



**Carla Maria dos Santos Cristóvão**

**2010165819**

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA  
BÁSICA E SECUNDÁRIA QUINTA DAS FLORES JUNTO DA TURMA DO 7ºB, NO  
ANO LETIVO 2015/2016**

Caraterização da motivação dos alunos federados e ex federados nas aulas de educação física do 7º e 8º ano de escolaridade.

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

**Professor Paulo Nobre**

**COIMBRA**

**2016**

Cristóvão, Carla. (2016). Relatório de estágio desenvolvido na Escola Básica e Secundária Quinta das Flores junto da turma B do 7º ano no ano letivo 2015/2016. *Caraterização da motivação dos alunos federados e ex federados nas aulas de educação física do 7º e 8º ano de escolaridade*. Relatório de estágio pedagógico, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Carla Maria dos Santos Cristóvão, aluna nº 2010165819 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art.30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF ( versão de 10 de Março de 2009).

Data e assinatura:

## **AGRADECIMENTOS:**

**Ao longo do Estágio Pedagógico foram várias as pessoas que colaboraram e sem as quais o término desta etapa não seria possível.**

**Aos meus pais e meu avô, porque sem eles nada era possível, desde o apoio financeiro e logístico muito necessário para a realização da licenciatura e do mestrado, como a aposta permanente em mim e naquilo que eram e são os meus objetivos.**

**Ao meu namorado por estar sempre presente nos melhores e piores momentos.**

**A todos os meus amigos que me acompanharam em alguma parte da minha vida, que me ajudaram quando precisei e por me transmitirem o sentimento de confiança.**

**A todos os elementos do núcleo de estágio da Quinta das Flores, pelo ano de partilha, pelas “lutas” que enfrentámos e pelo contributo que tiveram na minha vida a nível de formação.**

**A toda a comunidade da Escola Básica e Secundária Quinta das Flores, por me ter acolhido da melhor forma e por me ter proporcionado com certeza um dos melhores anos da minha vida em termos profissionais.**

**Agradeço ao professor orientador Paulo Nobre, e ao professor orientador de escola Paulo Furtado, pelo apoio e encorajamento contínuos na pesquisa, e ainda aos demais professores, pelos conhecimentos transmitidos ao longo de toda a minha formação, conhecimentos académicos e vivências que sempre ficarão guardadas.**

**À professora Lurdes Falcão pelos conhecimentos transmitidos no âmbito do acompanhamento do cargo de diretora de turma, que contribuiu e muito para a minha formação**

**À turma do 7º B por me permitir crescer enquanto professora. A todos aqueles que foram omissos mas que são parte integrante da minha vida e que tiveram um papel fundamental na mesma.**

**A todos, um profundo sincero Obrigada!**

## RESUMO:

O Estágio Pedagógico permite uma primeira aproximação à prática profissional, a que se refere este relatório, foi realizado na Escola Básica e Secundária Quinta das Flores (EBSQF) durante o ano letivo 2015/2016. Sendo o Estágio Pedagógico (EP) uma aproximação à profissionalização da nossa ação, e sendo o EP uma aplicação da teoria pressupõe o uso de práticas reflexivas com finalidades de interpretação. Com este relatório podemos realizar uma análise e reflexão crítica das atividades realizadas na escola durante este ano letivo. Nesse sentido, observaremos as várias dimensões de intervenção pedagógica assim como a caracterização das situações desenvolvidas, uma descrição cuidada e sintética de todas as atividades realizadas durante este ano letivo com a turma, referindo-nos igualmente à dimensão ético-profissional e de ensino-aprendizagem. Abordamos as nossas expectativas iniciais, fazemos uma caracterização do contexto e da turma e procedemos a uma análise crítica e reflexiva dos acontecimentos ao nível do planeamento, realização e avaliação durante este ano letivo. O Relatório inclui ainda uma exploração de um tema-problema sobre “Caraterização da Motivação dos alunos federados e ex federados nas aulas de Educação Física”, com o objetivo principal de caracterizar a motivação dos alunos nas aulas em relação a eles próprios, aos outros e as estratégias de ensino utilizadas.

