreendido o que se pretendia na tarefa seguinte. Outro dos momentos em que o questionamento foi mais utilizado nas nossas aulas, foi na parte final, com o intuito de realizar a revisão dos conteúdos abordados, assim como, para registo da avaliação do domínio cognitivo. Sendo essas as principais estratégias utilizadas no questionamento é ainda de salientar que o mesmo foi utilizado para realizar aprendizagens com os alunos, com o objetivo de perceber se estes tinham a perceção das dificuldades a realizar uma determinada habilidade motora.

Abordando o *feedback* Piéron (1986, citado por Cruz, 2002) define o *feedback* pedagógico como a informação fornecida ao aprendiz com o objetivo de o ajudar a repetir os comportamentos motores corretos, eliminar os comportamentos incorretos e tomar em consideração os resultados alcançados. Desta forma, procuramos fornecer *feedback* com

qualidade e pertinência uma vez que a informação transmitida ao aluno sobre a sua prestação é um fator essencial para que o ensino tenha qualidade. Numa primeira fase do estágio as dificuldades sentidas, centravam-se na qualidade da informação transmitida aos alunos acerca da sua prestação. Assim como, no encerramento dos ciclos de *feedback* onde Ribeiro (2013) refere que depois do *feedback* inicial o professor deve verificar se este teve o efeito pretendido (alteração ou manutenção do comportamento) para de novo diagnosticar e prescrever o *feedback* necessário. Muitas das vezes esse processo não era colocado em prática, situação que aos poucos foi sendo contornada através da evolução realizada na intervenção pedagógica, através da experiência adquirida e orientações dos professores orientadores e estagiários. O conhecimento acerca das matérias e componentes críticas dos gestos técnicos por vezes não era muito aprofundado, como no caso do Ténis e do Judo, tornando-se assim, mas difícil a identificação de erros, para combater esse aspeto foi necessário realizar uma pesquisa sobre as matérias, para que pudéssemos fornecer momentos de aprendizagens aos alunos de maior qualidade. Tentamos fornecer, tanto quanto possível um *feedback* descritivo e/ou prescritivo, direcionando-o para o principal foco da aprendizagem, o que não foi fácil, uma vez que é necessário que o professor apresente uma grande capacidade de observação, o *feedback* maioritariamente utilizado no desdobrar do ano letivo foi o individual, com o intuito de trabalhar um determinado erro por parte de cada aluno, mas sempre que necessário utilizávamos *feedback* direcionado a um grupo quando um determinado número de alunos apresentavam erros semelhantes. Para fornecer *feedback*, realizávamos uma movimentação constante pelo espaço de aula, para que pudéssemos realizar a apreciação do movimento mais próximo do aluno em causa, para que este percebe-se que poderia ter no professor um meio de auxílio, através das constantes movimentações conseguíamos controlar a turma, uma vez que esta não sabia em que local estávamos posicionados. Apesar disso, era importante utilizar em mais situações *feedback* cruzado para que os alunos sentissem a presença constante do professor, independentemente do seu posicionamento. Recorremos muitas vezes ao *feedback* positivo com intuito de aumentar os níveis motivacionais e de empenho por parte dos alunos.

Relativamente à demonstração, são vários os aspetos a ter em conta/consideração, sendo através da demonstração que os alunos vão ter a perceção de como realizar uma determinada habilidade motora. Abordando a seleção do modelo a estratégia utilizada mais vezes foi a demonstração realizada pelo aluno que mais se aproximava da forma ideal de execução, quando o aluno não conseguia realizar os movimentos a abordar, essa função passava para nós, partindo do pressuposto que iríamos realizar uma boa demonstração. Foram raras as exceções onde utilizamos o aluno com menos habilidade para realizar a

demonstração, uma vez que pretendíamos que os alunos ficassem com uma imagem da realização correta da habilidade a ser trabalhada. Relativamente ao momento da demonstração, esta foi maioritariamente, realizada antes da tarefa, uma vez que tornava-se mais fácil a organização e perceção por parte dos alunos, a demonstração de uma habilidade era acompanhada da explicação da tarefa a desenvolver, apresentando os critérios de êxito ou componentes críticas da sua execução. Sempre que necessário a demonstração também era realizada durante a tarefa com o objetivo de corrigir os erros cometido, evitando assim que os alunos estejam sistematicamente a experimentar os erros. Nestes momentos, procurámos seleccionar bem o local e a disposição dos alunos face ao demonstrador, de forma que todos o vissem de forma clara e do mesmo ângulo. No caso do Atletismo e da Ginástica optamos por fazer recurso aos meios auxiliares de ensino, recorrendo a imagens que apresentavam os diferentes movimentos e etapas de cada gesto.

Todas as vertentes anteriormente referidas e após a reflexão, percebemos que existiram melhorias evidentes ao longo do ano letivo, o que permitiu maximizar as aprendizagens dos alunos, aumentando o tempo de prática motora.

2.2. Dimensão gestão

A gestão eficaz de uma aula consiste num comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividades das aulas, um número reduzido de comportamentos inapropriados, e, o uso eficaz do tempo de aula (Ribeiro, 2013). Siedentop (1983) menciona que para que possa haver uma gestão eficaz da aula o professor deve fazer um uso eficaz do tempo de aula.

Desta forma, com o objetivo de realizar uma melhor gestão da aula, foram definidas, desde cedo, uma série de estratégias a adotar no decorrer do ano letivo. Assim, na parte inicial da aula, foi imprescindível o ponto da pontualidade, onde o material era selecionado e montado, sempre que possível, previamente. Para que os alunos comesçassem a prática desportiva era realizada uma abordagem acerca dos conteúdos a abordar na aula, com o objetivo de motivar os alunos para a prática. Outra das estratégias utilizada na parte inicial, centrou-se na criação de exercício de aquecimento que visassem os objetivos de cada modalidade, através de atividades mais lúdicas. No que diz respeito à parte fundamental, foram definidos sinais de reunião, atenção e de transição. Sendo utilizado essencialmente sinaléticas para reunião da turma, facilitando os tempos de transição entre tarefas, através da utilização de exercícios idênticos mas com diferentes objetivos, foi possível a organização mais eficaz da turma, utilizando poucos tempos de demonstração e de transição entre tarefas,

privilegiando a exercitação de todos os movimentos pretendidos. Na parte final da aula, através do questionamento foi possível realizar uma melhor gestão sobre a revisão dos conteúdos abordados, sendo os alunos responsáveis por realizar essa revisão.

De forma geral, durante todo o estágio conseguimos controlar de forma muito eficaz o tempo destinado a cada tarefa, onde ficamos mais disponíveis para maximizar os processos de ensino-aprendizagem. Através do *feedback* fornecido aos alunos procuramos motivar e reforçar de forma positiva as aprendizagens dos alunos. O fato de ter sempre dois blocos de noventa minutos facilitou o processo de seleção de exercícios e gestão do tempo de prática, uma vez que durante a aula poderiam ser realizados os devidos ajustes visando aumentar o tempo útil de aula. Tendo as fragilidades sentidas sido colmatadas, sendo notória a evolução alcançada nesta dimensão da intervenção pedagógica. Assim como defende Quina (2009) uma boa organização facilita as condições de ensino e aprendizagem, sendo a essência das aulas a atividade dos alunos como condição indispensável do sucesso pedagógico.

2.3. Dimensão clima

Segundo Ribeiro (2013) esta dimensão engloba aspetos de intervenção pedagógica relacionados com interações pessoais, relações humanas e ambiente. Desta forma no decorrer do estágio procuramos ser o mais consistentes possível, interagindo em face de comportamentos significativos, demonstrando entusiasmos, relacionada as interações com as emoções e sentimentos dos alunos, mantendo sempre a credibilidade, positivismo e exigência. Procuramos ainda promover comportamentos responsáveis no alunos, onde estes teriam de aceitar as consequências dos compromissos previamente assumidos, era exigido que os alunos apresentassem comportamentos baseados em valores e padrões éticos, promovendo a cooperação entre alunos e professor.

No caso específico da turma em que foi realizado o estágio (10^oF), é de salientar que, de uma forma geral, a turma mostrava-se motivada e empenhada nas aulas de educação física, existindo sempre um bom clima de aula, onde os alunos, através de regras previamente definidas e com o conhecimento dos métodos de trabalho dos docentes, os alunos souberam separar de forma eficaz os momentos em que teriam de trabalhar com mais afinco, daqueles em que poderiam realizar as tarefas de uma forma mais descontraída, promovendo assim, a interação entre os alunos e docentes. Onde procuraram a superação de dificuldades, mostrando interesse e disponibilidade em superarem-se. Isto só foi possível pela fácil interação e ligação que existiu desde o início do ano letivo nas relações aluno-aluno e aluno-professor, sendo assim um meio facilitador do processo de ensino-aprendizagem.

2.4. Dimensão disciplina

É de salientar que esta dimensão está intimamente ligada ao clima sendo fortemente afetada pela dimensão da gestão e pela qualidade apresentada na dimensão de instrução (Ribeiro, 2013).

Segundo Oliveira (2002) a indisciplina surge quase sempre como a negação ou violação de qualquer regra, norma e princípios ou padrões sociais, relacionando-se com a atividade consciente do indivíduo.

De salientar que existem dois tipos de comportamentos, os comportamentos apropriados e os comportamentos inapropriados. Para que possa haver uma boa gestão da dimensão disciplina é fulcral que o docente seja capaz de antecipar comportamentos inapropriados, sejam eles fora da tarefa ou de desvio, sendo estes considerados mais graves. Para cada um deste tipo de comportamentos é necessário respeitar uma série de normas para haver um controlo eficaz da disciplina, onde os comportamentos fora da tarefa, por serem, pouco preocupantes, devem ser ignorados sempre que possível. Relativamente aos comportamentos de desvio, estes já são considerados comportamentos de indisciplina e, por isso, devem implicar uma intervenção do professor, que pode ser repreensiva (verbal) quando foi a primeira vez que se verificou este tipo de comportamentos, ou então quando o comportamento não foi grave. Deve haver uma repreensão punitiva (castigo) onde o professor deve ser pertinente no momento a aplicar o castigo, ser justo devendo o castigo corresponder à gravidade da falha, coerente devendo aplicar o mesmo castigo à mesma falha, consistente no sentido de que não deve recuar depois de punir e ser credível onde só deve punir nas situações devidas (Ribeiro, 2013).

Desde o início do estágio, percebemos que a turma F do 10º ano, não iria levantar muitos problemas na dimensão da disciplina, onde desde o começo ficaram definidas regras e punições que os alunos teriam que realizar, nomeadamente na utilização indevida do material escolar, conversas paralelas (em excesso) e utilização de vocabulário inadequado dentro do espaço de sala de aula. Ao longo do ano letivo foram alguns os momentos em que tivemos que intervir para combater episódios de indisciplina, apesar de não se ter registado nenhum problema muito grave, tendo que reagir de forma eficaz a comportamentos fora da tarefa pontuais e de menor importância. Onde fomos muito coerentes aplicando castigos idênticos a situações semelhantes, nunca voltando atrás quando a decisão era tomada, mostrando assim, aos alunos que as regras para o bom funcionamento da aula estão definidas e que devem ser respeitadas e cumpridas. A turma mostrou-se consciente e sabia previamente o porquê do

castigo estar a ser colocado em prática onde muitas das vezes já nem era necessário dirigirmo-nos de forma verbal para os alunos, bastando um olhar fixo e/ou uma sinalética para eles saberem o que deveriam de fazer. Como estávamos a trabalhar com uma turma muito unida, isto levava a que fossem, faladores (muitas vezes em excesso) sendo este um dos principais comportamentos inapropriados onde tentamos ignorar estes comportamentos sempre que possível. O motivo pelo qual tivemos de recorrer mais vezes à punição foi pela utilização inapropriada de vocabulário na sala de aula. Como referido na dimensão clima os alunos souberam separar de forma eficaz os momentos de aprendizagem, dos momentos de relaxação, promovendo um bem-estar entre a turma e docentes.

2.5. Decisões de ajustamento

As decisões de ajustamento estão relacionadas com todas as decisões que se realizam de forma não planeada tendo como objetivo a melhoria do processo de ensino-aprendizagem. Estas tomadas de decisão devem ser rápidas e precisas uma vez que são tomadas por motivos extrínsecos ao planeamento, devido às mais variadas situações, onde o professor deve mostrar competência e criatividade para ultrapassar imprevistos. É de salientar que quanto melhor esteja realizado o planeamento, menos decisões de ajustamento serão necessárias criar, mas se tal acontecer, os docentes devem estar devidamente preparados e munir-se de instrumentos que possam ser aplicados em detrimento do que foi planeado. Esses ajustamentos podem ser realizados a curto, médio ou a longo prazo, sendo o mais mobilizado ao longo do estágio os ajustamentos a curto prazo onde surgiam sempre situações que alteravam o planeamento, isto porque, o ensino em educação física caracteriza-se pela incerteza e complexidade e por situações que podem ser previstas anteriormente.

Ao longo do estágio pedagógico foram efetuadas um incontável número de decisões de ajustamento em todos os níveis do planeamento. Relativamente ao plano anual, este teve que sofrer alterações relativamente ao número de aulas destinada a cada UD, uma vez que derivado a datas que foram agendadas posteriormente à sua planificação foi necessário reduzir o número de aulas relativamente a determinadas UD. No que concerne às UD estas foram sofrendo reajustamentos com o objetivo de realizar uma melhor seleção de conteúdos e metas a atingir em cada UD, consoante o nível da turma. Por fim, o plano de aula, foi neste nível do planeamento que foram realizadas mais decisões de ajustamento, uma vez que apesar do planeamento prévio nunca sabemos em que condições serão lecionadas as aulas, o número de alunos que realizam aula ou então as condições climatéricas. O número de alunos que realizam aula altera todo o planeamento prévio onde foram realizados reajustes nos grupos de

trabalho e nas tarefas a desenvolver. Relativamente às condições climatéricas, estas de uma forma ou de outra, podiam ser precavidadas onde tínhamos preparada uma aula teórica sobre a modalidade que estava a ser abordada, com o objetivo de, caso necessário, colocá-las em prática. No decorrer das aulas foram tomadas várias decisões de ajustamento, exigindo análises reflexivas rápidas e eficazes, bem como uma capacidade de adaptação derivado dos condicionalismos impostos. Estas decisões revelaram-se eficazes, no sentido que promovemos a maximização do tempo de prática e dos momentos de aprendizagem.

Através das reflexões efetuadas acerca das aulas lecionadas e das observações realizadas no NEEF e a outros professores, podemos vivenciar outro tipo de estratégias e formas de trabalhar, o que nos dá um maior conhecimento, ficando assim com um maior número de experiências e estratégias que podem ser executadas para solucionar algum imprevisto durante as aulas.

2.6. Observações das aulas

Ao longo do estágio, como parte integrante do mesmo, era de carácter obrigatório a observação de pelo menos uma aula por semana de um elemento do NEEF, realizando a respetiva análise crítica acerca do colega de estágio. Onde foram realizadas de forma formal trinta e quatro aulas do NEEF, sendo que o número de observações realizadas foi muito maior, mas foram feitas de forma informal, não carecendo de qualquer tipo de registo. Desta forma foi criada uma grelha de observação para as aulas onde era realizado um registo acerca das diversas dimensões de ensino e momentos de aula. Realizando uma posterior análise crítica acerca do desempenho dos colegas. Através destas observações no fim das aulas eram discutidas as estratégias utilizadas, assim como, possibilidades de abordar o mesmo conteúdo mas de formas distintas. O que nos permitiu realizar um crescimento ao nível de práticas de lecionamento e na obtenção de várias estratégias para se chegar ao objetivo proposto. Para além deste tipo de observação, o guia de estágio contempla a obrigatoriedade da observação de uma aula de outro NEEF, assim como, da observação de uma aula por mês de um professor que faça parte da escola/agrupamento. Desta forma, foi realizada uma observação no NEEF da Escola da Quinta das Flores, à professora estagiária Ana Luísa. Assim como foram realizadas quinze observações de forma formal de professores que fazem parte da escola/agrupamento, realizando mais observações de forma informal, nomeadamente das aulas do professor orientador Cláudio Sousa. O registo realizado nestes dois momentos de observação foi idêntico ao realizado nas observações ao NEEF, através das observações das

aulas de professores mais experientes, conseguimos perceber o que ainda temos de evoluir para poder proporcionar aos alunos mais e melhores momentos de aprendizagem.

3. Avaliação

“O termo avaliação integra uma variedade de significados e por isso com um extenso campo semântico, querendo dizer — uma vez consultado o dicionário — determinar a valia ou valor de, apreciar o conhecimento de, reconhecer a força de, estimar, calcular, organizar”

(Pacheco, 1996)

A avaliação é um elemento integrante e regulador do processo ensino-aprendizagem, permite uma recolha sistemática de informação, que apoia a tomada de decisões adequadas à promoção da qualidade das aprendizagens. De Ketele (1981) definiu a avaliação como o ato de examinar o grau de adequação entre um conjunto de critérios, adequados a um objetivo previamente fixado, com vista a uma tomada de decisão.

No que concerne à educação física, os objetivos da avaliação estão definidos no PNEF, onde estão presentes e definidos os objetivos para cada ciclo e ano de ensino. Onde estão explícitos os objetivos que devem ser o foco central da observação. É de essencial importância ter em conta a legislação vigente, sendo ela:

- **Despacho normativo n.º 17-A/2015, de 22 de setembro:** “estabeleceu 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 adquiridos e capacidades desenvolvidas pelos alunos. (...) Simultaneamente, reforçou -se a autonomia pedagógica e organizativa dos estabelecimentos de ensino no que respeita à gestão curricular”.

- **Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho:** “estabelece os princípios orientadores da organização e da gestão dos currículos dos ensinos básico e secundário, da avaliação dos conhecimentos a adquirir e das capacidades a desenvolver pelos alunos e do processo de desenvolvimento do currículo dos ensinos básico e secundário”.

- **Decreto-Lei n.º 91/2013, de 10 de julho:** “procede à primeira alteração ao Decreto -Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, que estabelece os princípios orientadores da organização e da gestão

dos currículos dos ensinos básico e secundário, da avaliação dos conhecimentos a adquirir e das capacidades a desenvolver pelos alunos e do processo de desenvolvimento do currículo dos ensinos básico e secundário”.

- Decreto-Lei nº 176/2014, de 12 de dezembro: “procede à primeira alteração ao Decreto - Lei n.º 27/2006, de 10 de fevereiro, à segunda alteração ao Decreto -Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, alterado pelo Decreto -Lei n.º 91/2013, de 10 de julho, e à primeira alteração ao Decreto -Lei n.º 79/2014, de 14 de maio, determinando a introdução da disciplina de Inglês no currículo, como disciplina obrigatória a partir do 3.º ano de escolaridade, bem como à definição da habilitação profissional para lecionar Inglês no 1.º ciclo e à criação de um novo grupo de recrutamento”.

Segundo Bento (1998), a avaliação em educação física desenvolve-se em três domínios: cognitivo, socioafetivo e psicomotor. O domínio cognitivo centra-se nos conhecimentos e nas aptidões intelectuais apresentadas pelos alunos. O domínio socioafetivo diz respeito às atitudes, valores e comportamento dos alunos no decorrer das aulas de educação física. Por sua vez, o domínio psicomotor diz respeito às atividades motoras, que envolve aptidões ao nível da motricidade e manipulação de objetos. É o domínio que dá por excelência a ação motora dos alunos.

A avaliação é um processo contínuo no processo de ensino-aprendizagem, com diversas funções, variando pelos momentos em que são aplicados e pelos objetivos propostos pelo professor. Quando a avaliação é realizada no início esta tem o objetivo de diagnosticar lacunas nas habilidades motoras por parte dos alunos, para que se possam traçar objetivos e metas a atingir. Como a avaliação é um processo contínuo devem ser realizados registos da avaliação durante a UD para que se possa perceber se os alunos estão a atingir os objetivos propostos, com o professor a poder redirecionar o ensino caso isto não esteja a acontecer. Quando a avaliação é realizada no fim da UD esta tem como principal objetivo a certificação das competências alcançadas pelos alunos, onde são atribuídas classificações. Servindo para o professor refletir acerca das suas práticas e estratégias utilizadas podendo estabelecer estratégias futuras.

Para haver transparência no processo de avaliação é necessário que os alunos tenham conhecimento dos critérios de avaliação da disciplina, onde no início do ano letivo foi apresentado ao 10º F esses mesmos critérios.

Desta forma, a avaliação é um processo complexo onde é necessário haver uma clara seleção de objetivos e conteúdos a avaliar, onde fomos o mais sucintos possível, com o intuito de centrar as observações naquilo que era necessário, central e indispensável.

3.1. Avaliação diagnóstica (AD)

Segundo Ribeiro (1999) a AD tem o objetivo de perceber se os alunos carecem ou não de aprendizagens anteriores, que irão servir de base para a unidade de ensino que se irá lecionar, na medida em que as anteriores aprendizagens vão ser imprescindíveis para a aquisição de novas aprendizagens.

Trata-se de uma avaliação que dá informações acerca das aprendizagens anteriores dos alunos e que servem de base ao planeamento da unidade didática a iniciar. A AD tornou-se essencial para a planificação dos conteúdos a abordar nas UD, onde era através desta que iríamos definir objetivos e metas a alcançar em cada uma das UD.