Os dados revelam, embora não sendo conclusivos que os alunos se sentem mais motivados nas aulas da matéria em que são “especialistas” e que gostam de ajudar os colegas menos proficientes a superar as suas dificuldades.

**Palavras Chave:** Estágio. Ensino-aprendizagem. Educação física. Reflexão. Motivação.

## ABSTRACT

*Supervised teaching practice is a first approach to professional practice. This report was conducted in Primary and Secondary School Quinta das Flores (EBSQF) during the school year 2015/2016. Being Teacher Practice (TP) an approach to teacher professionalization of our action, and as an application of the theory it requires appropriate reflective practices with interpretation purposes. Within this report we are presenting an analysis and critical reflection of activities in school during this school year. Dimensions of pedagogical intervention are analysed with a careful description and summary of all activities.*

*During this school year with the class, also referring to the ethical and professional dimension and teaching-learning. In the first we present our initial expectations, characterization of the context and the class and proceeded to a critical and reflective analysis of events in the planning, implementation and evaluation of teaching and learning process during this school year. This report also includes an exploration of a school-based research problema about "Motivation of federated students and former federated in Physical Education" with the main objective to characterize the motivation of students in classes in relation to themselves, to others and teaching strategies used.*

*The data shows, although not conclusive, that students feel more motivated in their own expertise subject classes and like to help colleagues least proficient to overcome their difficulties.*

**Keywords:** Internship. Teaching and learning. Physical education. Reflection. Motivation.

# Índice

RESUMO: .....	v
ABSTRACT .....	vi
Lista de figuras.....	viii
Lista de tabelas.....	ix
Índice de Anexos.....	ix
Lista de abreviaturas e siglas:.....	x
Introdução:.....	11
Capítulo I- Prática Pedagógica.....	13
1. Expetativas iniciais.....	13
2. Projeto formativo.....	13
3. Caraterização da escola.....	15
4. Caraterização do grupo de educação física.....	15
4.1 Relação com grupo de educação física.....	16
5. Caraterização da Turma.....	16
5.1 Diagnóstico inicial das aprendizagens dos alunos.....	18
6. Atividades realizadas no decorrer do EP:.....	20
7. Análise reflexiva sobre a prática pedagógica.....	20
<b>7.1 Planeamento</b> .....	20
<b>7.1.1 Plano anual</b> .....	21
<b>8.1.2 Unidades Didáticas</b> .....	22
<b>8.1.3 Planos de aula</b> .....	23
8.2 REALIZAÇÃO.....	24
<b>8.2.1 Instrução</b> .....	25
<b>8.2.2 Gestão</b> .....	27
<b>8.2.3 Clima/Disciplina</b> .....	28
<b>8.2.5 Decisões de ajustamento</b> .....	29
<b>8.2.6 Reflexões de aula</b> .....	31
<b>8.2.7 Observações de aula</b> .....	31
<b>8.3 AVALIAÇÃO</b> .....	32
<b>8.3.1 Avaliação diagnóstica</b> .....	33
<b>8.4 Avaliação Formativa</b> .....	34
<b>8.5 Avaliação Sumativa</b> .....	34
<b>8.6 Auto-avaliação</b> .....	35
8. Atitude ético profissional.....	36



9. Dificuldades iniciais .....	37
10. Aprendizagens realizadas .....	37
Capitulo II- Aprofundamento do tema problema.....	38
1. Introdução .....	38
2. Problemática e objetivo do estudo.....	39
3. Metodologia .....	40
3.1 Amostra: .....	40
3.2 Instrumentos/Procedimentos: .....	41
4. Apresentação dos resultados.....	41
4.1- Determinar os níveis de motivação dos alunos federados/ex federados na modalidade em que o são/foram. ....	42
4.2- Determinar a relação socio afetiva dos alunos federados e ex federados com os alunos menos aptos, em termos de cooperação aquando da lecionação da sua modalidade. ....	43
4.3- Perceber quais as funções ou tarefas que os alunos federados e ex federados consideram mais importantes para a aprendizagem a quando da lecionação da sua modalidade com os menos aptos .....	44
4.4 – Perceber a perceção dos alunos em relação às estratégias de diferenciação pedagógica .....	48
5 Conclusão .....	51
6 Limitações do estudo .....	51
CAPITULO III- Considerações finais sobre ano de estágio.....	51

## **Lista de figuras**

Figura 1- Avaliação diagnóstica de Ginástica Acrobática .....	18
Figura 2- Avaliação diagnóstica de Voleibol .....	18
Figura 3- Avaliação diagnóstica de Atletismo .....	18
Figura 4- Avaliação diagnóstica de Futsal.....	19
Figura 5- Avaliação diagnóstica de Basquetebol .....	19
Figura 6- Avaliação diagnóstica de Aeróbica.....	19
Figura 7- Moda da variável género (F-14,M-16), e moda da variável idade .....	40
Figura 8- Análise da questão "Nas aulas da modalidade em que sou federado, estou:"	42
Figura 9- Análise da questão, "quando ajudas?" .....	43
Figura 10- Análise da questão "como ajudas?" .....	43
Figura 11- Continuação da análise da questão "como ajudas?" .....	44
Figura 12- Análise da questão "dedicar mais tempo às situações de jogo" .....	45
Figura 13- Análise da questão "utilizar os mais aptos para ajudar os colegas" .....	45
Figura 14- Em simultâneo realizar tarefas de diferente exigência para os alunos com diferentes capacidades" .....	46

Figura 15- Análise da questão "utilizar sempre a demonstração dos exercícios quer seja feita pelo professor ou por um aluno" .....	46
Figura 16- Análise da questão "utilizar linguagem simplificada para os alunos com mais dificuldades" .....	47
Figura 17- Análise da questão "utilizar os mais aptos para ajudar os colegas" .....	47
Figura 18- Análise relativa à questão "deve-se separar os mais aptos dos menos aptos e o porquê".....	48
Figura 19- Análise da questão " deve-se juntar os mais aptos com os menos aptos, e porquê".....	48

### **Lista de tabelas**

Tabela 1- Número de aulas por Unidade Didática .....	16
Tabela 2- Síntese das atividades realizadas .....	20
Tabela 3- Tabela de ponderações da avaliação sumativa .....	35
Tabela 4- Caracterização da amostra.....	40

### **Índice de Anexos**

Anexo 1- Exemplo de tabela de avaliação diagnóstica.....	57
Anexo 2- Exemplo da grelha de avaliação formativa .....	58
Anexo 3- Exemplo da tabela da avaliação sumativa .....	59
Anexo 4- Tema problema- pré questionário.....	60
Anexo 5- Tema problema- Questionário final .....	61
Anexo 6- Diploma das jornadas Científico Pedagógicas .....	66
Anexo 7- Diploma dos Jogos Franceses .....	67
Anexo 8- Diploma Ciclo de Conferências, Badmínton .....	68
Anexo 9- Diploma Ciclo de Conferências, Dança .....	69
Anexo 10- Diploma Ciclo de Conferências, Ginástica.....	70
Anexo 11- Diploma Oficina de Ideias .....	71

## **Lista de abreviaturas e siglas:**

**AD- Avaliação diagnóstica**

**AF- Avaliação Formativa**

**AS- Avaliação sumativa**

**EBSQF- Escola Básica e Secundária Quinta das Flores**

**EF- Educação Física**

**EP- Estágio Pedagógico**

**FCDEF- Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física**

**MEEFEBS- Mestrado em Ensino nos Ensinos Básico e Secundário**

**NE- Núcleo de Estágio**

**PNEF- Programa Nacional de Educação Física**

**UD- Unidade didática**

## **Introdução:**

A elaboração do presente relatório de estágio surge no âmbito da disciplina Estágio Pedagógico (EP), do Mestrado em Ensino nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências e Educação Física realizado na Escola Básica e Secundária Quinta das Flores (EBSQF) durante o ano letivo 2015/2016.

A aprendizagem através da ação instrucional inicia-se com a frequência da componente prática dos cursos de formação de professores, isto é, nos estágios pedagógicos quando lhes são atribuídas turmas reais e começam a funcionar como docentes.