Para o registo da AD esta foi realizada no início de cada UD onde os alunos tinham conhecimentos sobre as habilidades motoras, realizando o registo em grelhas de observação que foram sendo utilizadas para responder às necessidades de registo de cada modalidade. Sendo utilizada uma escala quantitativa e alfabética, a variar entre C- a A+, onde C- e C diziam respeito ao nível pré-introdutório, C+, B- e B, correspondiam a nível introdutório, B+ e A- diziam respeito ao nível elementar e A e A+ correspondia ao nível avançado. No início do ano letivo a principal dificuldade prendeu-se na identificação dos alunos e definição de objetivos acerca dos conteúdos a avaliar. Para combater essa lacuna, e após reflexão com o professor orientador, optamos por realizar o registo dividindo a turma por estações onde o principal critério de seleção dos grupos de trabalho centrava-se na ordem numérica definida na pauta. Tornando-se uma estratégia eficaz facilitando o registo da AD, tornando-o mais económico.

Com o desenvolver do ano letivo os registos das avaliações diagnósticas tornaram-se mais simples de realizar, pelo fato de já identificarmos todos os alunos de forma fácil, outros dos motivos facilitadores deveu-se ao fato de termos conseguido sintetizar as grelhas de registo tornando-as mais económicas e exequíveis. De salientar que optamos por não realizar o registo da AD nas UD de Ténis, Ginástica Acrobática, Judo e Escalada uma vez que os alunos não tinham os pré-requisitos necessários para que fosse possível realizar um registo lógico e objetivo de AD.

De salientar que este tipo de avaliação é essencial para todo o planeamento de atividades a desenvolver onde devemos compreender em que ponto os alunos se encontram na execução das habilidades propostas.

3.2. Avaliação formativa (AF)

Segundo Bloom (1971) a AF envolve processos utilizados pelo professor para adaptar a sua ação pedagógica em função dos progressos e dos problemas de aprendizagem observados nos alunos.

Este tipo de avaliação tem como principal objetivo a recolha de informação, com o intuito de regular/redirecionar o processo de ensino-aprendizagem, uma vez que este tipo de avaliação é de carácter contínuo, realizado de forma sistemática. Situando o aluno em relação à sua prestação comparativamente aos objetivos previamente definidos.

Optamos por realizar o registo da AF seguindo duas formas, a avaliação formativa formal e a avaliação formativa informal. A primeira foi realizada num momento específico de determinadas UD, como no caso do Basquetebol, com o intuito de perceber em que situação a turma se encontrava, comparativamente aos objetivos inicialmente propostos. A segunda foi realizada no decorrer de todas as aulas a partir do 2º Período. Os instrumentos utilizados consistem numa grelha de registo da componente cognitiva, e da prestação dos alunos nas aulas, onde era tido em consideração aspetos como empenho, esforço e evoluções que tornaram-se notórias de uma aula para a outra.

As principais dificuldades sentidas passaram pela seleção das informações a recolher. Principalmente no domínio cognitivo. Para tal, com o objetivo de ultrapassar essa dificuldade, optamos por colocar em prática um sistema onde todos os alunos eram questionados pelo menos uma vez em cada UD.

Assim sendo, o professor deve acompanhar, observar e apreciar a turma, nomeadamente quanto ao seu desempenho, motivação e empenho manifestados, a sua organização e dificuldades. É através destas observações, que será possível o professor direcionar o ensino com o objetivo de melhorar o processo de ensino-aprendizagem.

3.3. Avaliação sumativa (AS)

Nobre (2012) define a AS como a valoração de produtos ou processos terminados, ou seja, é um balanço final sobre um todo, que vem confirmar os resultados obtidos na avaliação formativa. Segundo Ribeiro (1999) este tipo de avaliação é sempre aplicada no final de uma etapa de uma unidade de ensino, tendo como finalidade decidir se o resultado é positivo ou negativo.

Para a realização do registo da AS do domínio psicomotor, é necessário definir objetivos/componentes críticas que os alunos devem respeitar para atingir o máximo de performance possível, todos esses objetivos foram previamente trabalhados no decorrer das

aulas das diferentes UD. Esses objetivos tinham em conta os vários níveis do PNEF, indo ao encontro dos mesmos. Após definidos os objetivos, era criada uma grelha de registo, contendo os conteúdos que iam ser alvo de avaliação, grelhas que foram analisadas e supervisionadas pelo professor orientador de escola. Para o registo optamos por utilizar uma escala quantitativa e alfabética, a variar entre C- e A+, onde C- correspondia a 0 valores e A+ correspondia a 20 valores. Com o intuito de facilitar o registo da AS, nos JDC, optamos por organizar as aulas destinadas a este tipo de registo, de forma idêntica às aulas anteriormente lecionadas. Onde inicialmente eram realizados exercícios analíticos com o objetivo de avaliar uma ou mais habilidades em simultâneo, utilizando a situação de jogo para limar algumas arestas, esclarecendo algumas dúvidas sobre os registos realizados. Relativamente aos desportos individuais (DI) a avaliação era feita através de exercícios analíticos através de exercícios que abordavam os conteúdos na sua globalidade.

Para o registo da AS do domínio cognitivo este foi realizado em duas situações diferentes, onde optamos por realizar fichas de conhecimentos teóricos no 1º e 3º período, e um trabalho escrito no 2º Período. O registo da AF deste domínio teve um papel essencial no decorrer do ano letivo onde um aluno ou grupo de alunos era questionado em todas as aulas.

Relativamente ao registo da AS do domínio socioafetivo, este centrou-se nos registo obtidos em todas as aulas relativamente a presenças, atrasos, faltas de material, faltas e atitudes dos alunos no decorrer dessas mesmas aulas.

A avaliação sumativa expressou-se numericamente de 0 a 20 valores onde foi necessário realizar uma conversão da forma alfabética de registo para a forma numérica como podemos observar na tabela que se segue (tabela 7):

Legenda do registo					
Registo	Valores	Registo	Valores	Registo	Valores
A+	20	B+	12,5	C+	5
A	17,5	B	10	C	2,5
A-	15	B-	7,5	C-	0

Tabela 7 - Conversão de registos de avaliação

Para efeitos de avaliação, para o registo das notas foi atribuído uma escala de seis níveis de C- a A+, com um intervalo de 2,5 valores. O tratamento dos dados obtidos for realizado através do *excel* com o intuito de facilitar a análise do processo avaliativo. É de salientar que todo este processo tem um grau elevado de subjetividade que está intrínseco à observação, onde procuramos reduzir essa subjetividade, visando um registo de avaliações imparciais e justas.

Deste modo percebemos que a AS apresenta um papel fundamental na definição de futuras estratégias de ensino com o objetivo de fornecer aos alunos novas formas facilitadoras de aprendizagens.

3.4. Auto e Heteroavaliação

Para que este tipo de avaliação seja exequível é necessário que os alunos tenham uma série de conhecimentos relativamente aos objetivos propostos em cada UD e ano letivo.

Segundo Pacheco (1994) a integração da autoavaliação no processo de avaliação oferece ao aluno uma certa autonomia na aprendizagem responsabiliza-o pela condução do seu percurso, com a ajuda do professor.

A heteroavaliação pode ser definida como a avaliação realizada entre alunos, onde um aluno dá e recebe uma avaliação por parte dos colegas, com o objetivo de inculcar nos alunos capacidade crítica acerca do seu desempenho e do desempenho dos seus colegas. Relativamente a autoavaliação esta confere ao aluno a possibilidade de uma análise reflexiva sobre o seu desempenho e progresso. Desta forma optamos por realizar o preenchimento de uma ficha de autoavaliação no final de cada período, assim como, no final da UD de Ginástica Acrobática os alunos tiveram que realizar uma heteroavaliação acerca da prestação dos seus colegas com o intuito de tornar os alunos agentes ativos no processo de ensino-aprendizagem.

3.5. Critérios de avaliação

Pacheco (2002), defende que é de extrema importância a enunciação clara dos critérios de avaliação. Isto porque é essencial que os alunos percebam qual o ponto de partida para cada modalidade e a importância de cada domínio avaliado em educação física.

A avaliação, enquanto instrumento fundamental do processo ensino-aprendizagem, tem que ser diferenciada nas suas componentes mais importantes e identificada pelos critérios que a constituem.

Assim, os critérios de avaliação aprovados pelo Grupo de Educação Física do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente – Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte, sendo definidos da seguinte forma (tabelas 8 e 9):

DOMÍNIO	20%		20%	60%
	Sócio-Afectivo		Cognitivo	Psicomotor
	Responsabilidade: traz os materiais necessários, é pontual	5%	Teste escrito e/ou Trabalho e/ou Outros Instrumentos	Prestação nas aulas de EF
	Empenho/Participação e Organização/métodos de trabalho: executa as tarefas, tenta superar dificuldades, é perseverante	10%		
	Comportamento: coopera com os prof.s e colegas, respeita as regras de convivência	5%		

Tabela 8 - Critérios de avaliação I

Responsabilidade – 5%		Empenho/Participação e Organização/métodos de trabalho – 10%		Comportamento – 5%	
17,5 - 20	96 - 100 %	17,5 - 20	Muito Bom	17,5 - 20	Muito Bom
13,5 - 17,4	91 - 95 %	13,5 - 17,4	Bom	13,5 - 17,4	Bom
9,5 - 13,4	86 - 90 %	9,5 - 13,4	Suficiente	9,5 - 13,4	Suficiente
4,5 - 9,4	81 - 85 %	4,5 - 9,4	Insuficiente	4,5 - 9,4	Insuficiente
1 - 4,4	76 - 80 %	0 - 4,4	Muito Fraco	0 - 4,4	Muito Fraco
0 - 1	≤ 75 %				

Tabela 9 - Critérios de avaliação II

4. Prática pedagógica supervisionada

A supervisão pedagógica é um ponto crucial e fulcral para as aprendizagens adquiridas pelos estagiários ao longo do estágio. Onde o professor estagiário é sujeito a um processo de supervisão com o objetivo de conduzir-nos a uma prática pedagógica que forneça aos alunos momentos facilitadores de aprendizagens. Abordando especificamente o nosso NEEF, o nosso estágio pedagógico contou com a supervisão de dois professores, um orientador da FCDEF-UC, professor Paulo Nobre e um orientador da instituição que nos acolhe durante o estágio, professor Cláudio Sousa, onde ambos procuraram supervisionar o trabalho desenvolvido pelo

professor estagiário no decorrer do estágio pedagógico. Oliveira (2002) define que o trabalho destes passa, essencialmente, pela formação dos estagiários tornando-os capazes de inovar, capazes de criar face a situações que nunca existiram e que são inteiramente novas.

O orientador da escola assumiu um papel essencial na nossa formação enquanto professores estagiários por estar sempre presente em todo o estágio, realizando um acompanhamento diário dos professores estagiários. Onde conseguiu estimular o desenvolvimento das nossas capacidades, através de críticas construtivas, visando a superação de obstáculos que surgiram no estágio, obrigando-nos a refletir sobre as ações tomadas, apresentando estratégias que facilitaram as aprendizagens dos estagiários, assim como das turmas em que foi desenvolvido o estágio. Onde as reflexões e análises das aulas foram um momento essencial para transmitir conhecimentos e adquirir aprendizagens no que concerne às práticas pedagógicas.

O orientador da faculdade, apesar de não estar tão presente como o professor da escola foi imprescindível transmissor de conhecimentos sobre as diversas problemáticas do estágio, onde conseguiu despertar em nós a superação de dificuldades, realizando reflexões que visaram o melhoramento das nossas prestações enquanto docentes.

Assim percebemos que ambos os orientadores contribuíram para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional, revelando-se como pilares para a superação de dificuldades encontradas no decorrer do estágio pedagógico, onde a supervisão pedagógica é essencial para o desenvolvimento de capacidades por parte de professores inexperientes.

5. Componente ético-profissional

Para podermos abordar a ética profissional, temos que referir a prática pedagógica, sendo essencial a interligação entre ambas, onde uma deve sempre acompanhar a outra. É essencial que se adote um postura eticamente correta e profissional em todas os aspetos da prática pedagógica.

Desta forma, assim que se deu início ao processo de estágio foi essencial respeitar alguns algumas normas, onde a responsabilidade para responder as questões que surgiam foram sempre tidas em causa, nem sempre foi fácil pela disparidade de funções que exercíamos até então, uma vez que as responsabilidades de um aluno são completamente distintas das de um professor. Posto isto, é de referir que o estágio pedagógico foi encarado com o máximo profissionalismo tentando dar resposta a todas as situações que nos foram propostas, dando o melhor de nós respeitando todos os intervenientes no contexto escolar.

A disponibilidade para o estágio foi total, onde estivemos disponíveis para participar em todo o tipo de atividades organizadas pela escola, colaborando com a mesma, fosse na organização de eventos, como no caso do torneio de Basquetebol 3x3, como na colaboração na organização dos mesmos, como por exemplo, no auxílio ao corta-mato escolar. Mostramo-nos também disponíveis para auxiliar os alunos a alcançar os seus objetivos.

Ao longo do estágio regemo-nos por vários princípios, tais como: valores, rigor, competência, honestidade, entre outros. Valores esses que tentamos inculcar nos alunos de forma positiva e constante.

5.1. Comunidade escolar

É de salientar que a comunidade escolar, desde a direção, aos docentes, funcionários e alunos, proporcionou todas as condições para uma adaptação mais fácil ao contexto escolar em que a escola estava inserida. Assim, procurámos manter o convívio entre todos os intervenientes estando sempre disponíveis para a colaboração nas diferentes atividades realizadas pela escola, onde respeitamos todas as pessoas que fazem parte do meio escolar, valorizando a troca de ideias e a entajuda.

5.2. Núcleo de estágio e grupo disciplinar

Numa fase inicial, o grupo disciplinar de EF mostrou-se receptivo e disponível para nos integrar no grupo, pelo que existiu desde sempre um respeito mútuo entre todos, com partilha de conhecimentos e experiências. Durante todo o processo de estágio, o NEEF mostrou-se disponível para colaborar nas atividades desenvolvidas pelo grupo disciplinar.

Do nosso ponto de vista, teria sido enriquecedor a realização de mais reuniões de grupo disciplinar uma vez que este era um espaço onde eram partilhadas ideias e onde eram registados vários momentos de aprendizagem, através do debate, discussão e troca de ideias. Todos os professores do grupo disciplinar apoiaram-nos e de uma forma ou de outra contribuíram para as nossas aprendizagens, uma vez que estávamos na presença de professores com mais experiência

5.3. Turma

A principal prioridade/foco no decorrer do estágio pedagógico, centrou-se na criação de meios facilitadores de aprendizagens para a turma e alunos em particular. Assegurando que os alunos adquirissem as competências necessárias para a prática desportiva, inculcando-lhes um gosto pela prática da mesma. Para que tal fosse possível, tornou-se indispensável a

autoformação com o objetivo de adquirirmos competências que pudessem combater as dificuldades sentidas pelos alunos, através de várias estratégias, tais como, a criação de grupos homogêneos ou heterogêneos, consoante os objetivos propostos, diferenciação pedagógica. Como no decorrer do estágio pedagógico regemo-nos por vários princípios, tais como: valores, rigor, competência, honestidade, entre outros, tentamos inculcar nos alunos de forma positiva e constante, contribuindo assim para o crescimento dos alunos a nível pessoal.

6. Questões dilemáticas

Durante o estágio pedagógico, foram vários os problemas que foram surgindo, o que nos levou a ter uma capacidade criativa para poder superar esses dilemas. Segundo Caetano (1997) os dilemas são entendidos como conflitos interiores em contextos profissionais.

Desta forma, numa fase inicial, um dos primeiros dilemas a surgir prendeu-se na adaptação a uma nova realidade social, onde para ultrapassar este constrangimento mostramo-nos pró-ativos na construção de relações que pudessem facilitar essa adaptação.

O segundo dilema surge na fase no planeamento de uma forma geral. Onde numa fase inicial não foi fácil a construção do plano anual, onde foram vários os constrangimentos sentidos, nomeadamente a seleção das matérias a abordar, tendo em conta o PNEF, o regulamento da escola e o regulamento do grupo disciplinar de educação física, onde era necessário haver uma articulação entre estes três documentos orientadores para que fosse possível ir ao encontro de cada um deles. Para tal, foi necessário realizar uma análise do PNEF, sendo que a reunião do grupo disciplinar e o auxílio do orientador de estágio da escola, tornou-se essencial para a construção do plano anual. Uma vez que na reunião ficaram definidas as matérias obrigatórias a abordar em cada ano, o que facilitou a seleção das seguintes modalidades, tendo em conta os espaços em que a turma encontrava-se em cada uma das fases do *roulement*. Relativamente à construção das UD, foram sentidas várias dificuldades, que foram sendo ultrapassadas no decorrer do estágio pedagógico através da experiência adquirida, orientação do professor orientador e experiências trocadas com o NEEF. Essas dificuldades centravam-se essencialmente na extensão dos conteúdos a abordar e na seleção de estratégias para atingir os objetivos propostos. Outra das dificuldades sentidas, diz respeito ao planeamento das aulas, nomeadamente na seleção de tarefas a desenvolver com a devida justificação. Nem sempre foi fácil realizar ajustamentos em relação às tarefas propostas, onde estas poderiam não funcionar pelos mais variados motivos. Essas dificuldades foram sendo ultrapassadas através dos conhecimentos obtidos junto dos orientadores e colegas do NEEF, assim como, pela experiência obtida no desenrolar do estágio pedagógico.

Foi no ponto da Realização que percebemos as dificuldades que os docentes sentem na interação com a turma e na condução de aulas, surgindo assim o nosso terceiro dilema. A maior dificuldade sentida na fase da Realização disse respeito à dimensão instrução. Onde o maior constrangimento sentido incidu-se no fornecimento de *feedback*, onde era necessário e imprescindível fechar, de forma mais constante, os ciclos de *feedback*, de igual modo, era importante utilizar em mais situações *feedback* cruzado para que os alunos sentissem a presença constante do professor, independentemente do seu posicionamento. Para combater essas lacunas tentamos realizar uma ocupação dos espaços de sala de aula para que os alunos sentissem que estavam a ser constantemente observados e controlados, onde recorremos muitas vezes ao *feedback* positivo com intuito de aumentar os níveis motivacionais e de empenho por parte dos alunos. Percebemos que existiram melhorias evidentes ao longo do ano letivo, o que permitiu maximizar as aprendizagens dos alunos, aumentando o tempo de prática motora. É de igual modo importante referir que à sempre aspeto a melhor com o objetivo de proporcionar aos alunos mais momentos de aprendizagem.

Outro dos dilemas com que nos deparamos no decorrer do estágio, centrou-se na fase da Avaliação. As maiores complicações sentidas centraram-se no registo da mesma, sem conseguir conciliar com a condução da aula, uma vez que era despendido muito tempo para o registo, principalmente numa fase inicial, por não haver um conhecimento solidificado acerca dos alunos. Para além disso, as folhas de registo da AD e AS eram muito extensas, contendo vários objetivos e conteúdos, tornando o registo irrealista e pelo fato de ser necessário realizar mais observações do que aquelas que eram desejáveis, dificultando assim, o processo de avaliação e de condução da aula. Com o desenvolver do ano letivo os registos das AD e AS tornaram-se mais simples de realizar, pelo fato de já identificarmos todos os alunos de forma fácil, outros dos motivos facilitadores deveu-se ao fato de termos conseguido sintetizar as grelhas de registo tornando-as mais económicas e exequíveis. Relativamente à AF as principais dificuldades sentidas passaram pela seleção das informações a recolher. Principalmente no domínio cognitivo. Para tal, com o objetivo de ultrapassar essa dificuldade, optamos por colocar em prática um sistema onde todos os alunos eram questionados pelo menos uma vez em cada UD.

A superação destes dilemas é essencial para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional, na medida em que somos constantemente estimulados a procurar soluções válidas para as nossas dúvidas e indecisões.

Capítulo III - Aprofundamento do Tema-Problema: Influência das demonstrações no processo de ensino aprendizagem

1. Introdução

A abordagem a este tema problema surge no âmbito do Estágio Pedagógico, inserido no segundo ano do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC).

Posto isto, a investigação, que o núcleo de estágio da Escola Secundária Eng^o Acácio Calazans Duarte, em reunião com o orientador do mesmo (Professor Paulo Nobre), definiu para abordar de uma forma geral o tema/problema foi “A Demonstração nas Aulas de Educação Física”.

Tonello e Pellegrini (1998) referem que a demonstração é a transmissão de informações acerca da meta a ser atingida na ação. Desta forma, realizaremos um questionário direcionado para cada nível de ensino (1^o ciclo, 2^o ciclo, 3^o ciclo e Secundário), para entendermos as preferências dos alunos relativamente ao tema e às suas diversas dimensões.

O estudo do tema selecionado incide sobre a intervenção pedagógica específica, e parte do seguinte problema: qual será o impacto percebido da demonstração na aprendizagem dos alunos proficientes e de alunos não proficientes em Educação Física?

Para uma leitura global do Agrupamento, o tema da investigação é partilhado pelos quatro elementos do Núcleo de Estágio, sendo atribuídos diferentes anos de ensino a cada elemento, sofrendo os instrumentos as necessárias adaptações relativamente ao grau de compreensão dos alunos.

Para a realização deste projeto, deslocámo-nos às diferentes escolas do Agrupamento e analisar quer com os professores, quer com os alunos o efeito das “Demonstrações” no processo ensino-aprendizagem.

2. Enquadramento Teórico

Sendo a demonstração um dos meios mais utilizados para se transmitir informação acerca daquilo que é pretendido, é de salientar que através da demonstração, é pretendido que o praticante tenha uma perceção da realização do gesto de acordo com a melhor técnica. O professor deve conseguir a atenção dos seus alunos, dirigindo-a para gestos determinantes da habilidade, bem como repetir-lhes tais aspetos importantes, pedindo-lhes para executarem e

recordarem os mesmos “pontos-chave” devendo organizar a demonstração de forma a ajudar a reprodução da habilidade (Ribeiro, 2013).

Segundo Hebrard (1974) quanto mais repetições por parte do modelo mais fácil será a interiorização do gesto/movimento, essas mesmas repetições poderão ser realizadas a uma velocidade reduzida para uma interpretação mais aprofundada. O mesmo autor defende que a demonstração, pode ser de qualquer tipo e efetuada por qualquer interveniente do processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Sarmiento (1992) a demonstração visa, realçar os objetivos que pretendemos que os alunos alcancem, permitindo assim fazer uma análise sistemática das tarefas.

Como no presente estudo iremos abordar diferentes dimensões e formas da demonstração, é importante referir que as categorias de análise da demonstração que incluímos nos questionários são: a) Modelo; b) Composição; c) Direção; d) Momento; e) Meios Auxiliares.

Para Sarmiento (1992), a demonstração pode ser consoante o momento e a forma. O momento da demonstração, diz respeito à circunstância em que esta pode ser utilizada. Podendo ser feita antes da tarefa ser realizada, sendo aconselhável utilizar este método aquando da apresentação de uma nova habilidade, com o intuito de dar aos observadores um modelo orientador para um futuro empenho. Outra dos momentos para realizar a demonstração é durante a tarefa, que poderá servir como reforço ao modelo que foi apresentado precedentemente, esta estratégia poderá ser útil para o professor uma vez que pode fornecer *feedback* corretivo sobre a prestação do(s) aluno(s), impedindo assim que os alunos estejam a executar uma habilidade de forma incorreta. Por fim, temos a demonstração que pode ser realizada após a tarefa, que tem como principal objetivo a revisão de conteúdos, reforçando os critérios de execução da habilidade que esteve a ser trabalhada. No que diz respeito à forma da demonstração, Sarmiento (1992) apresenta três situações distintas, sendo elas de frente para os alunos, que serve para destacar características gestuais de altura e de lateralidade. De perfil para os alunos com o intuito de evidenciar características de deslocamento e de profundidade dos movimentos. E por fim de costas para os alunos, o autor refere que esta só deve ser realizada para facilitar a imitação por parte dos alunos, no que diz respeito a movimentos dos membros inferiores ou superiores.

Abordando a composição da demonstração, esta pode ser realizada em duas circunstâncias diferentes, dependendo da forma como o professor aborda a aula, a turma e os conteúdos a abordar. Desta forma, a demonstração pode ser realizada antes da explicação privilegiando a forma como se executa o movimento em causa, podendo ainda ser realizada

depois da explicação onde primeiro são apresentadas as componentes críticas da habilidade a trabalhar e só depois é realizada a demonstração dessa mesma habilidade.

No que concerne à direção da demonstração essa pode ser direcionada para toda a turma, para um grupo dentro da turma, ou então, para um aluno em particular. O professor poderá utilizar a demonstração direcionada para toda a turma com o objetivo de apresentar uma determinada habilidade motora pela primeira vez, sendo assim mais fácil a explicação desse mesmo movimento. Através da demonstração para um grupo o professor poderá dar *feedback* corretivo para um determinado grupo de alunos que poderão estar a cometer erros semelhantes, realizando assim uma revisão dos conteúdos/critérios de execução do movimento. Quando a demonstração é direcionada para um determinado aluno poderá servir como estratégia de dar *feedback* individual a um aluno específico. O professor terá que ter em conta o momento em que essa demonstração é feita.

Relativamente ao modelo da demonstração este pode recair nos vários tipos de demonstração que poderá ser realizada pelo professor, pelo aluno mais proficiente ou pelo aluno menos proficiente. O professor é que deve ser o principal responsável pela escolha desse mesmo modelo e se o professor dominar os conteúdos da habilidade que este pretende que seja trabalhada, é uma mais-valia que seja o professor a realizar a demonstração uma vez que para além do conhecimento teórico, demonstra conhecimentos na parte prática, o que pode levar os alunos a perceber que têm no professor uma referência na execução das habilidades. Com os alunos a observar uma demonstração por parte de um colega que executa de forma correta a explicação do professor e perceber que, se há pelo menos um colega que o faz na perfeição, então os outros também o poderão conseguir se, através da persistência e ajuda do professor assim o queiram. Por último, o professor poderá utilizar um aluno menos hábil, para desta forma ajudar os alunos a perceberem os erros mais comuns e formas de melhoramento de execução dos exercícios sabendo que poderão recorrer à ajuda do professor.

Por fim, o professor poderá fazer recurso a meios auxiliares, para fazer chegar aos alunos uma habilidade, podendo este recurso ser feito através de vídeos ou de imagens, a utilização deste tipos de estratégias poderão ser benéficas para os alunos que aprendam mais facilmente de uma forma visual. Poderão fazer recurso a este tipo de estratégia quando o professor sabe que não demonstra uma habilidade de forma correta, sabendo que não tem na turma nenhum aluno que o possa fazer no seu lugar.

Como percebemos as demonstrações podem acontecer de várias formas, em vários momentos e dependem muito das circunstâncias em que os alunos se encontram, como a aula está a decorrer e das limitações de professores e alunos. Mas para podermos falar em

demonstrações é essencial referir a utilização da instrução deverá estar sempre presente paralelamente à demonstração, seja ela feita antes, durante ou depois da demonstração.

3. Objetivos do estudo

Ao realizar um questionário aos alunos dos diferentes ciclos de ensino (1.º, 2.º, 3.º e Secundário), do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, pretende-se perceber o impacto que tem a demonstração efetuada pelo professor e/ou colegas no processo de ensino-aprendizagem nos alunos deste agrupamento. Procuramos também saber em que moldes, essa demonstração é executada e se a mesma é ajustada para os alunos. O estudo do tema selecionado incide sobre a intervenção pedagógica específica, e parte do seguinte problema: qual será o impacto percebido da demonstração na aprendizagem dos alunos proficientes e de alunos não proficientes em Educação Física?

Este estudo foi elaborado tendo em conta a faixa etária a que se destina, com a finalidade de conhecer a realidade educativa quanto à existência ou não, às preferências e opções, das demonstrações no processo ensino-aprendizagem.

O estudo deste problema tem como principais objetivos: a) perceber qual a opinião dos alunos mais e menos proficientes em relação à disciplina de Educação Física; b) perceber quais as experiências vivenciadas pelos alunos nas aulas de Educação Física; c) identificar o modo de demonstração associada pelos alunos a uma melhor aprendizagem

4. Metodologia

Com a finalidade de dar cumprimentos aos objetivos definidos, foi realizado um plano de investigação, onde foi aplicado um questionário que era composto por três grandes grupos, sendo eles:

- Grupo I – Opinião sobre a disciplina de Educação Física;
- Grupo II – As demonstrações nas tuas aulas de Educação Física;
- Grupo III – Como aprendo melhor.

Antes de chegar ao questionário final que foi aplicado ao Ensino Secundário realizamos uma primeira versão do questionário, que foi revisto pelo orientador de estágio da FCDEF-UC, sendo aplicadas uma série de correções e adaptado ao ciclo de ensino em cima citado. Desenvolvidas as devidas alterações, apresentamos uma segunda versão do questionário ao orientador, assim como à direção do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, tendo sido aplicado um pré-teste a um determinado grupo de alunos. Através

do pré-teste encontramos aspetos que deveriam ser corrigidos, onde de seguida, procurámos simplificar o mais possível e reduzir o número de questões de forma a motivar os inquiridos. Procurámos recorrer a atitudes que fossem bastante frequentes e estivessem presentes na memória dos alunos. Na elaboração dos inquéritos procurámos utilizar uma linguagem adequada aos níveis de ensino a que se destinavam. Ao elaborarmos as questões procuramos ser sintéticos, sistemáticos e que as perguntas fossem de fácil compreensão e resposta.

Depois de aplicadas as devidas alterações nas diversas versões do questionário e dado o aval por parte do orientador e da direcção começamos a proceder à recolha dos dados para tal. Numa primeira fase tivemos que realizar a recolha dos dados acerca dos alunos a inquirir. Para realizar essa mesma escolha ficou definido que iriam ser aplicados quatro questionários a cada turma dos diversos ciclos de ensino e consequentes anos que esses mesmos ciclos abrangem. Dos quatro alunos seleccionados ficou definido que dois seriam do género masculino e dois do género feminino, onde dentro de cada género era seleccionado o(a) aluno(a) mais proficiente e menos proficiente. Para que fosse possível colocar em prática este método, no Ensino Secundário, tivemos que recorrer às pautas de avaliação do 1º Período, de todas as turmas do ciclo de ensino em causa, na disciplina de Educação Física, documentos estes que foram fornecidos pela direcção da escola. Em caso de existirem turmas que apresentassem alunos com a mesma nota, o critério de escolha para selecção do aluno a inquirir foi o seguinte: o aluno mais novo, no que diz respeito ao aluno(a) mais proficiente, sendo que para o aluno(a) menos proficiente seleccionamos os alunos mais velhos.

Numa segunda fase dirigimo-nos a cada uma das turmas para entregar as autorizações e respetivos questionários, para que os Encarregados de Educação dos alunos em causa, tivessem conhecimento de que os seus educandos iriam participar no estudo, onde os alunos quando recebiam a autorização para participar no estudo, realizavam o preenchimento dos questionários, tendo estes que ser entregues ao Núcleo de Estágio ou no gabinete de Educação Física. Cada um dos questionários tinha a sua identificação a conter a seguinte informação:

- a) Ciclo de ensino – Secundário;
- b) Ano de ensino – 10º, 11º ou 12º;
- c) Género e “nível” de proficiência – M+, M-, F+ ou F-.

No fim de recolhidos todos os dados, passamos para a última fase deste estudo, que se cingiu na recolha e respetivo tratamento de dados, onde através de uma folha de cálculo *excel* foram colocados todos os dados obtidos e tratados através de gráficos gerados por essa mesma base de dados. Realizando uma posterior análise acerca dos dados obtidos. De salientar que para a percentagem de alunos inquiridos fosse semelhante em todos os ciclos de ensino (entre

15 e 20%), e tendo em conta o número total de alunos do Secundário, foram efetuados 164 inquéritos.

4.1. Amostra

A população alvo do nosso estudo é constituída pelos alunos do Ensino Secundário, do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, da Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte. Como já foi referido para a seleção dos alunos a inquirir optamos pela seguinte estratégia, recorrer às pautas de avaliação do 1º Período, de todas as turmas do ciclo de ensino em causa, na disciplina de Educação Física, para que pudéssemos selecionar quatro alunos ficou definido que dois seriam do género masculino e dois do género feminino, onde dentro de cada género era selecionado o(a) aluno(a) mais proficiente e menos proficiente.

Realizando um levantamento de dados relativamente à população escolar do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, obtivemos os seguintes dados:

Posto isto, relativamente ao secundário, a amostra será a seguinte (tabelas 11 e 12):

Nível de Ensino	Ano de Escolaridade				Total de Turmas	Total de Alunos	Alunos Inquiridos	Rácio	
1º Ciclo	1ª	2ª	3ª	4ª	17	525	68	13%	3º e 4º
	145	128	119	133	27	525	108	21%	2º; 3º e 4º
2º Ciclo	5º		6º		16	359	64	18%	
	178		181						
3º Ciclo	7º	8º	9º		28	648	112	17%	
	190	232	226						
Secundário	10	11º	12º		46	960	164	17%	
	335	317	308						

Tabela 10 - Alunos a inquirir

Aluno	Ano de escolaridade			Total de Alunos
	10.º	11.º	12.º	
M+	15	10	16	164
M-	15	10	16	
F+	15	10	16	
F-	15	10	16	

Tabela 11 - Amostra Ensino Secundário

Para uma melhor compreensão das siglas utilizadas, apresentamos a seguinte tabela (tabela 12):

Aluno	Legenda
M+	Aluno do sexo masculino com melhor nota
M-	Aluno do sexo masculino com pior nota
F+	Aluno do sexo feminino com melhor nota
F-	Aluno do sexo feminino com pior nota

Tabela 12 - Legendas de siglas

De modo a que a percentagem de alunos inquiridos fosse semelhante em todos os ciclos de ensino (entre 15 e 21%), e tendo em conta o número total de alunos do Secundário, foram efetuados 164 inquéritos. Deste modo, a população em estudo é constituída por 960 alunos do 10.º, 11.º e 12.º ano de escolaridade. Ao serem aplicados 164 inquéritos, obtém-se uma amostra que corresponde a aproximadamente 17% da população. Utilizámos uma amostra intencional, tendo a nossa investigação incidido sobre os alunos do Ensino Secundário.

4.2. Caraterização da amostra

No questionário elaborado houve a preocupação de efetuar um preenchimento prévio, no canto superior direito, de uma instrução tendo em conta o ciclo de ensino, o ano de escolaridade, o género e nível de proficiência à disciplina de Educação Física, como forma de compreender quem está a responder ao questionário. Nesta primeira secção iniciar-se-á uma caracterização da amostra recolhida através da realização do questionário.

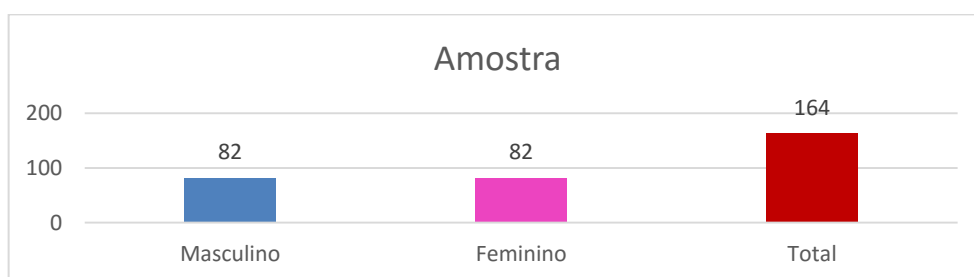


Gráfico 1 - Caraterização da Amostra

Relativamente ao género, foram inquiridos 82 rapazes e 82 raparigas o que corresponde a uma percentagem de 50% da amostra, para ambos, perfazendo um total de 164 inquiridos (Gráfico 1).

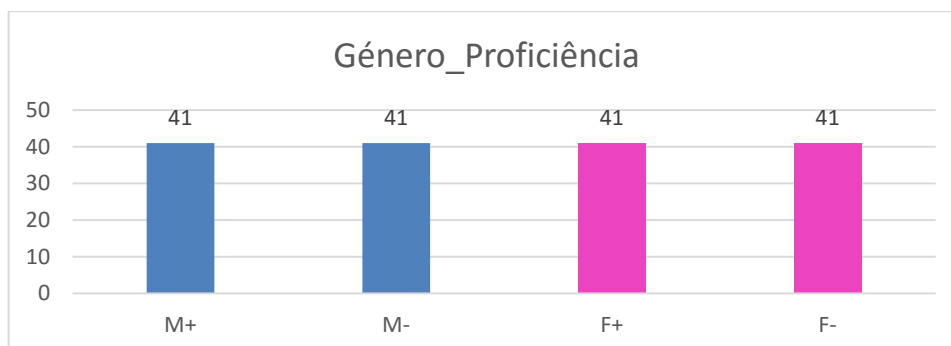


Gráfico 2 - Distribuição dos alunos por género e nível de proficiência

Para que seja compreendido um dos objetivos propostos para este estudo, onde se pretende perceber se existem diferenças entre as preferências, dos alunos com melhor e menor prestação à disciplina de Educação Física, inquiriram-se 41 alunos do sexo masculino com melhor desempenho (M+, correspondendo a 25% da amostra) e 41 com menor desempenho (M-, correspondendo a 25% da amostra), do sexo feminino inquiriram-se 41 alunas com melhor desempenho (F+, correspondendo a 25% da amostra) e 41 com menor desempenho (F-, correspondendo a 25% da amostra). Só foi possível manter a mesma percentagem e o mesmo número de inquiridos relativamente ao género e à nota, depois de vários ajustes, relativamente aos alunos que obtiveram ou não autorizações para participar no estudo e ao género dos alunos que representam cada turma (Gráfico 2).

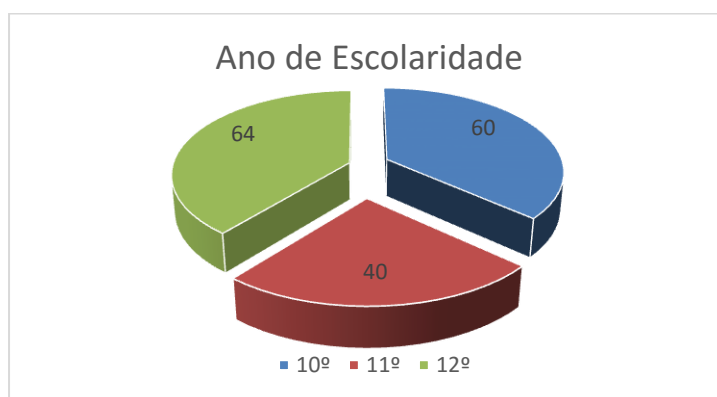


Gráfico 3 - Distribuição da amostra por anos de escolaridade

No que diz respeito à escolaridade dos alunos inquiridos pode-se verificar que para o 10.º ano de escolaridade foram realizados inquéritos para 36,59% do total dos alunos inquiridos (60 alunos), para o 11.º ano 24,39% (40 alunos) e para o 12.º ano de escolaridade 39,02% (64 alunos). Esta diferença de alunos inquiridos em cada ano de escolaridade, dá-se pelo fato de cada ano ter um número diferente de turmas, influenciando assim o número total de alunos a inquirir em cada ano (Gráfico 3).

5. Tratamento de dados

Para que fosse possível realizarmos o tratamento dos dados obtidos nos questionários, foi criada uma base de dados, em ficheiro *excel*, para que fosse possível gerar gráficos para a melhor interpretação dos resultados adquiridos. Depois de introduzidos os dados dados, realizamos uma análise descritiva para cada uma das questões que compõem o questionário.

O tratamento de dados irá conduzir às conclusões sobre o tema proposto e proporcionará uma discussão sobre o mesmo.

6. Apresentação de resultados

Neste ponto iremos especificar o tipo de análise e resultados obtidos para a amostra.

Após a recolha de dados procedeu-se à edição dos mesmos. Foi verificada a legibilidade, a consistência e a exatidão dos dados. Após a construção da base de dados correspondente à amostra, os dados foram analisados e tratados. O tratamento de dados irá conduzir às conclusões sobre o tema proposto e proporcionará uma discussão sobre o mesmo.

6.1. Opinião sobre a disciplina de Educação Física

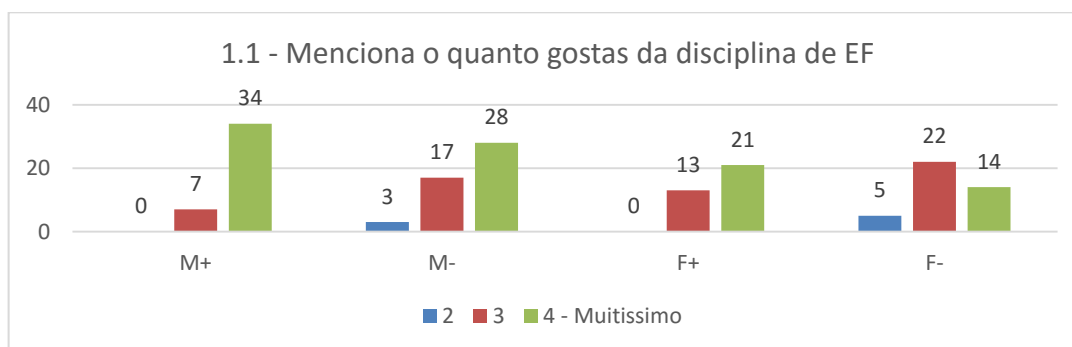


Gráfico 4 - Gosto pela disciplina de EF

No que diz respeito ao gosto pela disciplina de Educação Física é de referir no 53,04% dos alunos inquiridos, gosta muitíssimo da disciplina de EF, enquanto no sentido inverso, com uma percentagem de 4,87% referem que o gosto pela disciplina é pouco. De salientar que os alunos com menor rendimento na disciplina apresentam uma maior variação neste aspeto.