*O estágio pedagógico permite uma primeira aproximação à prática profissional e promove a aquisição de um saber, de um saber fazer e de um saber julgar as consequências das ações didáticas e pedagógicas desenvolvidas no quotidiano profissional (Freire, 2001 ).*

Sendo o EP uma aproximação à profissionalização da nossa ação, e sendo o EP uma aplicação da teoria pressupõe o uso de práticas reflexivas com finalidades de interpretação. O objetivo deste relatório é fazer uma análise e reflexão crítica das atividades realizadas na escola durante este ano letivo.

O perfil do professor é definido pelo DL nº 240/2001 de 30 de agosto, integra 4 dimensões; a dimensão profissional, social e ética, a dimensão de desenvolvimento do ensino aprendizagem, a dimensão de participação na escola e de relação com a comunidade e a dimensão de desenvolvimento profissional ao longo da vida.

Salientam Nobre, P. & Silva, E. (2010). o Despacho nº16034/2010 que regulamenta a avaliação do desempenho de professores, atribuiu primazia à dimensão do desenvolvimento da aprendizagem enfatizando “num conhecimento científico e pedagógico-didático rigoroso”, assumindo-se a planificação, a operacionalização e a regulação do ensino e das aprendizagens como eixos centrais da profissão docente, sendo as outras dimensões complementares.

Neste relatório em que observaremos a existência destas dimensões bem como a caracterização das situações desenvolvidas, encontra-se dividido em três capítulos. No primeiro capítulo procederemos à descrição cuidada e sintética de todas

as atividades realizadas durante este ano letivo com a turma, referindo-nos assim à dimensão ético-profissional e de ensino-aprendizagem.

No primeiro capítulo encontram-se as expectativas iniciais, projeto formativo individual, a caracterização da Escola, do grupo de educação física, caracterização da turma e a síntese das atividades realizadas, faremos também a análise crítica e reflexiva dos acontecimentos ao nível do planeamento, realização e avaliação durante o EP.

No segundo capítulo exploramos um tema-problema sobre a “caraterização da motivação do alunos federados e ex federados na aula de educação física. Este capítulo está dividido em várias partes nomeadamente; introdução, objetivo do estudo, metodologia, instrumentos e procedimentos, apresentação e discussão de resultados e conclusão.

No terceiro capítulo faremos uma conclusão síntese do trabalho desenvolvido no âmbito do EP.

## **Capítulo I- Prática Pedagógica**

### **1. Expetativas iniciais**

Quando iniciámos o EP, muitas eram as expetativas, prevendo que seria um ano de muitas aprendizagens, com alunos, professores e encarregados de educação, com toda a comunidade escolar, rico em aprendizagens e claros momentos de reflexão.

Quanto à dimensão profissional e ao seu desempenho, pretendíamos que aplicação dos conhecimentos adquiridos durante a nossa formação fosse continuada, bem como a realização de uma investigação e atualização dos conhecimentos, estando a reflexão constantemente presente.

Definimos como meta acabar o EP com uma forma de estar como docente muito mais enriquecida e melhorada.

No que diz respeito à ética, foi nossa intenção que os valores cívicos e morais prevalecessem entre todos no decorrer das aulas e nas várias atividades programadas.

Durante todas as aulas, adotaríamos uma postura de comunicação simples, correta e cuidada tentando ser o mais justos e imparciais possível para com todos os alunos; fazendo a inclusão de todos, distribuindo a atenção e o feedback por todos bem com implementaríamos estratégias que levassem à otimização da aprendizagem.

### **2. Projeto formativo**

A existência de algumas lacunas de formação mais prática, nomeadamente ao nível da prática pedagógica, no processo de acompanhamento da prática e consequente feedback oportuno e adequado, e a possibilidade de não possuir conhecimentos necessário para estruturar corretamente o plano anual, e os vários planos de aula, e unidades didáticas, de acordo com as necessidades dos alunos e sendo nós possuidores de várias estratégias e estilos de ensino que na teórica conhecíamos mas em prática teríamos algumas dificuldades em aplica-los, visto a

nossa inexperiência eram situações prévias às quais tínhamos de arranjar solução e superar as dificuldades iniciais.

Inicialmente sabíamos à partida, que para superar as dificuldades tínhamos de refletir, pesquisar e comunicar com os professor orientadores bem como com os restantes professores do grupo disciplinar se necessário e com os nossos colegas de núcleo de estágio.

Ao longo do estágio as carências de formação foram sendo identificadas e supridas à custa de ações de formação, de pesquisas individuais ou com o núcleo de estágio, ou ainda com a ajuda dos orientadores, quer da escola, quer da faculdade.

As conversas com os docentes mais experientes do grupo de EF, foram importantes para colmatar algumas dúvidas, pois a sua experiência permitiu ajudarem-nos da melhor maneira.

A capacidade reflexiva foi fundamental ao longo de todo o processo para o nosso desenvolvimento enquanto docentes tal como previsto inicialmente.

Na dimensão ensino-aprendizagem e considerando esta a dimensão mais relevante no decorrer do EP, foi esta também em que focamos mais a atenção no decorrer do mesmo.

Recorremos aos conhecimentos adquiridos no primeiro ano de mestrado e durante toda a licenciatura, bem como à experiência pessoal de cada um nas atividades de treino desportivo, tal como o recorrer constante a pesquisas para alargar esses conhecimentos, com vista a aplicá-los da melhor maneira.

Analisámos o contexto social da turma, a personalidade de cada aluno motivando-os da melhor maneira, identificando o nível dos alunos, para à posteriori proceder a trabalho específico de seleção de estratégias e diferenciação do processo ensino aprendizagem. Aplicando estratégias pedagógicas, estilos e modelos de ensino mais adequados à turma em cada unidade didática.

Foi essencial neste processo elaborar as UD e planos de aula, o diagnóstico da turma em cada uma das modalidades, e a reflexão acerca de aulas anteriores. Com cuidado no que toca à organização, dinamismo e facilitação da aprendizagem dos alunos conjugando ao máximo as dimensões psicomotora, cognitiva e socio-afetiva.

### **3. Caraterização da escola**

A Escola Básica e Secundária Quinta das Flores localiza-se no interior do tecido urbano de Coimbra, na freguesia de Sto. António dos Olivais. Conta com 30 anos de funcionamento e inicialmente foi, devido à sua localização, considerada uma escola de periferia. Situa-se hoje, no entanto, numa das zonas citadinas de maior desenvolvimento e crescimento demográfico, sendo servida por uma boa rede de acessos. A partir de 2010/2011, a escola foi sujeita a obras de ampliação e a uma reorganização global do seu espaço, de modo a permitir a integração da, agora designada, Escola Artística do Conservatório de Música de Coimbra. Esta comunhão de espaços físicos possibilitou o aumento da oferta educativa de ensino artístico, o que constitui, em si mesmo, uma marca diferenciadora da Escola Básica e Secundária Quinta das Flores. O programa de modernização levado a cabo pela Parque Escolar, ao requalificar o edifício, criou condições para a prática de um ensino inovador, adequado à sociedade da informação. Deste modo, a escola passou a dispor de melhores instalações e de modernos equipamentos. As salas de aulas distribuem-se por quatro blocos, A, B, C, D, estando todas equipadas com material adequado, computador e projetor. A escola tem 1167 alunos no conjunto de todos os anos de escolaridade do 5º ao 10º ano (Projeto educativo, EBSQF).

### **4. Caraterização do grupo de educação física**

Na EBSQF o Grupo de Educação Física pertence ao Departamento de Expressões da Escola e é composto por treze professores titulares de turma e cinco professores estagiários.

Para a lecionação da disciplina de Educação Física, a escola dispõe de cinco espaços com dimensões e características distintas.

O Grupo de Educação Física trabalha em regime de rotação de espaços, sendo esta realizada com uma periodicidade de sensivelmente seis semanas. A rotação de espaços ocorre por ordem numérica dos espaços e é respeitada pelos professores.