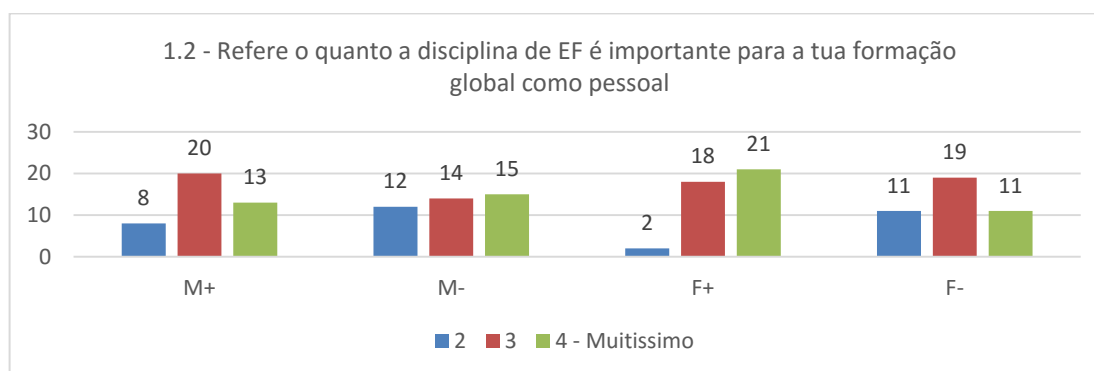


Gráfico 5 - Importância atribuída à EF

No que diz respeito ao gosto pela disciplina de Educação Física é de referir o nível que apresenta uma maior percentagem (43,29%), representa os alunos que reponderam o segundo nível mais alto da escala (3 – muito). Enquanto 20,12% responderam o segundo nível mais baixo (2 – pouco). É de referir que 36,58% dos alunos responderam o nível máximo da escala apresentada (4 – muitíssimo). O grupo alvo que respondeu em número mais elevado nesta questão foram as raparigas com melhor classificação à disciplina (51,21% - 21 de um total de 41). No sentido inverso o grupo que considera a disciplina de EF pouco importante para a sua formação pessoal, são os rapazes com menor rendimento à disciplina com uma percentagem de 29,26%. Através dos dados obtidos podemos verificar que os alunos que apresentam uma maior proficiência à disciplina consideram-na mais importante para a sua formação global, ao contrário dos alunos que apresenta piores classificações a EF.

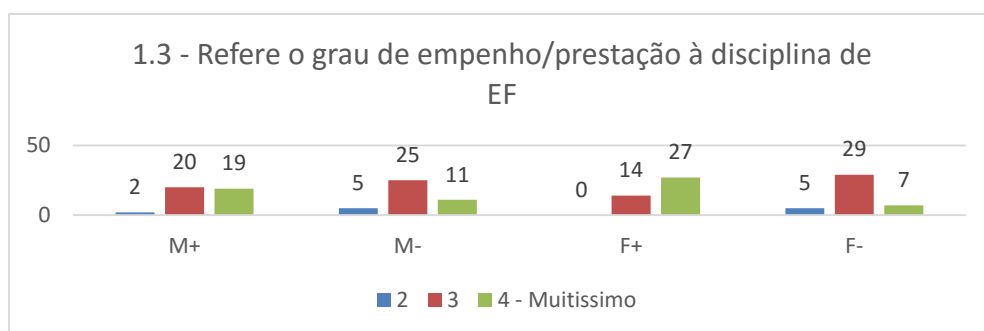


Gráfico 6 - Autoavaliação a EF

Ao analisar o gráfico 6, percebemos que 56,65% realiza uma avaliação muito boa (nível 3 da escala), da sua prestação. Enquanto 39,02% respondeu o nível máximo da escala (4 – muitíssimo), perfazendo um total de 92,67% a realizar uma avaliação positiva da sua prestação à disciplina de EF, enquanto uma pequena percentagem de alunos (7,33%) considera a sua prestação negativa. Os alunos com melhores notas à disciplina foram os que responderam de forma mais positiva, enquanto os alunos que obtêm pior nota à disciplina, são os que realizam uma autoavaliação mais negativa. Era de esperar que os alunos que têm piores notas à disciplina realizassem uma autoavaliação mais negativa, mas como a percentagem é baixa, pode nos levar a crer que esses alunos podem não ter a perceção correta sobre o seu desempenho à disciplina.

6.2. Tipos de demonstrações experienciadas pelos alunos nas aulas de Educação Física

Apresentamos de seguida os dados referentes aos tipos de demonstração experienciadas pelos alunos nas aulas de EF, relativamente ao modelo, composição, direção e momento.

6.2.1. Modelo

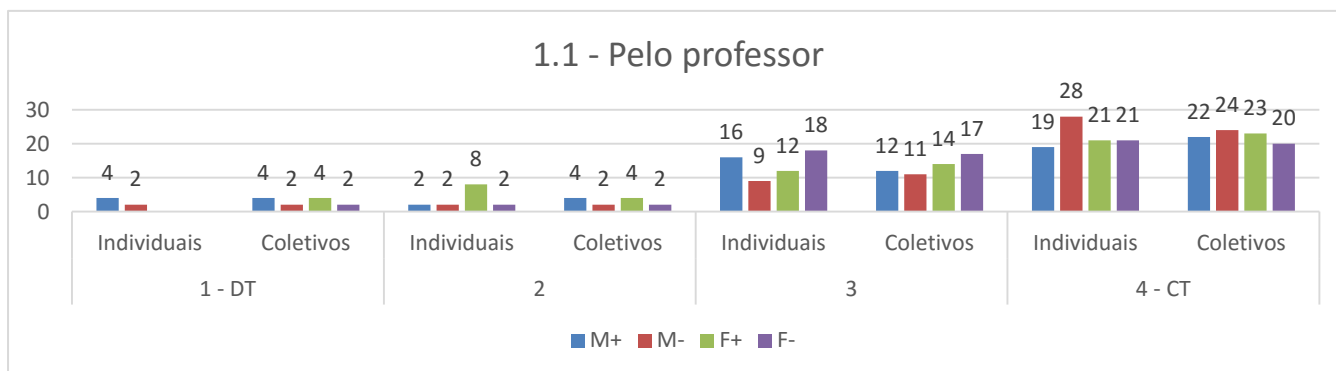


Gráfico 7 – Demonstração pelo professor

As demonstrações nas aulas de Educação Física são, maioritariamente realizadas pelo professor, com os alunos a atribuírem uma percentagem de 87,80% para os desportos individuais (nível 3 e 4) e uma percentagem de 87,19% para os desporto coletivos (nível 3 e 4), ao analisar estes dados, percebemos que não existem diferenças relevantes, entre desportos individuais e coletivos.

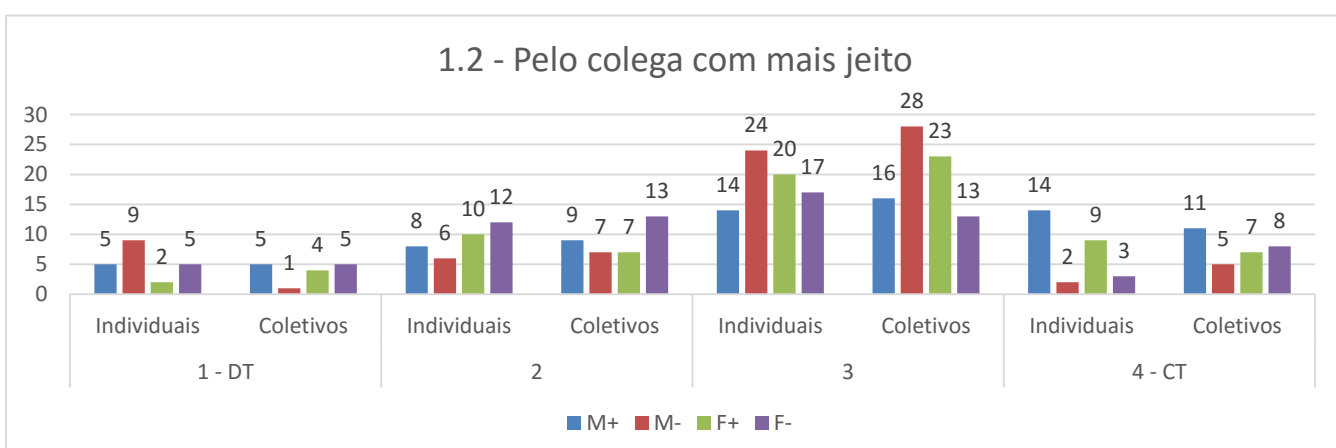


Gráfico 8 – Demonstração pelo aluno+

Através da análise do gráfico 8 percebemos que outra das estratégias muito utilizada pelos professores do ensino Secundário do agrupamento, é o recurso ao aluno que apresenta maior aptidão, onde 62,80% concordam ou concordam totalmente, no que diz respeito a utilização deste recurso nos desportos individuais. A percentagem de 67,68% obtida nos desportos coletivos, vem reforçar esta mesma ideia.

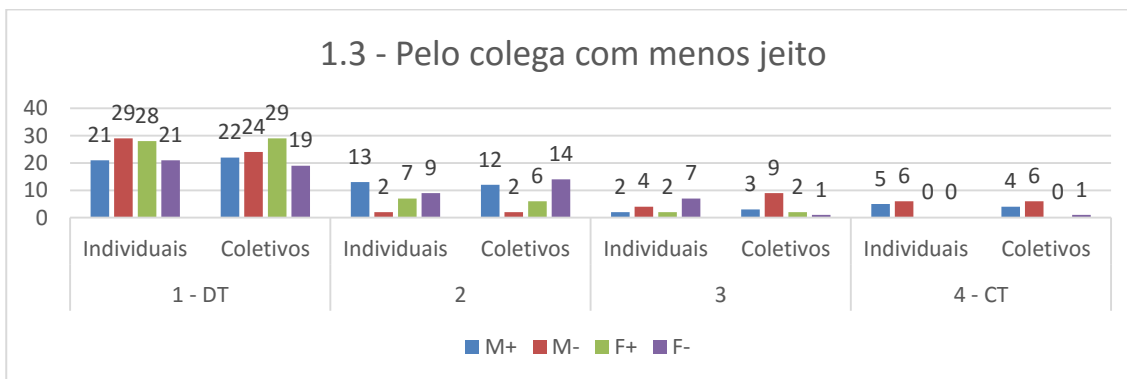


Gráfico 9 - Demonstração pelo Aluno-

Respetivamente ao gráfico acima podemos concluir que a utilização do aluno menos proficiente, para realizar uma demonstração, raramente é utilizada pelos professores que compõem o grupo disciplinar do agrupamento, onde 79,26% (desportos individuais) e 78,04% (desporto coletivos) dos alunos discorda ou discorda totalmente, no que diz respeito à utilização deste método, por parte do professor.

6.2.2. Composição

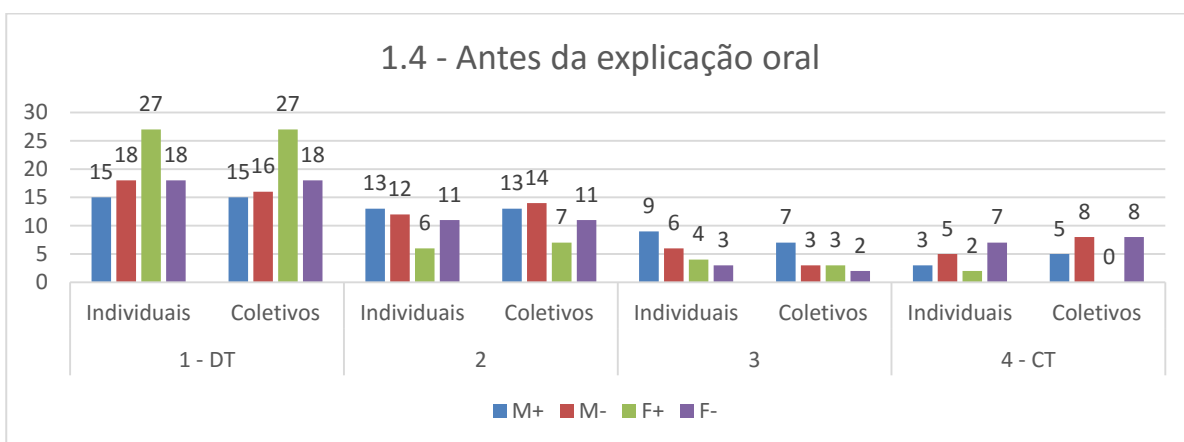


Gráfico 10 – Demonstração antes da explicação

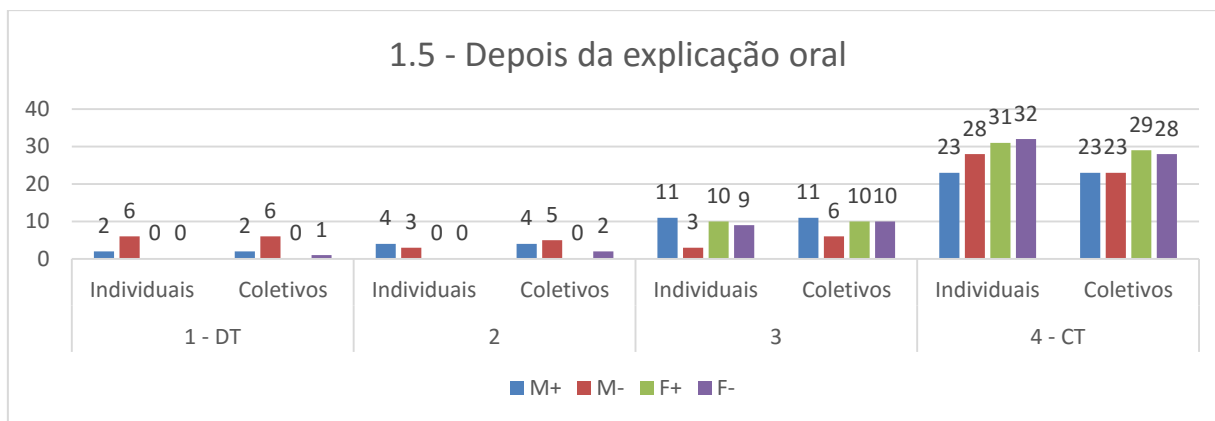


Gráfico 11 – Demonstração depois da explicação

Após a análise dos gráficos 10 e 11 é percebido com grande facilidade que a estratégia mais utilizada, no que diz respeito à composição da demonstração, é realizar a demonstração depois da explicação oral, onde, nos desportos individuais, 69,51% dos alunos concorda totalmente e nos desportos coletivos 62,80% dos alunos é da mesma opinião. Relativamente à demonstração antes da explicação oral 47,56% dos alunos discorda totalmente, o que nos leva a crer que esta é uma estratégia pouco utilizada por parte dos docentes de EF da Calazans Duarte.

6.2.3. Direção

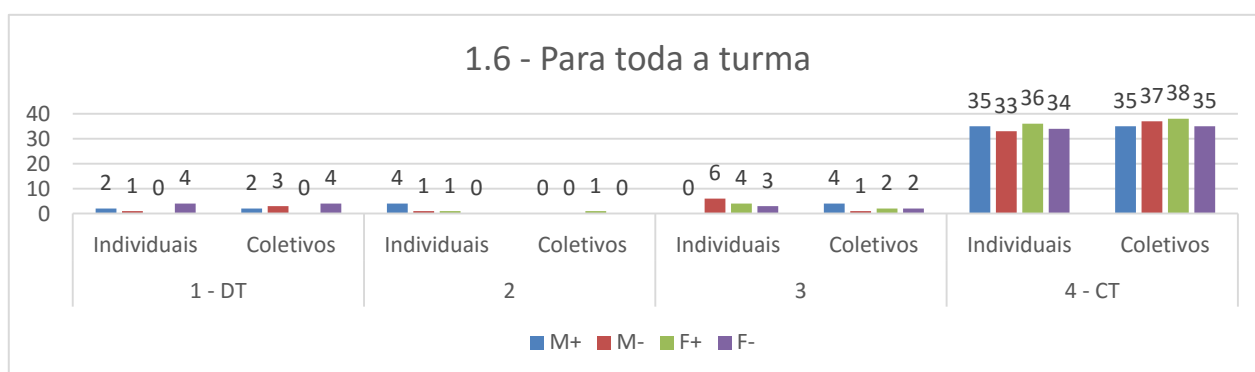


Gráfico 12 - Demonstração para a turma

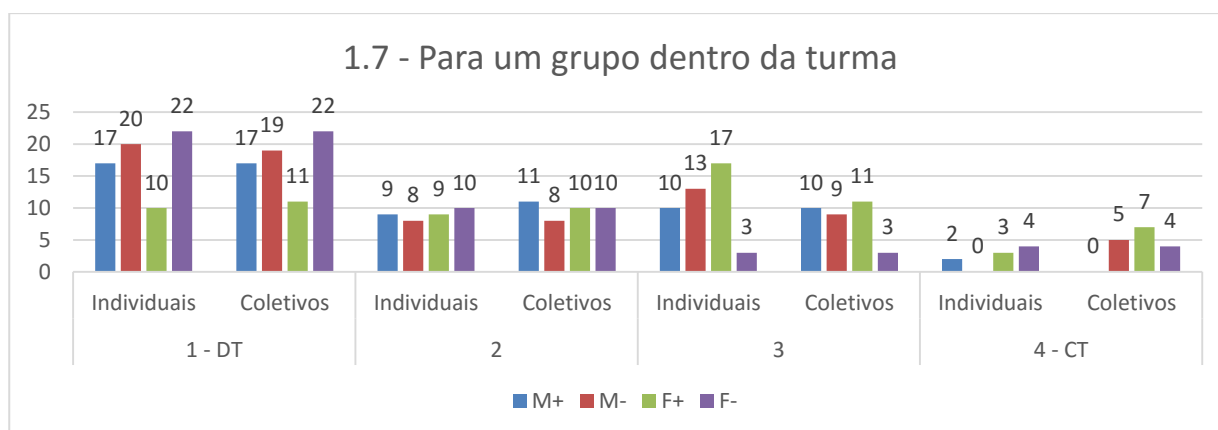


Gráfico 13 Demonstração para um grupo

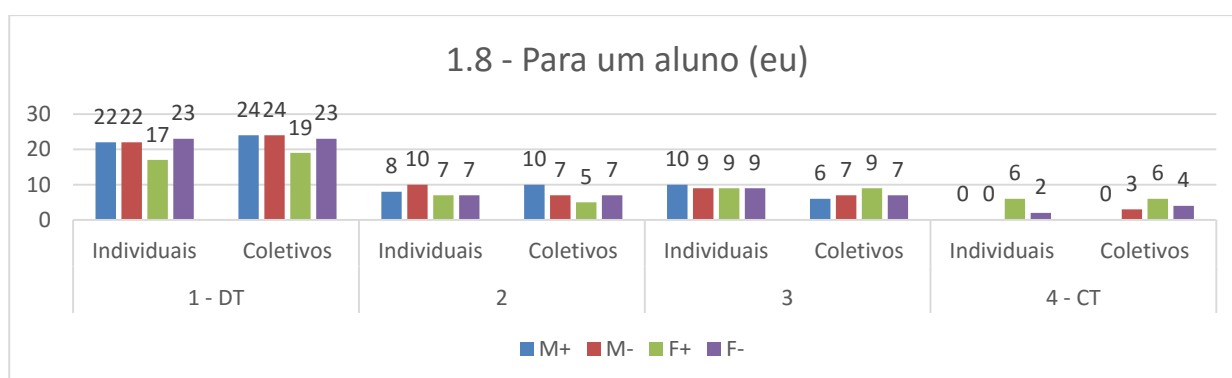


Gráfico 14 - Demonstração para um aluno

Os gráficos (12, 13 e 14) acima apresentados, correspondem aos dados obtidos relativamente à direção da demonstração, onde é perceptível que a estratégia mais utilizada no presente estabelecimento de ensino, é a demonstração direcionada para a turma, seja nos desportos individuais (84,14%) ou coletivos (88,41%), com os alunos a concordarem totalmente neste ponto, com as percentagem já mencionadas.

De salientar que a demonstração direcionada para o aluno, é a estratégia menos utilizada uma vez que, para os desportos individuais (51,21%) e coletivos (54,87%), apresenta a maior percentagem no nível mais baixo da escala (1 – discordo totalmente).

6.2.4. Momento

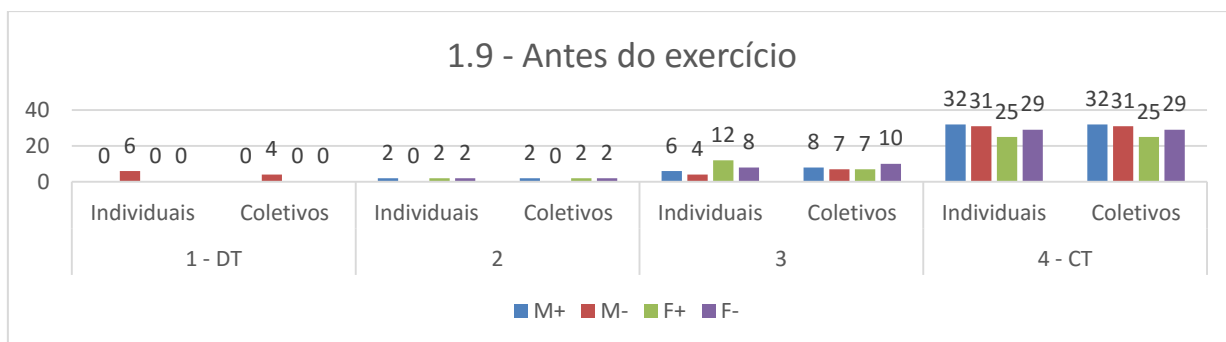


Gráfico 15 - Antes da realização do exercício

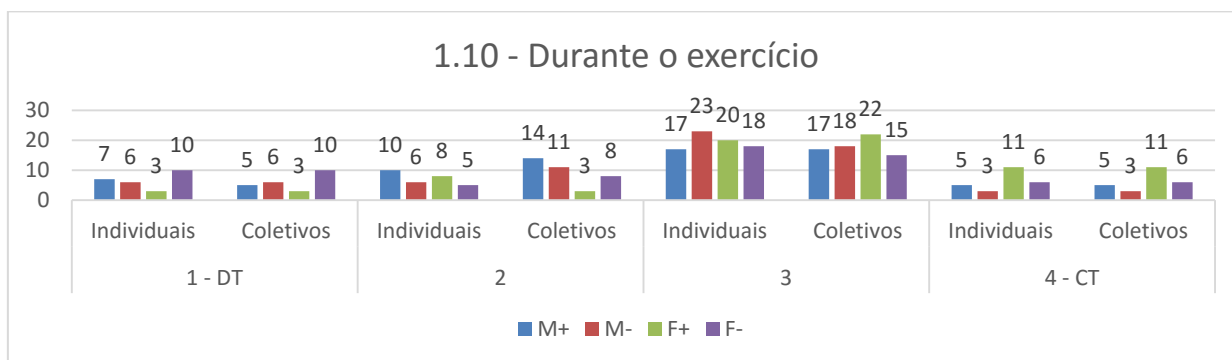


Gráfico 16 - Durante a realização do exercício

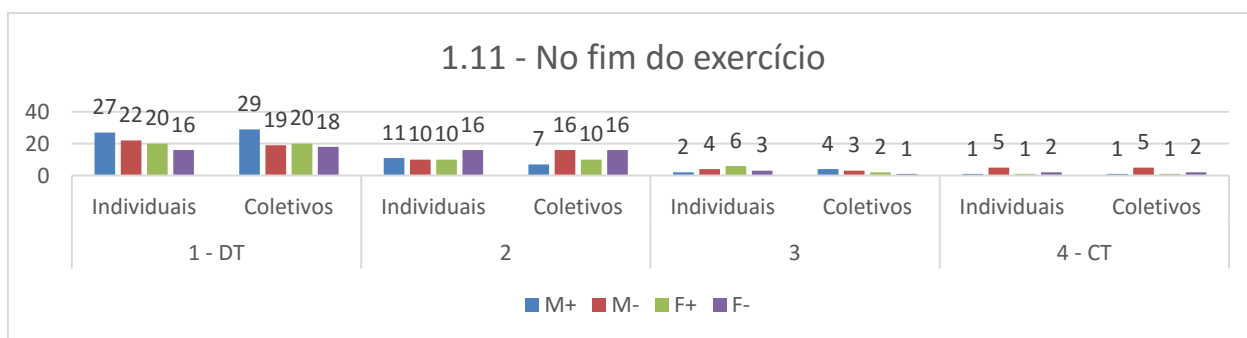


Gráfico 17- Depois da realização do exercício

Realizando uma reflexão sobre os gráficos 15, 16 e 17, percebemos que o momento mais utilizado pelos professores do agrupamento, é antes da realização do exercício, uma vez que tanto nos desportos coletivos como nos individuais, 71,34% (nível 4) dos alunos refere que esta é uma estratégia utilizada pela seu docente de EF. Em sentido inverso temos a demonstração realizada no fim do exercício onde os alunos mencionam que esta é a estratégia

menos utilizada pelos seus docentes com 51,82% a discordar totalmente nos desportos individuais e 52,43% a terem a mesma opinião para os desportos coletivos.

6.3. Preferências dos alunos relativamente às demonstrações nas aulas de EF

Apresentamos de seguida os dados referentes às preferências dos alunos relativamente às demonstrações nas aulas de EF, em relação ao modelo, composição, direção e momento.

6.3.1. Modelo

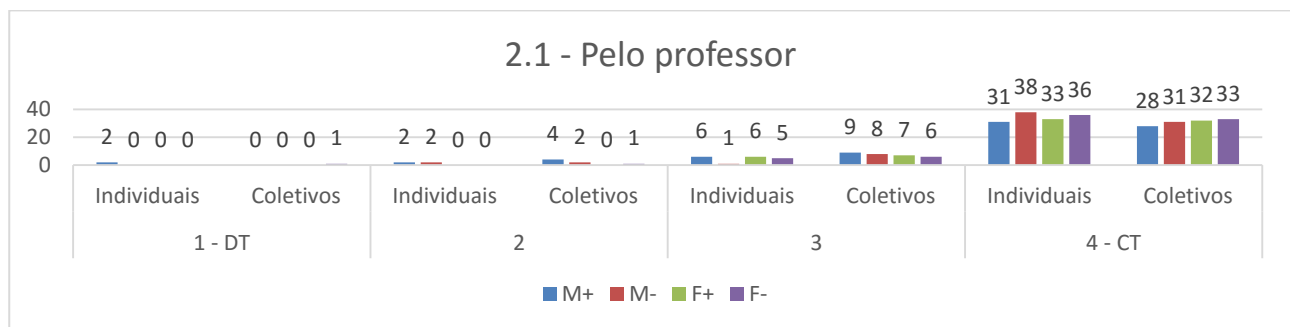


Gráfico 18 - Demonstração pelo professor

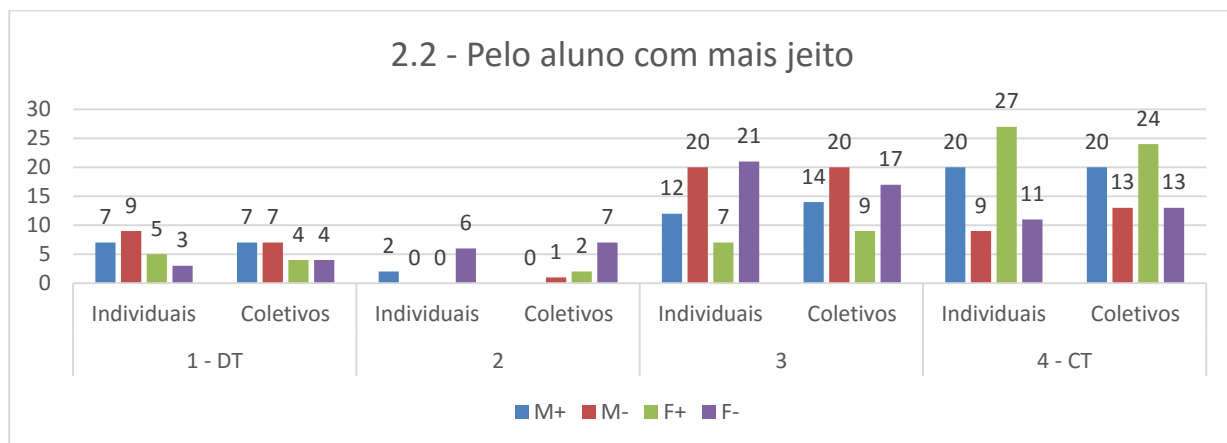


Gráfico 19 - Demonstração pelo aluno+

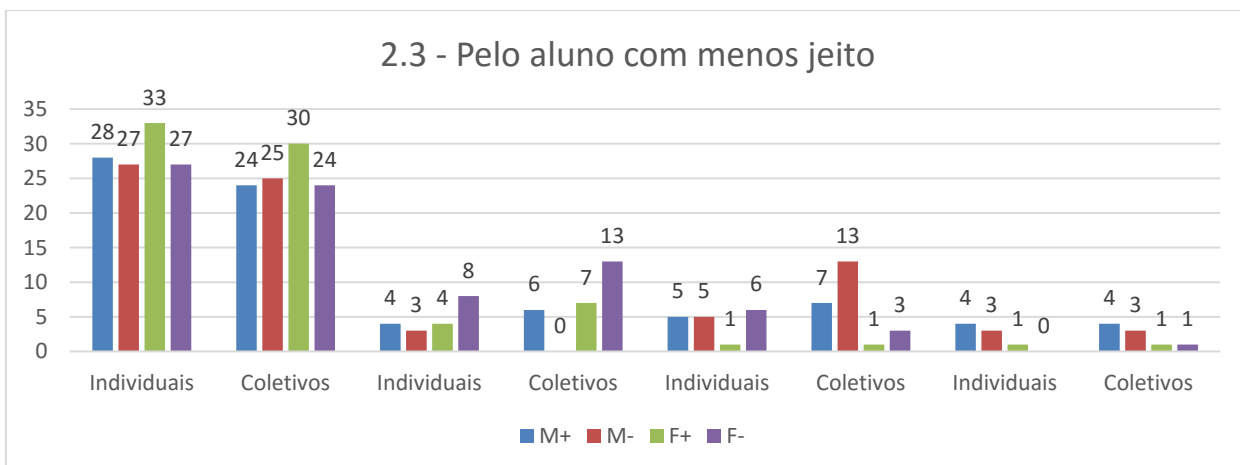


Gráfico 20 - Demonstração pelo aluno-

Relativamente aos dados obtidos nas questões que se incidiram sobre o modelo das demonstrações (gráficos 18, 19 e 20), percebe-se que as preferências dos alunos estão centradas no professor, assim como, no aluno com mais habilidade, onde tanto nos desportos coletivos (75,60%) como nos individuais (84,14%) preferem que as habilidades seja demonstradas pelo professor. No que diz respeito à demonstração realizada pelo aluno com mais habilidade e ao juntar o nível 3 com o nível 4 obtemos percentagens de 77,43% nos desportos individuais e 79,26% nos desportos coletivos. No entanto os alunos discordam totalmente quando a demonstração é realizada pelo aluno com menos habilidade, apresentando uma percentagem de 70,12% para os desportos individuais e de 62,80% para os desportos coletivos.

6.3.2. Composição

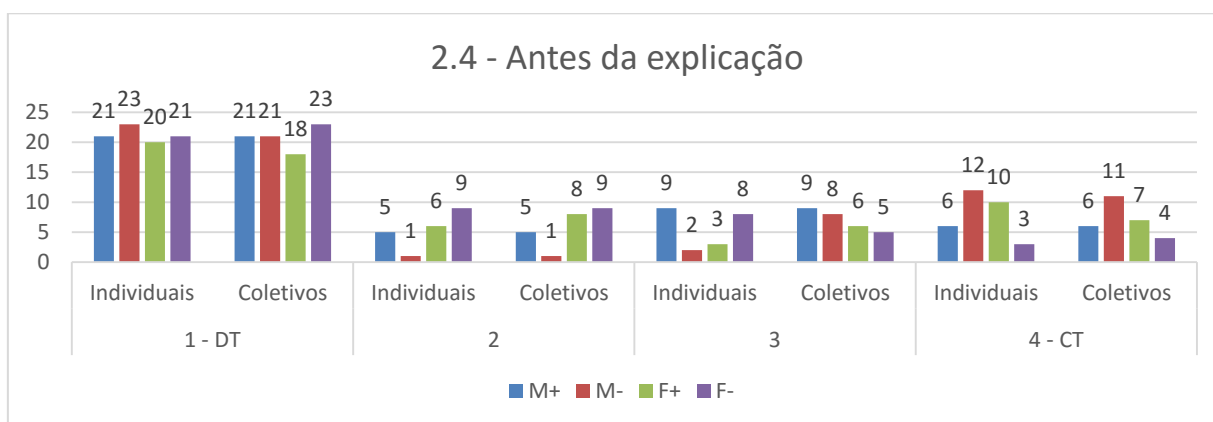


Gráfico 21 - Demonstração antes da explicação

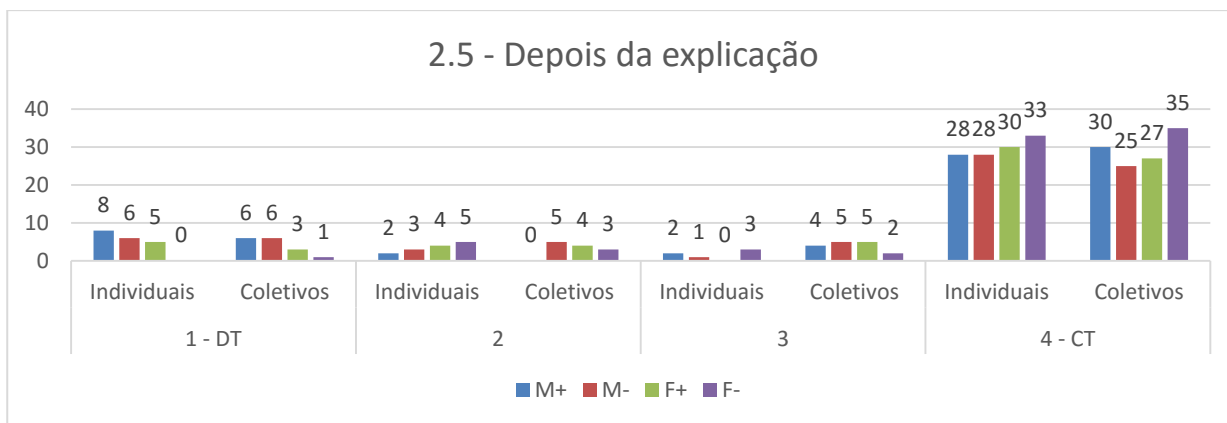


Gráfico 22 - Demonstração depois da explicação

Os gráficos (21 e 22) acima apresentados, dizem respeito às preferências dos alunos relativamente à composição da demonstração, desta forma percebemos que realizar a demonstração depois da explicação é o método preferencial para os alunos com 72,56% dos alunos a concordar totalmente para os desportos individuais e 71,34% a ter a mesma opinião para os desportos coletivos. No sentido inverso encontra-se o antes da explicação onde 51,83% discorda totalmente deste método nos desportos individuais e 50,60% tem a mesma opinião nos desportos coletivos.

6.3.3. Direção

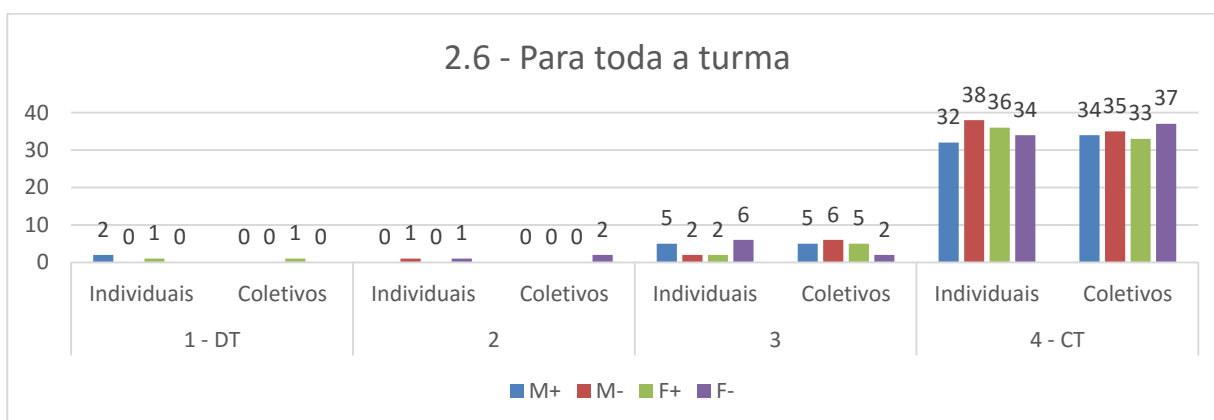


Gráfico 23 - Demonstração para a turma

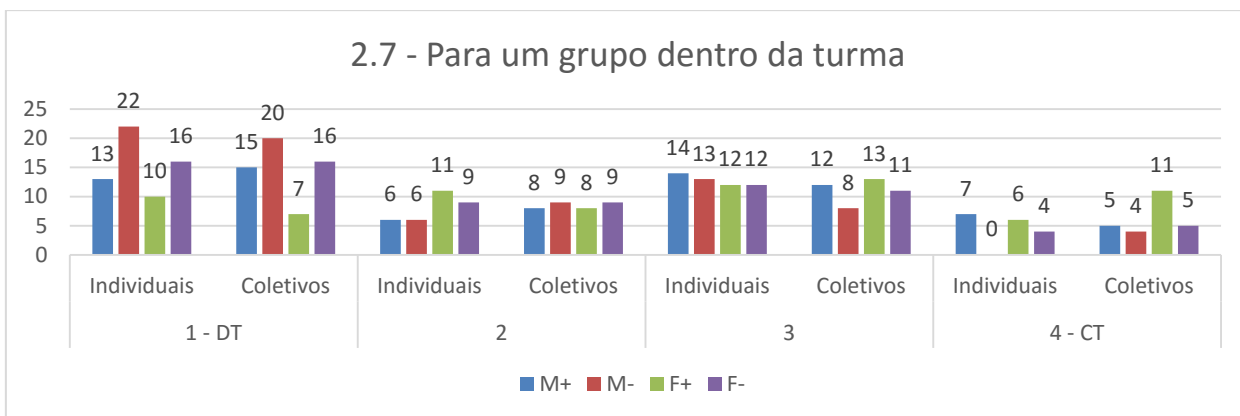


Gráfico 24 - Demonstração para um grupo

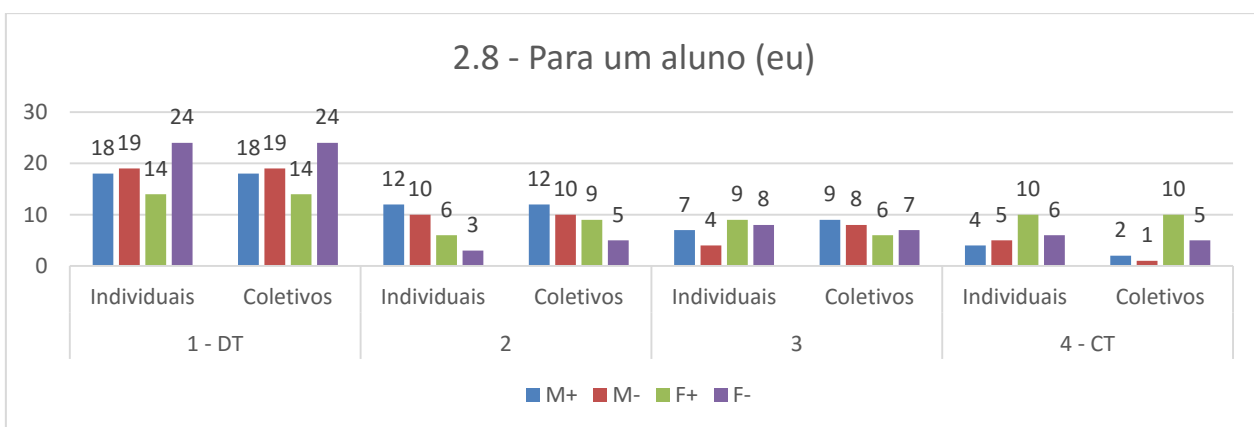


Gráfico 25 - Demonstração para um grupo

Relativamente aos gráficos 23, 24 e 25, temos o tratamento dos dados relativamente às preferências dos alunos acerca da direção da demonstração. Analisados os gráficos percebemos que o método que os alunos menos preferem é o direcionado para um aluno (para si) tanto nos desportos individuais como nos coletivos, apresentando ambos uma percentagem de 45,73%. No que diz respeito aos métodos preferenciais é perceptível que os alunos optam pela demonstração para a turma apresentando percentagens de 85,36% e 84,75 para desportos individuais e coletivos, respetivamente.