Quando as condições climatéricas são adversas, os espaços descobertos não podem ser utilizados. Assim sendo, nesses casos, se exequível, os professores que se encontram nos espaços 1 e 5 cedem metade dos mesmos aos que se encontram nos espaços 3 e 4 respetivamente, se não houver condições a opção será uma sala num dos blocos da escola e a leção de uma aula teórica.

Tabela 1- Número de aulas por Unidade Didática

	<b>Unidade didática</b>	<b>Número de aulas 45'</b>
<b>1º Período</b>	UD1- Ginástica Acrobática	21
	UD2- Voleibol	18
<b>2º Período</b>	UD3- Atletismo	15
	UD4- Futsal	15
<b>3º Período</b>	UD5- Basquetebol	13
	UD6- Aeróbica	15

#### 4.1 Relação com grupo de educação física

Durante o decorrer de todo o EP os docentes, importa referir que uma grande parte dos treze professores se disponibilizou a auxiliaram-nos nas diversas situações que foram surgindo, e auxiliar no que foi preciso, mostrando-se sempre compreensivos e dando sempre permissão para observar as aulas deles, facilitando-nos o trabalho.

Na partilha dos espaços ou material, quando foi necessário, também não houve qualquer tipo de problema tendo sido este um ano de constante entreajuda.

### 5. Caraterização da Turma

A turma é do 7ºB do ensino articulado de música.

A turma é constituída por vinte e seis alunos (dezoito do sexo feminino e oito do sexo masculino). Todos os alunos andam nesta escola desde o 5º ano, e nenhum é repetente.

A maioria dos alunos tem pais com idades compreendidas entre os 40 e os 50 anos, apenas 5 alunos tem pais com mais de 50 anos. Os pais destes alunos tem, na maioria, habilitações académicas referentes aos ensino superior, sendo que apenas 5 pais e mães tem habilitações académicas correspondentes ao ensino secundário e básico. Quatro mães encontram-se desempregadas, sendo que os restantes têm emprego. Quanto ao agregado familiar, 7 alunos são filhos únicos sendo que a normalidade é terem um irmão. Dos 26, 16 vivem com os pais e irmão ou irmãos, 7 apenas com pai e mãe, 1 com famílias separadas e 2 apenas vivem com as mães. Em termos de transporte existem apenas 3 casos a ter em atenção pois demoram mais de 30 minutos a deslocar-se de casa até à escola.

Na escola, os alunos apresentam como disciplinas preferidas a Educação Física, Ed. Visual e Música e as disciplinas que menos gostam História e Matemática. A maioria dos alunos tem hábitos frequentes de estudo, costumam falar com os encarregados de educação acerca da escola e sentem que aprendem melhor a estudar sozinhos em casa. Estes mesmos alunos são da opinião que as principais causas e insucesso são a falta de atenção/concentração, falta de estudo e o desinteresse pela disciplina. Os seus tempos livres são ocupados com atividades ligadas à música e às telecomunicações, sendo que os 26 alunos da turma frequentam o conservatório de música. Todos estes alunos têm acesso ao computador e internet.

Dos 26 alunos, nenhum apresenta dificuldades impeditivas à participação em E.F. e nenhum beneficia de Ensino especial. Quatro alunos apresentam dificuldades visuais e um aluno dificuldades auditivas. Quanto aos hábitos de sono, nenhum dos alunos dorme menos de sete horas por noite. Os alunos tomam no mínimo quatro refeições por dia sendo a normalidade cinco refeições, sendo as principais refeições feitas em casa ou na escola.

Foi nosso intuito verificar se os alunos dominavam aprendizagens anteriores, consideradas como pré-requisitos base (conhecimentos, atitudes ou aptidões indispensáveis à aquisição de outros que deles dependem e que, sem eles, não é possível adquirir). A avaliação diagnóstica é uma forma de averiguar a posição do aluno, face a novas e anteriores aprendizagens, e face a anteriores aprendizagens que lhe servem de base, e como previsão futura, daquilo que vai ser possível atingir por parte do aluno.

## 5.1 Diagnóstico inicial das aprendizagens dos alunos

Apresentamos em seguida a síntese das avaliações diagnósticas realizadas.

Ginástica Acrobática- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível elementar.



Figura 1- Avaliação diagnóstica de Ginástica Acrobática

Voleibol- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível elementar.

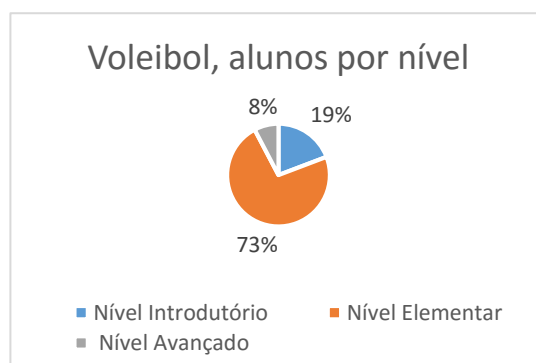


Figura 2- Avaliação diagnóstica de Voleibol

Atletismo- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível elementar.

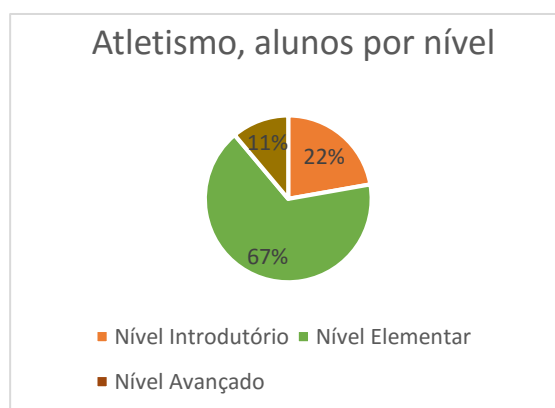


Figura 3- Avaliação diagnóstica de Atletismo

Futsal- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível elementar.

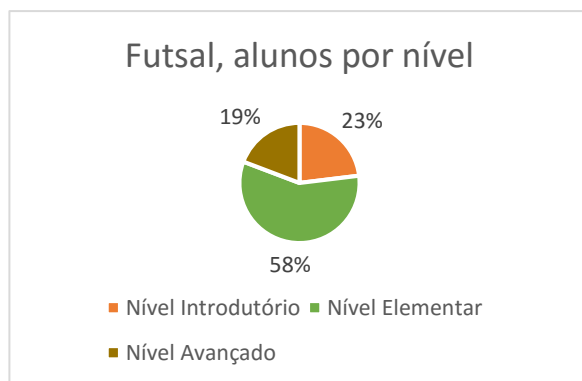


Figura 4- Avaliação diagnóstica de Futsal

Basquetebol- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível elementar.

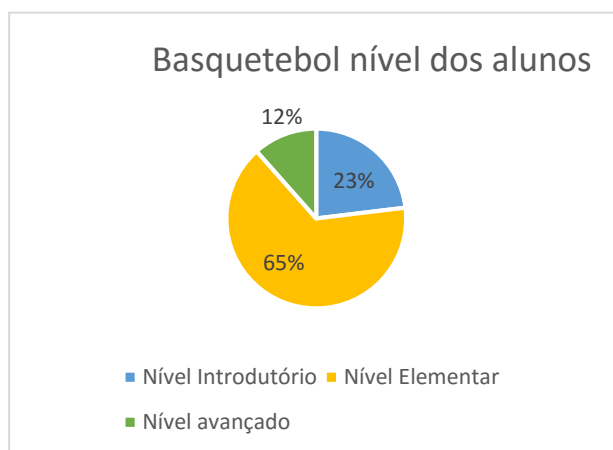


Figura 5- Avaliação diagnóstica de Basquetebol

Aeróbica- Nesta modalidade a maioria dos alunos encontra-se no nível avançado.

Esta foi a modalidade em que os alunos se mostraram mais proficientes.