6.3.4. Momento

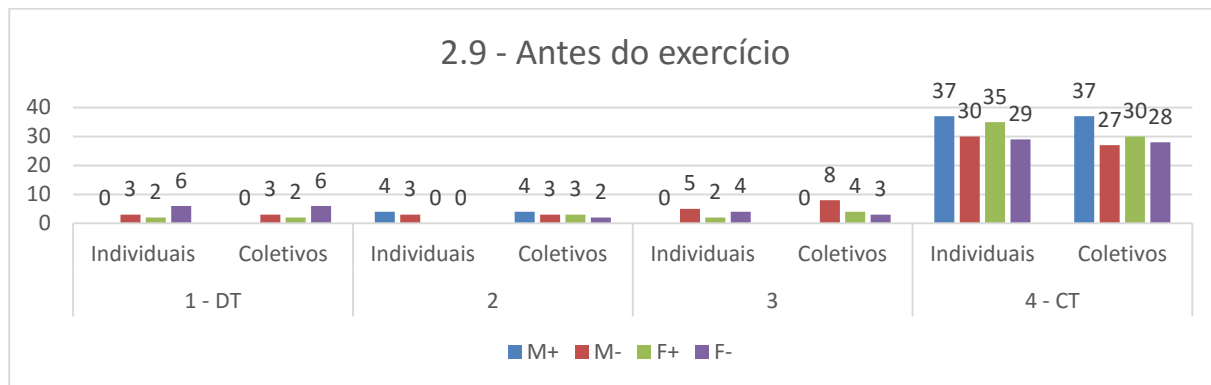


Gráfico 26 - Antes da realização do exercício

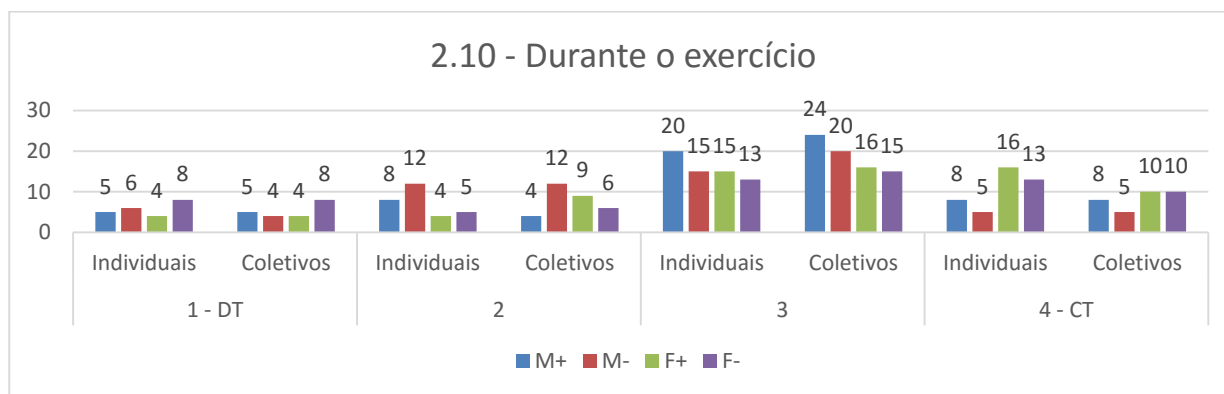


Gráfico 27 - Durante a realização do exercício

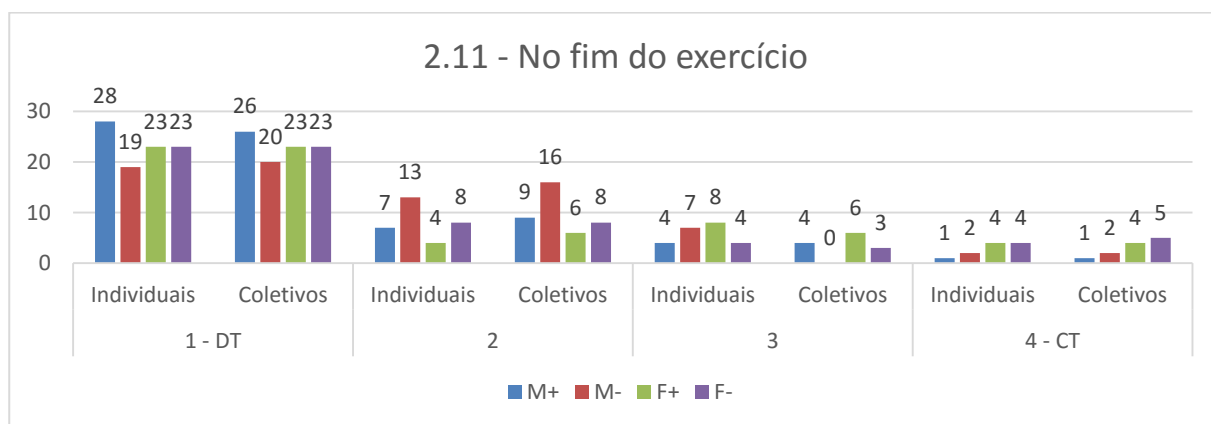


Gráfico 28 - Depois da realização do exercício

Realizando uma reflexão sobre os gráficos 26, 27 e 28, percebemos que o momento preferencial dos alunos, para se realizar uma demonstração, é antes da realização do exercício, uma vez que tanto nos desportos coletivos (75%) como nos individuais (79,87%), os alunos

concordam totalmente com esse método. Em sentido inverso temos a demonstração realizada no fim do exercício onde os alunos mencionam que esta é a estratégia menos que este menos preferem com 56,70% a discordar totalmente nos desportos individuais e 56,09% a terem a mesma opinião para os desportos coletivos.

6.4. Forma de demonstração associada a uma melhor aprendizagem

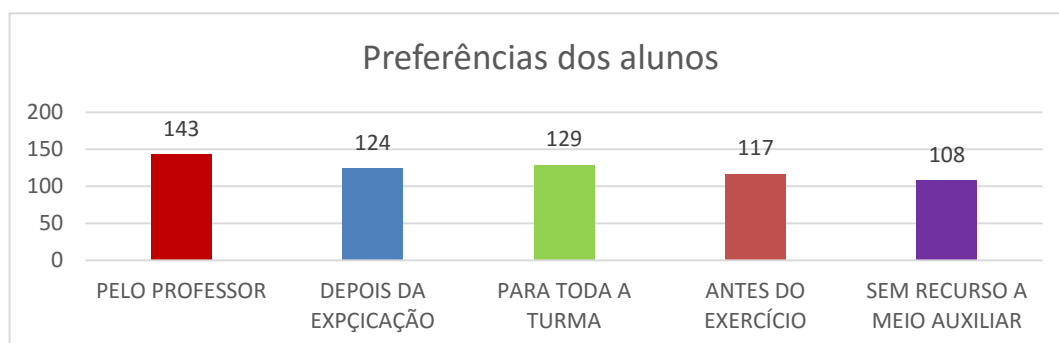


Gráfico 29 - Perfil_Demonstrações_Aluno

Através deste grupo, tínhamos como objetivo traçar o perfil ideal dos alunos relativamente às demonstrações, isto é, pretendíamos saber qual a melhor forma de ser realizada uma demonstração, do ponto de vista dos alunos, uma vez que são eles o principal condutor no processo de ensino-aprendizagem. Desta forma percebemos que os alunos preferem que a demonstração seja realizada pelo professor (87,20%), que seja feita depois da explicação (75,61%), direcionando-a para toda a turma (78,66%), devendo ser realizada antes do exercício (71,34%) e sem recurso a meios auxiliares (65,85%).

		Frequência	Porcentagem
Modelo	Pelo professor	143	87,20%
Composição	Depois da explicação	124	75,61%
Direção	Para toda a turma	129	78,66%
Momento	Antes do exercício	117	71,34%
Meios Auxiliares	Sem recurso a meios auxiliares	108	65,85%

Tabela 13 - Relação de frequências e percentagens

7. Discussão de resultados

Neste ponto será realizada a discussão dos resultados obtidos no estudo. Para uma melhor compreensão e organização desta discussão optamos por realizar uma divisão por subtópicos com o objetivo de dar resposta a os objetivos que foram inicialmente propostos.

7.1. Opinião dos alunos sobre a disciplina de Educação Física

Primeiramente é de referir que o nível de proficiência à disciplina de Educação Física influencia o gosto que cada aluno tem pela disciplina. Afetando também a importância que os alunos com mais ou menos proficiência, atribuem à disciplina para a sua formação global como pessoa, onde os alunos mais proficientes atribuem mais importância à EF do que os menos proficientes. Ao contrário do que seria expectável a melhor ou pior prestação à disciplina de EF não afeta de forma significativa a percepção que os inquiridos têm sobre o seu nível de desempenho nas aulas, o que nos pode levar a concluir que os alunos não têm percepção das suas capacidades/limitações à disciplina.

7.2. Tipo de demonstrações experienciadas nas aulas de Educação Física

Relativamente ao modelo da demonstração percebemos, pela análise dos alunos, que tanto o método mais utilizado pelos professores, assim como o método preferencial deles é o professor, estando em concordância também no método menos utilizado, que é o aluno menos proficiente. De salientar que os alunos também dão muita importância à demonstração realizada pelo aluno mais proficiente.

Referir que, no que diz respeito à composição da demonstração a mais utilizada pelos professores é depois da explicação e a menos utilizado é antes da explicação, indo assim ao encontro das preferências dos alunos.

No que concerne à direção da demonstração, ficou bem explícito que a mais utilizada é a demonstração direcionada para a turma e a menos utilizada é a direcionada para um aluno em específico entrando uma vez mais em consonância com os alunos.

Respetivamente ao momento a aplicar a demonstração os alunos preferem que esta seja feita antes do exercício, sendo este o momento mais aplicado pelos professores, no sentido inverso encontra-se a demonstração realizada depois da realização do exercício

7.3. Modo de demonstração associada pelos alunos a uma melhor aprendizagem

Após uma análise das preferências dos alunos, conseguimos traçar aquele que é o perfil preferencial dos alunos inquiridos, sobre a forma de como deve ser feita uma demonstração, onde fica evidente que os alunos preferem que a demonstração seja realizada pelo professor (87,20%), que seja feita depois da explicação (75,61%), direcionando-a para toda a turma (78,66%), devendo ser realizada antes do exercício (71,34%) e sem recurso a meios auxiliares (65,85%).

8. Conclusão do tema-problema

Com este estudo pretendemos dar resposta ao objetivo, inicialmente proposto, onde pretendíamos compreender qual era o impacto percebido da demonstração na aprendizagem dos alunos proficientes e dos alunos não proficientes em Educação Física? Após a análise das variáveis, não obtivemos dados relevantes no que concerne à diferença do impacto que as demonstrações têm em alunos, mais ou menos, proficientes. Mas podemos perceber que o nível de proficiência influencia o gosto e a importância atribuída à disciplina de Educação Física, onde os alunos mais proficientes respondem de forma mais positiva a estas questões. De salientar que de todas as formas de demonstração os alunos atribuem uma maior importância à demonstração realizada pelo professor; no sentido inverso, percebemos que são raros os casos em que os alunos preferem que sejam utilizados meios auxiliares.

Percebemos ainda que as demonstrações utilizadas pelos professores vão ao encontro das preferências dos alunos nos diversos blocos temáticos da demonstração, o que nos levou a colocar algumas questões entre as quais: Que meios a utilizar para que o aluno perceba melhor a demonstração? Será que o professor tem a percepção das preferências dos alunos relativamente às demonstrações, indo ao encontro das preferências dos alunos?

Colocadas estas questões, para futuras investigações nesta área devem ter em atenção à aplicação dos questionários, podendo-o realizar em dois momentos diferentes onde inicialmente poderiam realizar o questionário direcionado para os desportos individuais e num segundo momento replicar o questionário aos mesmos alunos mas sobre os desportos coletivos, uma vez que não obtivemos diferenças a assinalar, para ser possível determinar a diferença entre os desportos individuais e os desportos coletivos. Outra sugestão seria o método de escolha dos alunos a inquirir. Passando pela seleção dos alunos mais e/ou menos proficientes, a nível escolar uma vez que o melhor/pior aluno de uma turma pode não o ser comparando com a nota qualitativa da disciplina de outras turmas.

Conclusão

Concluído o processo de formação, é indispensável realizar uma reflexão acerca do trabalho desenvolvido durante todo o ano em que estivemos em estágio pedagógico. Salientando que foi um ano extremamente produtivo na obtenção de aprendizagens, assim como, no crescimento pessoal e profissional. Onde era necessário, ultrapassar barreiras e dificuldades, visando alcançar todos os objetivos que nos foram propostos para desempenhar da melhor forma o papel de docente.

Foi através do NEEF e dos seus orientadores que nos foi permitido adquirir competências, instrumentos e conhecimentos para conseguir alcançar objetivos. Sendo os principais condutores das aprendizagens adquiridas ao longo do ano de estágio. O trabalho desenvolvido na turma F do 10º ano foi essencial para este crescimento, onde tentamos inculcar vários princípios nos alunos, promovendo as aprendizagens, a relação alcançada com a turma foi um dos meios facilitadores de aprendizagens, servindo de ponte para toda a prática pedagógica desenvolvida.

Em suma, a realização deste mestrado tornou-se muito benéfica, que serviu para munirmos de instrumentos, estratégias e formas de uma condução eficaz da prática pedagógica, sendo necessário salientar, que para que um docente possa estar em concordância com as metas propostas tem que estar em constante formação, sendo este o nosso objetivo de agora em diante.

Referências bibliográficas

- Alarcão, I. (2013). *Formação Reflexiva de professores – Estratégias de supervisão*. Porto: Porto Editora;
- Aranha, A. (2005). *Pedagogia da Educação Física e do Desporto I: Processo ensino-aprendizagem, Organização de ensino, Estilos de Ensino*. Vila Real: UTAD;
- Aranha, A. (2007). *Observação de aulas de Educação Física. Sistematização da observação – sistemas de observação de registo*. Vila Real: UTAD;
- Anastasiou, L.; Alves, L. P. (Orgs.) *Processos de ensinagem na universidade: pressupostos para as estratégias de trabalho em sala*. Joinville: Univille, 2003;
- Bento, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª Edição, Lisboa, Livros Horizonte;
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte;
- Bloom, B. (1971). *Handbook on formative and summative evaluation of student learning*. New York: McGraw-Hill;
- Caetano, A. (1997). Dilemas dos professores. In: Estrela, M. T. (org.). *Viver e construir a profissão docente*. Porto: Porto Editora, Coleção Ciências da Educação, n. 26;
- Carrol, W. e Bandura, A. 1990. *Representation guidance of action in observational learning: a causal analysis*. **Journal of Motor Behavior**, v.22, n.1,p.85-97;
- Cruz, J. (2002). *A intervenção pedagógica do treinador de Hóquei em Patins: estudo aplicado em treinadores do escalão de infantis A*. FCDEF-UO. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto;

- Damião, M. H. (1996). Pré, inter e pós acção: Planificação e avaliação em pedagogia;
- Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho. *Diário da República, 1.ª série — N.º 129*. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa;
- Decreto-Lei n.º 91/2013 de 10 de julho. *Diário da República, 1.ª série — N.º 131*. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa;
- Decreto-Lei n.º 176/2014 de 12 de dezembro. *Diário da República, 1.ª série — N.º 240*. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa.
- Despacho normativo n.º 17-A/2015 de 22 de setembro. *Diário da República, 2.ª série — N.º 185*. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa;
- De Ketele, J.-M. (1981). *Représentations qu'ont de l'école les parents, élèves et professeurs de l'enseignement secondaire. Les Sciences de l'Éducation*, 2-3, 59-95;
- Feltz, D. 1982. *The effect of age and number of demonstrations on modeling of form and performance. Research Quarterly for Exercise and Sport*, v.53, n.4, p.292-6;
- Hebrard, A (1974). Les limites de la démonstration, *Annales de IENSEPS*, (5) Jun, Paris;
- Nobre, P. (2012). Estudos Avançados em Desenvolvimento Curricular em Educação Física. Apontamentos Pedagógicos 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;
- Oliveira, M. T. M. (2002). *A indisciplina em aulas de Educação Física: Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de Educação Física do 2º e 3º ciclos do Ensino Básico*. Viseu: Instituto Superior Politécnico de Viseu;
- Pacheco, J. (1994). *A avaliação dos alunos na perspetiva da reforma (Proposta de*

Trabalho). Porto: Porto Editora;

Pacheco, J. A. (1996). *Currículo: teoria e práxis*. Porto: Porto Editora;

Pacheco, J. (2002) *Critérios de avaliação na escola*. In Avaliação das aprendizagens: das concepções às práticas. Lisboa: Departamento da Educação Básica (p. 53 – 64)

Quina, J. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Bragança: Edição do Instituto Politécnico de Bragança;

Ribeiro, L. C. (1999). *Avaliação em aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora;

Ribeiro, E. (2013), Material de apoio da Unidade Curricular de Didática da Educação Física e Desporto Escolar, FCDEF-UC, Coimbra;

Sarmiento, P. (1992). A demonstração como processo de auto-observação. In Pedro Sarmiento et al, *Pedagogia do Desporto: Estudos 1* (pp.18-26). Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa. Faculdade de Motricidade Humana;

Santos, S. (2001). *O processo de ensino-aprendizagem e a relação professor-aluno: aplicação dos “sete princípios para a boa prática na educação de Ensino Superior”*. **Caderno de Pesquisas em Administração**, v. 08, n. 1, p. 70-82.

Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education, Second edition*. Palo Alto: Mayfield Publishing Company;

Siedentop, D. (1991). *Developing teaching skills in physical education (3rd Ed.)*. Mayfield Publishing Company;

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

Tonello, M.G.M. & Pellegrini, A.M. (1998) Rev. paul. Educ. Fís., São Paulo, 12(2): 107-14, jul./dez. 1998.

Anexos

Anexo I – *Roulement* de espaços;

Anexo II – Ficha de caracterização da turma;

Anexo III – Exemplo de plano de aula;

Anexo IV – Ficha de registo da assiduidade dos alunos;

Anexo V – Grelha de observação de aulas;

Anexo VI – Exemplo de grelha de Avaliação Diagnóstica;

Anexo VII – Exemplo de grelha de Avaliação Formativa;

Anexo VIII – Exemplo de grelha de Avaliação Sumativa;

Anexo IX – Grelha de avaliação 2º Período;

Anexo X – Questionário final – Tema-Problema;

Anexo XI – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “A Ginástica como matéria de ensino”;

Anexo XII – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “O Badminton como matéria de ensino”;

Anexo XIII – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “A Dança como matéria de ensino”;

Anexo XIV – Certificado de participação - Oficina de Ideias;

Anexo XV – Certificado de participação – V Fórum Internacional das Ciências da Educação Física com o tema: *Ensinar e Aprender em Educação Física*;

Anexo XVI – Certificado de apresentação – V Fórum Internacional das Ciências da Educação Física com o tema: *Matabol – Uma nova abordagem aos Desportos Coletivos*

Anexo I – Roulement de espaços

		eseacd escola secundária eng.º acácio calazans d'urte																				
		Distribuição (1) dos Espaços de Aula de Educação Física																				
		2ª Feira				3ª Feira				4ª Feira				5ª Feira				6ª Feira				
		Gin	Exter	Poliv	Relv	Gin	Exter	Poliv	Relv	Gin	Exter	Poliv	Relv	Gin	Exter	Poliv	Relv	Gin	Exter	Poliv	Relv	
08:30		11E	10D	12M	11C	11A	12G	11H	11J	10E	12H	12F	11C	11B	10F	11H	10B	10GI	12A	12C	12B	
		SD	SR	?	PT	RV	SD	?	PT	SR	SD	?	PT	AS	CS	?	EF	NE	SD	PT	RV	
09:15		11E	10D	12M	11C	11A	12G	11H	11J	10E	12H	12F	11C	11B	10F	11H	10B	10GI	12A	12C	12B	
		SD	SR	?	PT	RV	SD	?	PT	SR	SD	?	PT	AS	CS	?	EF	NE	SD	PT	RV	
10:15		9E	12A	11G	10A	12JL	10H	12C	9A	11E			9B	9E		12I	12B	11D	12H	12F	9H	
		CS	SD	PT	EF	?	CS	PT	EF	SD			EF	CS		?	RV	RV	SD	?	NE	
11:00		9G	12A	11G	10A	12JL	10H	12C	9A	11E			9C	9B	9E	VacB1A	12I	12B	11D	12H	12F	9H
		NE	SD	PT	EF	?	CS	PT	EF	SD			CS	EF	CS	SC	?	RV	RV	SD	?	NE
11:55		12E		12D	10B	12E	10D	11F	10A	10C	12G	9D		10GI	10JL	9D	9B	11A	11LM	11F	11N	
		SD	?	EF	SD	SR	PT	EF	SR	SD	CS			NE	SR	CS	EF	RV	SG	PT	?	
12:40		12E	VacB1B	12D	10B	12E	10D	11F	10A	10C	12G			9A	10GI	10JL	9D	11A	11LM	11F	11N	
		SD	NE	?	EF	SD	SR	PT	EF	SR	SD			EF	NE	SR	CS	RV	SG	PT	?	
13:30																						
14:15																						
15:10		10C	10F		9F	11D	VacB1A	9C	9H					10E	VacB1B	12D		9G				
		SR	CS		NE	RV	SG	CS	NE					SR	NE	?		NE				
15:55		10C	10F		9F	11D	VacB1A	9C	9F					10E	VacB1B	12D		9G				
		SR	CS		NE	RV	SG	CS	NE					SR	NE	?		NE				
16:50		11B	10H	VacS2AB	VacB2A	VacS1AB	VacS2CD	11G	VacB2A					10MN	10O		VacB2A		10P			
		AS	CS	RV	NE	RV	SG	PT	NE					SR	SG		NE		SG			
17:35		11B	10H	VacS2AB	VacB2A	VacS1AB	VacS2CD	11G	VacB2A					10MN	10O				10P			
		AS	CS	RV	NE	RV	SG	PT	NE					SR	SG				SG			

Professores	RV - Rui Verdingola (EF 1)	? - (EF 7)
	EF - Ernesto Ferreira (EF 2)	SR - Sheila Roda (EF 8)
	AS - António Santos (EF 3)	CS - Cláudio Sousa (EF 9)
	PT - Paulo Tojeira (EF 4)	NE - Nuno Escudeiro (EF 10)
	SD - Susana Domingues (EF 5)	SG - Sérgio G. Ramalho (EF 12)

No 1º Período, de

28 de Setembro a 23 de Outubro

Anexo II – Ficha de caracterização da turma

Ficha de Caracterização Individual do Aluno

DADOS PESSOAIS
Nome: _____
Ano: _____ Turma: _____ Nº: _____ Data de Nascimento: ___/___/___ Idade: _____
Nacionalidade: _____
Morada: _____
Telef: _____ Telemóvel: _____
E-mail: _____
Distância casa/escola: _____ (Km) Tempo gasto na deslocação: _____(min)
Meio de transporte que utilizas com mais frequência? _____

SAÚDE
Tens algum problema de saúde:_____ Se sim, qual (ou quais):_____
Algum destes problemas dificulta ou impede a prática de atividade física?_____
Já tiveste alguma doença grave: _____ Se sim, qual (ou quais): _____
Costumas adoecer frequentemente? _____
Com que frequência vais ao médico? _____

DADOS ESCOLARES

Gostas de frequentar a escola? _____

Já reprovaste: _____ Se sim, quantas vezes: _____ Em que anos: _____

Quais os motivos:

Doença Excesso de Faltas Mudança de Escola

Mau Aproveitamento Escolar Outros Quais: _____

Qual a tua frequência de estudo:

Diariamente Semanalmente Em vésperas de testes Nunca

Quais as habilitações literárias que pretendes atingir:

Escolaridade obrigatória 12º Ano Curso Superior

Curso Profissional

Tiveste Educação Física no 1º ciclo? _____ Se sim, quantos anos? _____

Qual a classificação final obtida na disciplina de Educação Física no ano anterior? _____

Assinala com um **X** na resposta que melhor caracteriza o seu nível de satisfação:

Modalidades	Não Gosto	Gosto Pouco	Gosto	Gosto Muito	Nunca Pratiquei
Basquetebol					
Andebol					
Futsal					
Voleibol					
Rugby					
Ténis					
Badminton					
Atletismo					
Ginástica					
Dança					
Desportos Combate					
Escalada					

Das modalidades mencionadas anteriormente, em quais sentes mais dificuldades?

Gostas mais de Desportos coletivos ou individuais? _____

DADOS DESPORTIVOS

Já praticaste alguma modalidade desportiva federada? _____

Se sim, qual (ou quais)? _____ Quantos anos? _____

Atualmente, praticas alguma modalidade? _____

Se sim, qual (ou quais)? _____

Com que frequência praticas semanalmente? _____

Gostarias de frequentar algum núcleo de desporto escolar? _____

Se sim, qual (ou quais)? _____

Gostarias de praticar algum desporto que ainda não tenhas praticado? _____

Se sim, qual (ou quais)? _____

Obrigado pela vossa colaboração!! 

Anexo III – Exemplo de plano de aula




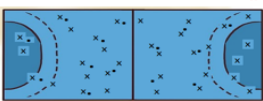
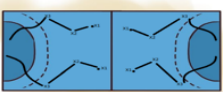

Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente
Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte






Justificação do Plano de Aula			
<i>Nome do Professor</i>	<i>Ano/Turma</i>	<i>Data</i>	<i>N.º de Aula</i>
Ricardo Pimentel	10º F	03/03/2016	85 e 86
<p>Esta aula tem como principal objetivo trabalhar o passe/recepção, remate e o posicionamento ofensivo e defensivo. Privilegiando a execução das componentes defensivas e ofensivas em situação de jogo. Desta forma a aula começará com uma abordagem sobre o trabalho que será desenvolvido durante a aula. A tarefa 1 que servirá para a ativação fisiológica dos alunos, será composta por dois momentos, 1º irão realizar 3 voltas ao campo para ativação geral e num 2º momento começarão a trabalhar com bola, onde será realizado o jogo do meio, com o principal objetivo de desenvolver, no processo ofensivo os deslocamentos e passe/recepção, e no processo defensivo, a interceção da bola e posicionamento defensivo.</p> <p>A tarefa 2 tem como principal objetivo trabalhar o passe/recepção e o remate da ponta, onde os alunos estão divididos por 4 secções diferentes, e irão rodar pelas diversas secções. Optei por organizar a tarefa desta forma para que os alunos percebam que têm outras opções para além do remate de zona central, tendo como objetivo que na situação de jogo os alunos não afunilem tanto o jogo pela zona central. Os alunos passarão pelas várias secções para que percebam as diferenças e consigam experimentar o remate de diversos ângulos.</p> <p>A tarefa 3 será situação de jogo. Nesta aula irei privilegiar a situação de jogo, uma vez que através do jogo conseguirei trabalhar alguns princípios básicos, defensivos onde será desenvolvido o posicionamento defensivo e formas de desarmar o adversário. No processo ofensivo pretendo que os alunos sejam capazes de realizar movimentações que possam criar desequilíbrios na equipa contrária através do passe e desmarcação.</p>			

PLANO DE AULA	Mestrando	Ricardo Pimentel	Período	2º	Aula n.º	85 e 86	Duração	90'
	Data	03/03/2016	Ano/Turma	10º F	N.º de Alunos Previstos	29	Aula n.º / Total	7 e 8/16
	Local	Polivalente	Hora	08h30	Unidade Didática	Andebol		
	Função Didática	Exercitação (passe de peito, picado e de ombro; remate em apoio e em suspensão; pega de bola; drible; situação de jogo).						
Objetivos de Aula	Exercitação (passe de peito, picado e de ombro; remate em apoio e em suspensão; pega de bola; drible; situação de jogo).							
Sumário	Exercitação (passe de peito, picado e de ombro; remate em apoio e em suspensão; pega de bola; drible; situação de jogo).							
Recursos Materiais	20 bolas; 15 cones; 15 coletes; 1 campo; 2 balizas.							

Tempo		Tarefas	Organização	Objetivos /Componentes Críticas/ Critérios de Êxito	Estilos de Ensino /Palavras-Chave/ Estratégias	Avaliação
T	P					
PARTE INICIAL						
08h30	10'	Alunos dirigem-se para a porta do material, recolhendo o equipamento necessário, dirigindo-se de seguida para o polivalente.	Os alunos deslocam-se para o clube de ténis de forma ordenada.			
08h40	5'	Apresentação dos conteúdos a abordar na aula.	Os alunos dispõem-se em semicírculo, observando e escutando o professor. De seguida, o professor transmite aos alunos os objetivos da aula. 			

08h45	5'	Tarefa 2: Jogo do meio Exercitação do passe e recepção. Trabalhar deslocamentos ofensivos e defensivos.	<p>Numa fase inicial realizam 3 voltas ao campo e de seguida com os alunos a trabalhar em trios estarão dispostos pelo campo, um dos alunos estará no meio, e os outros dois terão que efetuar troca de bola entre si.</p> 	<p>Os alunos realizam a tarefa respeitando os seguintes critérios de êxito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Constante movimento; - Não podem utilizar o passe de ombro; - Só podem realizar intercepção da bola com os membros superiores (MS). 	EE: Tarefa	Deslocamentos defensivos
PARTE FUNDAMENTAL						
08h50	5'	Organização e Transição	Alunos ouvem a explicação do exercício seguinte.			
08h55	22'	Tarefa 2: Passe/Recepção e Remate Exercitar o passe/recepção Exercitar o remate <i>5' em cada área de serviço.</i> <i>2' rotações.</i>	<p>Os alunos mantendo os grupos criados na tarefa anterior, vão dividir-se pelos quatro setores. Onde terão que realizar a tarefa da seguinte forma:</p>  <p>Passe de Peito:</p> 	<p>Os alunos realizam o passe de peito respeitando as seguintes componentes críticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - M.I. contrário ao M.S. dominante mais avançado; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Palma da mão voltada para o local de passe com dedos orientados para cima; Rodar o tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Rodar o tronco para a frente simultaneamente ao movimento de extensão do M.S. dominante, flectindo o pulso na fase final de modo a imprimir uma trajetória em "V"; Transferência do peso do corpo para o M.I. mais avançado. <p>Os alunos realizam o remate em suspensão respeitando as seguintes componentes críticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Salto efectuado com o M.I. contrário ao M.S. de remate; com flexão do outro M.I.; M.S. dominante flectido, armado à 	EE: Tarefa e Descoberta Guiada	<p>Remate: Verificar se o braço realiza um ângulo de 90° quando o aluno está a armar o braço; M.I. contrário à frente, em relação ao MS que remata.</p>

			<p>Remate em suspensão:</p> 	<p>retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Rotação ampla do tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Imprimir rapidez à rotação do tronco para a frente simultaneamente com o movimento de extensão do M.S. dominante; No momento do lançamento realizar um movimento de "chicotada" no qual os dedos executam uma pressão de cima para baixo sobre a bola, imprimindo-lhe potência; Serão realizados 3 apoios finais (ex.: esquerdo, direito, esquerdo) devendo armar-se o M.S. no 2º apoio e rematar após o 3º apoio.</p>		
09h17	3'	Hidratação, Organização e Transição	Distribuição dos coletes para a situação de jogo.			
09h20	27'	Tarefa 2: Situação de jogo 7x7. Exercitar situação de jogo.	<p>Alunos divididos em equipas de 7 elementos cada vão realizar situação de jogo, respeitando os sistemas táticos abordados anteriormente.</p> 	<p>Os alunos realizam situação de jogo, ofensiva, respeitando os seguintes critérios de êxito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 jogadores colocam-se na primeira linha e três na segunda linha; deve haver constante movimento colectivo, com cruzamentos sucessivos. <p>Os alunos realizam situação de jogo, defensiva, respeitando os seguintes critérios de êxito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jogadores dispostos em linha cobrindo a área; Não sijoim a área restrita. 	EE: Tarefa e Descoberta Guiada	<p>Posicionamento Ofensivo Posicionamento Defensivo</p>
PARTE FINAL						
09h47	3'	Reflexão Final	Os alunos encontram-se sentados no chão, em semicírculo, em frente ao professor.		Alunos selecionados pelo professor de forma aleatória irão responder a uma questão cada para registo da Avaliação do Domínio Cognitivo.	Os alunos respondem às questões colocadas pelo professor de forma satisfatória.
09h50	10'	Alunos deslocam-se para os balneários.				

Grelha de Avaliação Formativa																															
Nº Aluno	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	28	29	30	31		
Questionamento	A				B	A		B		B	B			B	B	B		A			B		B	A		B			B		
Esforço/Empenho	AM	B	A	A	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	AM	B	B	A	A	A	B	B	A	A	B	

Reflexão Final

No que diz respeito à apreciação metodológica é de referir que esta aula teve como principais objetivos trabalhar o passe/recepção, remate e o posicionamento ofensivo e defensivo. Privilegiando a exercitação das componentes defensivas e ofensivas em situação de jogo. Desta forma comecei a aula realizando uma revisão dos conteúdos abordados na aula anterior. Assim, depois dos alunos chegarem ao polivalente devidamente equipados, a sessão teve início com aquecimento, dividido em duas fases, corrida, para activação geral e atividade lúdica para que os alunos começassem a manusear a bola. A tarefa seguinte teve como principal objetivo trabalhar o passe/recepção e o remate da ponta, optei por organizar a tarefa desta forma para que os alunos percebam que têm outras opções para além do remate de zona central, tendo como objetivo que na situação de jogo os alunos não afunilem tanto o jogo pela zona central. Privilegiei o fato dos alunos passarem pelas várias secções para que percebessem as diferenças de cada posição e consigam experimentar o remate de diversos ângulos, os alunos receberam bem a tarefa e depois de realizar alguns ajustes na explicação da mesma, a maioria dos alunos compreendeu o exercício e realizou de forma satisfatória. Para esta aula optei por favorecer a situação de jogo, uma vez que através do jogo consegui trabalhar alguns princípios básicos, defensivos onde foi desenvolvido um trabalho relativamente ao posicionamento defensivo e formas de desarmar o adversário. No processo ofensivo pretendi que os alunos fossem capazes de realizar movimentações que pudessem criar desequilíbrios na equipa contrária através do passe e desmarcação, de salientar que a maioria dos alunos conseguiu realizar o transfer do exercício anterior para a situação de jogo.

No que concerne à apreciação didática aula foi ao encontro daquilo que estava planeado. Com a turma a estar, de uma forma geral, empenhada em todas as tarefas. Conseguiu colocar em prática o plano de aula de forma eficaz, respeitando os tempos propostos no plano para cada uma das tarefas. Havendo assim, uma boa gestão do tempo. Consegui mobilizar os alunos de forma rápida e ordeira não perdendo muito tempo em transições e organização da turma.

De salientar ainda que a turma esteve empenhada nas tarefas realizadas, o que facilitou os momentos de ensino-aprendizagem.

No que diz respeito às várias dimensões da aula, posso referir que descrevi correta e pormenorizadamente todos os elementos do plano, planifiquei a aula com correção metodológica, consegui apresentar uma sequência lógica das aprendizagens, maximizando os tempos de aula, tarefa, transição/organização. Referi as componentes críticas mais importantes para que os alunos conseguissem realizar os movimentos propostos com êxito, realizei sempre a demonstração antes das tarefas e durante a tarefa servindo também como feedback. Rentabilizei da melhor forma os recursos da escola e dos espaços envolventes, recolhi os materiais com ordem e eficácia, estive bem posicionado relativamente à turma e estações de trabalho e realizei transições rápidas com a turma bem organizada durante toda a aula. Diversifiquei entre feedback positivo e negativo dando mais ênfase ao positivo, tentando assegurar a qualidade e pertinência do feedback. Revelei disponibilidade para os alunos, ajudando-os sempre que possível e necessário, auxiliando-os no insucesso, tentando elogiá-los e incentivá-los para que tivessem motivados e predispostos para a prática. Para a aula criei regras e tornei-as claras, relembrei sempre que foi necessário e fiz cumprir as regras definidas, ignorei alguns comportamentos inapropriados ligeiros, para que pudesse manter o bom funcionamento da aula, dissuadi comportamentos de desvio e utilizei sinais essencialmente para reunir a turma.

Para aulas futuras devo melhorar o fornecimento de feedback, que apesar de já ter melhorado neste aspeto, existe sempre espaço para melhoramentos. Estabelecer critérios para o GR, assim como a rotação dos alunos que passam por essa posição.

Anexo IV – Ficha de registo da assiduidade dos alunos

Folha de Presenças													
Dia →	21.09	24.09	28.09	01.10	05.10	08.10	12.10	15.10	19.10	22.10	26.10	29.10	02.11
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	F
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	FM	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	F	P	P	P	F	P	P	F	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	F	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	F	P	P	P	P	P	F	P	P	FM	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	F	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	F	P	P	P	P	FM
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	P
	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	A	FM
	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Siglas			
P	FM	A	AM
Presente	Falta Material	Atraso	Atestado Médico

Anexo V – Grelha de observação de aulas

Ficha de Observação							
Observador:	Ricardo Pimentel		Observado:	Luís Tasquinha			
Unidade Didática:	Voleibol		Nº Aula UD:	3/4	Período:	1.º	
Ano/Turma:	9º. C	Data:	06/10/2015	Hora:	15h10	Duração:	90'
Aula Nº:	7/8	Nº de alunos previstos:		21	Espaço:	Polivalente	
Função Didática:	Introdução e Exercitação.						

Dim.	Categorias	Sub-Categorias	1	2	3	4	5	NA	Observações	
INSTRUÇÃO	Informação Inicial	Começa a aula no horário				X				
		Método económico de verificar as presenças				X				
		Coloca-se de forma adequada				X				
		Alunos no seu campo de visão				X				
		Comunicar informação sem consumir tempo de aula				X				
		Define objetivos; Identifica contexto					X			
		Relacionar o trabalho da aula com as aulas anteriores					X			
	Meios Gráficos	Apresentação/Organização							X	
		Os meios gráficos são visíveis por todos							X	
		Os meios gráficos são claros							X	
	Condução da Aula	Circula e posiciona-se corretamente no espaço					X			
		Comunica com clareza e economia						X		
		Clarifica os comportamentos visados					X			
		São identificadas as componentes críticas					X			
		Varia os métodos de intervenção				X				
		Certifica-se da compreensão da mensagem					X			
		Realiza a extensão/integração da matéria				X				
	Qualidade do Feedback	Dá FB de forma frequente e pertinente					X			
		Utiliza as várias dimensões do FB					X			
		Completa os ciclos de FB					X			
		O FB é de valor relativamente aos erros					X			
		Distribui equitativamente os FB entre diferentes alunos					X			
		Utiliza as várias direções de FB					X			
		Controla a compreensão da mensagem					X			
	Comunicação	Domina a matéria					X			
		Utiliza terminologia adequada e acessível aos alunos					X			
		Ser consistente					X			
		Saber ouvir					X			
		Ser audível					X			
		Utiliza comunicação não verbal					X			
Questionamento					X					
Comunicar através de uma abordagem positiva						X				
GESTÃO	Gestão do Tempo	Elevado tempo de empenho motor				X				
		Elevado tempo de aprendizagem				X				
	Organização/ Transição	Poucos episódios de organização					X			
		Transições rápidas						X		
		Rotinas estruturadas. Regras precisas de segurança						X		
		Formação de grupos					X			
		Sequência lógica das atividades					X			
	Conclusão da Aula	Aula termina de forma progressiva					X			
		Existe revisão e/ou extensão da matéria abordada					X			
		Arrumação do material					X			
	Decisão de Ajustamento	Afetividade					X			
		São pedagogicamente corretas e ajustadas às situações					X			
CLIMA / DISCIPLINA	Controlo	Num imprevisto consegue ajustar com qualidade				X				
		Tomar claras as regras da aula				X				
		Motivar o comportamento apropriado com interações positivas					X			
		Ignorar o comportamento inapropriado sempre que possível				X				
		Usar estratégias de castigo específicas e eficazes					X			
	Disciplina	Transmitir entusiasmo					X			
		Conversas paralelas					X			
	Interação Professor/ Aluno	Comportamentos fora da tarefa					X			
		Apresentação (postura/equipamento)						X		
		Participa com os alunos					X			
		Expressão facial: humor/sorrir/rir					X			
		Interesse					X			
		Gesticulação (demonstração/sinais)			X					
		Manipulação corporal (contacto físico)					X			
	Desinteresse (distanciamento/abandono)					X				
Frustração (raiva/ira)						X				

		Feedback negativo			X		
	Plano de Aula	Cumprido			X		

Observações e Notas

O professor Luís Tasquinha, de uma forma geral esteve bem no decorrer da aula, conseguindo colocar em prática o plano de aula que tinha proposto.

Conseguiu mobilizar a aula e os alunos de forma satisfatório, proporcionando assim, muito tempo de prática e de aprendizagens.

Poderia ter fornecido mais feedback e ter a preocupação de fechar esses mesmos ciclos.

Conseguiu proporcionar um bom clima de aula o que manteve os alunos motivados.

Esteve bem posicionado em relação à turma.

Para as próximas aulas deve ter mais atenção aos *feedbacks*.

Anexo VI – Exemplo de grelha de Avaliação Diagnóstica

Grelha de Observação - Avaliação Diagnóstica	UD Voleibol	Turma: 10ºF
--	-------------	-------------

Voleibol
Serviço por baixo: MI fletidos e centro de gravidade baixo; O braço que realiza o contacto com a bola deve realizar uma trajetória ascendente; A mão deve de estar em extensão.
Serviço por cima: Coloca os MI afastados largura dos ombros, com um pé mais à frente do outro; Prepara o batimento, colocando o MS de batimento acima da cabeça no alinhamento da bola, movimentando-o para trás e depois de trás para a frente (“armar” o MS), lança a bola na vertical, ligeiramente para a frente e no prolongamento do MS de batimento; Bate a bola acima e à frente da cabeça no ponto mais alto, com MS em extensão, mão aberta e os dedos unidos, após o batimento, avançar o MI que está mais recuado, transferido o peso do corpo para o pé da frente.
Remate: Executa a chamada em três apoios; Flexão dos MI com os MS a virem atrás da cintura no momento da impulsão; Executa o contacto com a bola no ponto mais alto, com o MS de ataque em extensão.
Passe por cima (passe de dedos): corpo fletido e equilibrado; mãos em extensão sobre os pulsos, dedos afastados e polegares orientados para o rosto; o contacto com a bola deve ser efetuado com a superfície interior dos dedos; no momento do contacto com a bola, o corpo deverá estar colocado debaixo desta e realizar um movimento global de extensão.
Manchete: com os membros inferiores em acentuada flexão e corpo inclinado à frente; as mãos devem estar sobrepostas, ou a tocarem-se ao nível dos pulsos, com os cotovelos praticamente unidos, os braços devem de estar em completa extensão e em rotação externa; contacto com a bola com os antebraços, após o contacto com a bola, deve existir um movimento de extensão de todo o corpo.
Bloco: coloca-se junto à rede, em frente ao colega, os MI ligeiramente afastados e fletidos; mãos à altura dos ombros, com as palmas das mãos orientadas para a frente; fazer a impulsão com os dois pés, extensão completa do corpo e dos MS e MI, com um ligeiro recuo da bacia para um maior equilíbrio; mãos e dedos bem abertos, com as palmas orientadas na diagonal em direção ao solo.
Ações Táticas: Recepção ao serviço em W; Proteção ao remate; Sistema defensivo (com 6 avançado).

Níveis		
A - Executa bem ou c/ erros mínimos	B - Executa c/ diversos erros	C – Executa c/ muitos erros ou não executa

10º F		Componente Técnica			Serviço			Ações Táticas	
Nº	Nome	Passé	Manchete	Bloco	Remate	Por Cima	Por Baixo	Ofensiva	Defensiva
1		B-	B-	NE	B-	B-	B	B	B
2		B	B	NE	B	B	A	B	B
3		B	B-	NE	B-	B-	B+	B	B
4		A	B	NE	B+	B	A	A-	A-
5		A+	A+	NE	A+	A+	A+	A	A
6		B	B-	NE	B-	B	A	B+	B+
7		B+	B+	NE	B+	B+	A	A-	A-
8		B+	B+	NE	B+	B+	A+	A	A
9		B	B	NE	B	B	A	B+	B+
10		A	B+	NE	A-	B+	A+	A	A
11		C-	C-	NE	C-	C-	C-	C-	C-
12		A	A	NE	A	A-	A	A	A
14		B-	B-	NE	B-	B-	B+	B	B
15		B+	B+	NE	B	B	B+	B+	B+
16		A	B	NE	B+	A-	A+	A-	A-
17		B-	B-	NE	B-	B-	B	B	B
18		B+	B+	NE	B-	B	B+	B	B
19		B	B	NE	B	B+	A	B	B
20		B	B-	NE	B-	B	B+	B	B
21		B+	B+	NE	B+	B+	A	B+	B+
22		A	B	NE	B	B	A	B+	B+
23		A	A	NE	A	A	A+	A	A
24		A	B+	NE	B	A	A	A-	A-
25		A	B+	NE	B+	B+	A	A-	A-
26		A	A	NE	A	A-	A+	A	A
28		B	B	NE	B	B-	B+	B	B
29		B	B	NE	B	B	B+	B	B
30		A	B	NE	B	B	B+	B	B

Anexo VII – Exemplo de grelha de Avaliação Formativa

Alunos	Avaliação Formativa - Ténis								
	Empenho/Esforço							Questionamento	
	Aula 1/2	Aula 3/4	Aula 5/6	Aula 7/8	Aula 9/10	Aula 11/12	Aula 13/14	Avaliação	Questão
	AM	B	AM	AM	AM	AM	AM	B	Quantos jogadores podem participar num jogo?
	AM	A	AM	AM	AM	A	A	B	Quais as pegas referidas na aula?
	FM	B	A	FM	A	B	B	A	Quais os batimentos referidos na aula?
	FM	A	AM	FM	AM	B	B	A	Quais os efeitos referidos na aula?
	B	B	AM	B	AM	A	A	B	Onde surgiu o ténis?
	A	B	B	A	B	A	A	B	Refere 2 componentes críticas do serviço.
	A	A	B	A	B	A	A	B	Demonstra o gesto técnico do serviço.
	A	B	A	A	A	A	A	A	Demonstra o batimento de esquerda.
	A	B	A	A	A	B	B	B	Pontuação do ténis?
	A	A	A	A	A	B	B	B	Funções do jogador que está junto à rede
	B	A	A	B	A	A	A	A	Quando se deve realizar o smash?
	A	A	B	A	B	A	A	B	Quando se deve realizar o vólei.
	A	A	A	A	A	A	A	B	Funções do jogador que está junto à linha de fundo.
	A	B	B	A	B	A	A	B	Principal função do árbitro principal.
	A	B	A	A	A	A	A	B	Funções do jogador que está junto à linha de fundo.
	A	A	A	A	A	A	A	B	Demonstra o batimento de direita.
	A	A	B	A	B	B	A	A	Quantos jogadores podem participar num jogo?
	A	A	B	A	B	A	A	A	Quais as pegas referidas na aula?
	AM	A	A	AM	A	A	A	A	Quais os batimentos referidos na aula?
	A	B	B	A	B	B	A	B	Quais os efeitos referidos na aula?
	A	B	A	A	A	A	B	B	Onde surgiu o ténis?
	A	B	A	A	A	A	A	B	Refere 2 componentes críticas do serviço.
	A	A	B	A	B	B	A	A	Demonstra o gesto técnico do serviço.
	B	A	B	B	B	B	B	A	Demonstra o batimento de esquerda.
	A	A	A	A	A	A	B	B	Pontuação do ténis?
	A	B	A	A	A	A	A	A	Funções do jogador que está junto à rede
	A	B	A	A	A	A	A	B	Quando se deve realizar o smash?
	FM	B	A	FM	A	A	A	B	Quando se deve realizar o vólei.
	A	A	A	A	A	A	A	A	Funções do jogador que está junto à linha de fundo.

Anexo VIII – Exemplo de grelha de Avaliação Sumativa

Grelha de Observação - Avaliação Sumativa	UD Andebol	Turma: 10°F
Gestos Técnicos		
Pega: Extensão dos M.S. na direcção da bola e imediata flexão para amortecer a força do passe e rectificar a direcção da bola se necessário; Superfície côncava de recepção.		
Passe de Peito: M.I contrário ao M.S. dominante mais avançado; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Palma da mão voltada para o local de passe com dedos orientados para cima; Rodar o tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Rodar o tronco para a frente simultaneamente ao movimento de extensão do M.S. dominante, flectindo o pulso na fase final de modo a imprimir uma trajectória em “V”; Transferência do peso do corpo para o M.I. mais avançado.		
Passe Picado: M.I contrário ao M.S. dominante mais avançado; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Palma da mão voltada para o local de passe com dedos orientados para cima; Rodar o tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Rodar o tronco para a frente simultaneamente ao movimento de extensão do M.S. dominante; Transferência do peso do corpo para o M.I. mais avançado.		
Passe de Ombro: M.I contrário ao M.S. dominante mais avançado; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Palma da mão voltada para o local de passe com dedos orientados para cima; Rodar o tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Rodar o tronco para a frente simultaneamente ao movimento de extensão do M.S. dominante; Transferência do peso do corpo para o M.I. mais avançado.		
Remate em Apoio: M.I contrário ao M.S. dominante mais avançado; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Rotação ampla do tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Imprimir rapidez à rotação do tronco para a frente simultaneamente com o movimento de extensão do M.S. dominante; Transferência do peso do corpo para o M.S. mais avançado; No momento do lançamento realizar um movimento de “chicotada” no qual os dedos executam uma pressão de cima para baixo sobre a bola, imprimindo-lhe potência.		
Remate em Suspensão: Salto efectuado com o M.I. contrário ao M.S. de remate; com flexão do outro M.I.; M.S. dominante flectido, armado à retaguarda, formando um ângulo de 90° com o antebraço; Rotação ampla do tronco para o lado do M.S. dominante em movimento preparatório; Imprimir rapidez à rotação do tronco para a frente simultaneamente com o movimento de extensão do M.S. dominante; No momento do lançamento realizar um movimento de “chicotada” no qual os dedos executam uma pressão de cima para baixo sobre a bola, imprimindo-lhe potência; Serão realizados 3 apoios finais (ex.: esquerdo, direito, esquerdo) devendo armar-se o M.S. no 2º apoio e rematar após o 3º apoio.		
Drible: Cabeça levantada com o olhar dirigido para a frente; Tronco ligeiramente inclinado à frente; M.I. ligeiramente flectidos; M.S. que realiza o movimento, ligeiramente flectido e afastado do corpo; O contacto com		
Grelha de Observação - Avaliação Diagnóstica	UD Andebol	Turma: 10°F
Situação de Jogo		
Ofensiva: 3 jogadores colocam-se na primeira linha e três na segunda linha; deve haver constante movimento colectivo, com cruzamentos sucessivos.		
Defensiva: Jogadores dispostos em linha cobrindo a área		

Níveis		
A - Executa bem ou c/ erros mínimos	B - Executa c/ diversos erros	C – Executa c/ muitos erros ou não executa

Andebol								
Componente Técnica							Situação de Jogo	
10ºF	Passe			Remate		Drible	Ofensiva	Defensiva
Aluno	Peito	Picado	Ombro	Apoio	Suspensão			
	0	0	0	0	0	0	0	0
	15	15	15	12,5	15	12,5	15	12,5
	10	10	10	10	10	10	10	10
	17,5	15	17,5	12,5	15	15	15	15
	15	17,5	17,5	17,5	20	15	17,5	15
	12,5	12,5	15	12,5	12,5	12,5	15	17,5
	15	17,5	17,5	17,5	17,5	17,5	17,5	15
	20	20	17,5	17,5	20	17,5	20	20
	15	15	15	12,5	12,5	15	12,5	15
	20	20	17,5	17,5	20	17,5	17,5	17,5
	10	10	10	10	10	10	10	10
	20	20	17,5	17,5	20	17,5	17,5	17,5
	12,5	12,5	15	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5
	15	15	15	15	17,5	15	17,5	15
	15	15	15	15	15	15	15	17,5
	12,5	10	12,5	10	12,5	12,5	12,5	12,5
	15	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5
	12,5	12,5	15	12,5	15	12,5	15	15
	15,76	15,76	15,76	15,76	15,76	15,76	15,76	15,76
	15	15	15	12,5	15	15	15	15
	15	12,5	15	12,5	15	15	15	15
	20	20	17,5	17,5	20	17,5	17,5	17,5
	20	20	17,5	17,5	20	17,5	20	20
	15	15	15	12,5	15	15	15	15
	17,5	17,5	17,5	17,5	20	17,5	17,5	17,5
	12,5	12,5	15	12,5	12,5	15	12,5	15
	15	12,5	15	12,5	12,5	15	15	12,5
	12,5	12,5	15	12,5	12,5	15	12,5	15
	12,5	12,5	15	12,5	12,5	12,5	12,5	12,5

Anexo IX – Grelha de avaliação 2º Período

Avaliação Final- 10ºF - 2º Período - Excel

FICHEIRO BASE INSERIR ESQUEMA DE PÁGINA FÓRMULAS DADOS REVER VER Iniciar sessão

Calibri 11 A A

Colar

Formato

Formatação Condicional

Formatar como Tabela

Estilos de Célula

Inserir Eliminar Formatar

Soma Automática

Preenchimento

Limpar

Ordenar e Localizar e Filtrar

Selecionar

Edição

AB15

10ºF	Domínio Psicomotor-60%					Domínio Cognitivo		Domínio Sócio-Afetivo		Nota 2º Período		Nota Final (1ºP+2ºP)			Menção
Aluno	Gin. Ac. -20%	Ténis -20%	Andebol-20%	Total-100%	Total-60%	Total-100%	Total-20%	Total-100%	Total-20%	P+C+SA	1ºP	2ºP	Final	Qualitativa	
1	16,2	16,6	0,0	10,9	6,5	13,4	2,7	15,6	3,1	12,4	10	10,1	12,4	11	Suficiente
2	16,2	14,6	14,1	15,0	9,0	13,5	2,7	16,2	3,2	14,9	13	13,0	14,9	14	Bom
3	16,2	9,8	10,0	12,0	7,2	13,3	2,7	16,0	3,2	13,0	11	10,8	13,0	12	Suficiente
4	16,2	16,1	15,4	15,9	9,5	12,6	2,5	19,4	3,9	15,9	16	15,7	15,9	16	Bom
5	15,9	16,5	16,9	16,4	9,9	14,1	2,8	17,3	3,5	16,1	15	15,2	16,1	16	Bom
6	15,5	13,4	13,9	14,3	8,6	15,5	3,1	18,2	3,6	15,3	12	11,9	15,3	14	Bom
7	15,7	17,4	16,8	16,6	10,0	12,6	2,5	18,0	3,6	16,1	15	14,8	16,1	15	Bom
8	16,6	18,9	19,3	18,2	10,9	12,7	2,5	19,1	3,8	17,3	18	17,8	17,3	18	Muito Bom
9	15,7	15,8	14,0	15,2	9,1	14,4	2,9	17,1	3,4	15,4	13	13,3	15,4	14	Bom
10	16,7	18,9	18,5	18,0	10,8	15,6	3,1	18,7	3,7	17,7	16	16,0	17,7	17	Bom
11	15,5	8,3	10,0	11,3	6,8	12,7	2,5	16,3	3,3	12,5	9	8,9	12,5	11	Suficiente
12	15,7	18,9	18,5	17,7	10,6	15,6	3,1	17,9	3,6	17,3	18	17,9	17,3	18	Muito Bom
13	15,7	14,1	12,8	14,2	8,5	12,6	2,5	16,8	3,4	14,4	11	11,2	14,4	13	Suficiente
14	15,5	14,6	15,8	15,3	9,2	15,6	3,1	19,2	3,8	16,1	15	14,7	16,1	15	Bom
15	15,5	14,3	15,4	15,0	9,0	13,5	2,7	18,6	3,7	15,4	16	15,7	15,4	16	Bom
16	15,7	14,1	12,0	14,0	8,4	15,6	3,1	17,3	3,5	15,0	11	10,6	15,0	13	Suficiente
17	15,5	14,1	12,9	14,2	8,5	13,5	2,7	16,3	3,3	14,5	12	11,9	14,5	13	Suficiente
18	15,5	14,1	13,9	14,5	8,7	13,5	2,7	18,1	3,6	15,0	12	12,0	15,0	14	Bom
19	9,0	9,9	15,8	11,5	6,9	13,9	2,8	14,5	2,9	12,6	10	10,0	12,6	11	Suficiente
20	16,6	16,1	14,8	15,8	9,5	14,4	2,9	17,3	3,5	15,8	13	13,2	15,8	15	Bom
21	16,6	17,6	14,5	16,2	9,7	12,6	2,5	18,3	3,7	15,9	14	14,3	15,9	15	Bom
22	16,6	18,9	18,5	18,0	10,8	12,6	2,5	19,8	4,0	17,3	18	17,6	17,3	18	Muito Bom
23	15,9	17,6	19,3	17,6	10,6	14,2	2,8	19,6	3,9	17,3	17	16,7	17,3	18	Muito Bom
24	15,9	17,6	14,8	16,1	9,7	14,2	2,8	17,5	3,5	16,0	15	14,6	16,0	15	Bom
25	16,2	16,9	17,9	17,6	10,6	12,6	2,5	18,9	3,8	16,9	18	18,2	16,9	18	Muito Bom
26	16,6	14,5	13,4	14,8	8,9	14,4	2,9	17,7	3,5	15,3	13	13,3	15,3	14	Bom
27	9,0	14,1	13,8	12,3	7,4	15,6	3,1	16,9	3,4	13,9	14	13,7	13,9	14	Bom
28	15,9	14,5	13,4	14,6	8,8	14,2	2,8	17,6	3,5	15,1	14	13,6	15,1	14	Bom
29	15,9	13,4	12,8	14,0	8,4	14,1	2,8	16,3	3,3	14,5	12	11,8	14,5	13	Suficiente
Média	15,5	15,3	14,4	15,1	9,0	13,9	2,8	17,6	3,5	14,6	13,8			14,6	

Menção Qualitativa

- 0-4,4 Muito Fraco
- 4,5-9,4 Insuficiente
- 9,5-13,4 Suficiente
- 13,5-17,4 Bom
- 17,5-20 Muito Bom

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO Final Ginástica Acrobática (20%) Ténis (20%) Andebol (20%) Cog ...

PRONTO 70%

Anexo X – Questionário final – Tema-Problema

Questionário sobre a importância das demonstrações, efetuadas nas aulas de Educação Física, no processo Ensino-Aprendizagem

O presente inquérito enquadra-se numa investigação sobre o tema: "Demonstração nas aulas de Educação Física" realizada pelo Núcleo de Estágio de Educação Física do teu agrupamento. Uma demonstração é quando o professor mostra como se faz um exercício para os alunos o verem antes ou depois de ter explicado verbalmente.

Com este questionário pretende-se recolher informação sobre o tipo de demonstrações que o teu/tua professor(a) de Educação Física utiliza nas aulas, quais preferes e como aprendes melhor. O objetivo é tentar perceber como os alunos entendem as demonstrações nas aulas de Educação Física. A tua colaboração é fundamental e os dados recolhidos destinam-se a tratamento estatístico, sendo garantida a confidencialidade dos mesmos.

Este questionário não é um teste nem uma avaliação, pelo que não haverá respostas boas ou más, certas ou erradas. A tua resposta sincera e espontânea será a melhor resposta.

Grupo I - Opinião sobre a disciplina de Educação Física

Neste grupo pretendemos saber a tua opinião sobre a disciplina de Educação Física. Considerando a seguinte escala em que 1 corresponde a **nada** e 4 corresponde a **muitíssimo**, assinala com um X, por baixo do valor correspondente à opção mais adequada.

	Nada		Muitíssimo	
	1	2	3	4
1.1.Menciona o quanto gostas da disciplina de Educação Física.				
1.2. Refere o quanto a disciplina de Educação Física é importante para a tua formação global como pessoa.				
1.3.Refere o grau de empenho/prestação à disciplina de Educação Física.				

Grupo II - As demonstrações nas tuas aulas de Educação Física

Neste grupo de perguntas, queremos saber como é realizada a demonstração nas tuas aulas de Educação Física e quais as tuas preferências em relação a essa demonstração, nos desportos coletivos e individuais.

Nas questões seguintes apresentamos várias afirmações sobre demonstração. Queremos saber a tua opinião para os desportos individuais e para os coletivos. Em cada afirmação assinala a tua opinião, colocando um X em cada tipo de desportos, numa escala entre **1 – Discordo Totalmente** e **4 – Concordo Totalmente**. Se não souberes, assinala **NS – Não Sei**.

1. Qual é o tipo de demonstração que é utilizada nas tuas aulas de Educação Física.

Nas minhas aulas de Educação Física a demonstração dos exercícios é realizada...	a.Desp. Individuais					b.Desp. Coletivos				
	1	2	3	4	NS	1	2	3	4	NS
Afirmações										
1.1.pelo professor.										
1.2.pelo aluno com mais jeito.										
1.3.pelo aluno com menos jeito.										
1.4.antes da explicação oral.										
1.5.depois da explicação oral.										
1.6.para toda a turma.										
1.7.para um grupo dentro da turma.										
1.8.para um aluno (eu).										
1.9.antes do exercício.										
1.10.durante o exercício.										
1.11.no fim do exercício.										

2. Como preferes que seja feita a demonstração nas aulas de Educação Física.
(Em cada afirmação assinala a tua opinião, colocando um X para cada tipo de Desportos)

Eu prefiro que a demonstração seja realizada...	Desp. Individuais					Desp. Coletivos				
	1	2	3	4	NS	1	2	3	4	NS
Afirmações										
2.1.pelo professor.										
2.2.pelo aluno com mais jeito.										
2.3.pelo aluno com menos jeito.										
2.4.antes da explicação.										
2.5.depois da explicação.										
2.6.para toda a turma.										
2.7.para um grupo dentro da turma.										
2.8.para um aluno (eu).										
2.9.antes do exercício.										
2.10.durante o exercício.										
2.11.no fim do exercício.										

Grupo III – Como aprendo melhor

Neste grupo, pretendemos saber com que tipo de demonstração aprendes melhor, ou seja qual o teu tipo de demonstração ideal.

1. Qual é o tipo de demonstração com que aprendes melhor? (Assinala em cada bloco temático com um X, uma única opção)

Eu aprendo melhor quando a demonstração é realizada...			
Blocos Temáticos	Modelo	1.1.pelo professor.	
		1.2.pelo aluno com mais jeito.	
		1.3.pelo aluno com menos jeito.	
	Composição	1.4. antes da explicação.	
		1.5. depois da explicação.	
	Direção	1.6.para toda a turma.	
		1.7.para o meu grupo dentro da turma.	
		1.8.para um aluno (eu).	
	Momento	1.9.antes do exercício.	
		1.10.durante o exercício.	
		1.11.no fim do exercício.	
	Meios Auxiliares	1.12.sem recurso a meio auxiliar.	
		1.13.com recurso a vídeo.	
		1.14.com recurso a imagem.	

Obrigado pela tua colaboração e pelo tempo disponibilizado!!!



Anexo XI – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “A Ginástica como matéria de ensino”



Anexo XII – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “O Badminton como matéria de ensino”



**CICLO DE CONFERÊNCIAS DE DIDÁTICA
DA
EDUCAÇÃO FÍSICA**

O BADMÍNTON COMO MATÉRIA DE ENSINO

23 de outubro de 2015

CERTIFICADO

Certifica-se que Ricardo Jorge Paiva Pimentel esteve presente
na conferência com o tema: **O Badminton Como Matéria de Ensino.**

Coimbra, 23 de outubro de 2015

A Coordenadora do MEEFERS

(Prof. Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

O Diretor da FCDEF

(Prof. Doutor António José Figueiredo)


UNIVERSIDADE DE COIMBRA

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

Anexo XIII – Certificado do Ciclo de Conferências de Didática da Educação Física – “A Dança como matéria de ensino”

CICLO DE CONFERÊNCIAS DE DIDÁTICA
DA
EDUCAÇÃO FÍSICA

A DANÇA COMO MATÉRIA DE ENSINO

27 novembro de 2015



CERTIFICADO

Certifica-se que Ricardo Jorge Paiva Pimentel esteve presente
na conferência com o tema: A Dança Como Matéria de Ensino.

Coimbra, 27 novembro de 2015

A Coordenadora do MEEFEBS

(Prof. Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

O Diretor da FCDEF

(Prof. Doutor António José Figueiredo)

Anexo XIV – Certificado de participação - Oficina de Ideias

Oficina de Ideias	
Certificado de participação	
Certifica-se que <u>Ricardo Pimentel</u> , participou na <i>Oficina de Ideias em Educação Física</i> , realizado no dia 08 de abril de 2016, na Escola Secundária de Avelar Brotero - Coimbra.	
	A organização reconhece que a sua participação contribuiu para elevar a qualidade do evento através da partilha de experiências, valorizando a sua capacidade de cooperação e reflexão no processo de formação.
em Educação Física	A DIREÇÃO 

Anexo XV – Certificado de participação – V Fórum Internacional das Ciências da Educação Física com o tema: *Ensinar e Aprender em Educação Física*



Certifica-se que

Ricardo Jorge Rêves Pimentel

participou no V Fórum Internacional das Ciências da Educação Física com o tema: *Ensinar e Aprender em Educação Física.*



Coimbra, 20 de maio de 2016



O Diretor da FICEF/UC

(Prof. Doutor António Figueiredo)

Anexo XVI – Certificado de apresentação – V Fórum Internacional das Ciências da Educação Física com o tema: *Matabol – Uma nova abordagem aos Desportos Coletivos*