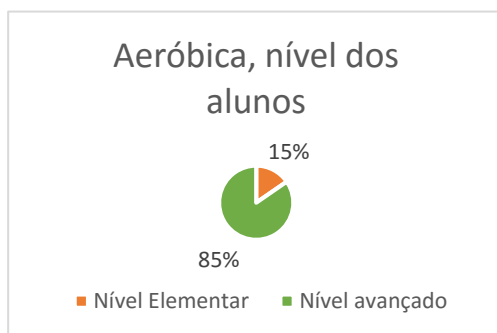


Figura 6- Avaliação diagnóstica de Aeróbica

No que concerne à atividade física 9 alunos não tem hábitos de prática de atividade física fora da escola e 10 alunos são federados, em polo aquático (1), ginástica (2), Basquetebol (2), futebol (3), ténis (1) e Hóquei patins (1).

## 6. Atividades realizadas no decorrer do EP:

Tabela 2- Síntese das atividades realizadas

1. Elaboração do plano anual.
2. Caracterização da turma.
3. Elaboração de grelhas de avaliação Diagnóstica (AD), avaliação Formativa (AF).
4. Avaliação diagnóstica das modalidades.
5. Elaboração das unidades didáticas.
6. Elaboração de planos de aula e suas respectivas justificações e reflexões.
7. Observação e reflexão das aulas lecionadas pelos colegas do grupo de estágio.
8. Observação de aulas de docentes do grupo disciplinar.
9. Observação de aula de outro núcleo
10. Elaboração de fichas de avaliação sumativa teórica.
11. Elaboração de grelhas de avaliação sumativa prática (AS).
12. Elaboração de sínteses descritivas.
13. Atribuição de notas de 1º, 2º e 3º Período
14. Atividade final de 1º e 2º Período
15. Acompanhamento do cargo de Diretor de turma
16. Auxílio no corta-mato escolar
17. Realização dos jogos tradicionais portugueses, cooperação com a escola no intercâmbio de uma escola francesa

## 7. Análise reflexiva sobre a prática pedagógica

### 7.1 Planeamento

*A planificação e análise/avaliação do ensino são, justamente, necessidades e momentos desencadeadores de reflexão acerca da teoria e prática do ensino. Por isso mesmo, aumentam a competência didáctica e metodológica e geram segurança de acção.” (Bento, 2003, p.10)*

O plano é um modelo racional, um meio de reconhecimento antecipado e de regulação do comportamento atuante, assumindo as funções de; motivação e estimulação, orientação e controlo, transmissão de vivências e experiências e racionalização da ação (Silva, 2012/2013).

O planeamento constitui uma etapa fundamental no processo de Ensino-Aprendizagem, assumindo particular importância na sua qualidade, pois é uma antecipação e organização das atividades, em função dos objetivos que se pretende alcançar, implica a tomada de decisões relativamente a determinadas categorias didáticas nomeadamente, objetivos, matéria de exercitação, procedimentos metodológicos e formas de organização.

Através da experiência adquirida ao longo do ano letivo foi possível confirmar a importância da realização de um bom planeamento para o sucesso das aulas e aprendizagens dos alunos em cada unidade didática.

No Estágio Pedagógico o planeamento dividiu-se em três fases distintas – planeamento a longo prazo (plano anual), a médio prazo (unidades didáticas) e a curto prazo (planos de aula).

### **7.1.1 Plano anual**

Plano Anual, segundo Bento (2003), é um plano de perspetiva integral que pretende situar e concretizar o programa de ensino local e nas pessoas envolvidas.

*Este plano tem de ser exequível, didaticamente exato e rigoroso, deve orientar para o essencial, com base nas indicações programáticas e em análise da situação na turma e na escola (Bento, 2003).*

O plano anual foi um dos primeiros documentos a serem elaborados e para isto tivemos de perceber o funcionamento da escola e analisar o plano de rotações feito pelo grupo de educação física para que a elaboração do plano anual coerente e de fácil aplicação nos espaços disponíveis para a lecionação das várias modalidades ao longo do ano letivo.

A partir desta análise conseguiu-se elencar um conjunto de objetivos e estratégias a aplicar durante o ano letivo, a análise do meio escolar, dos recursos materiais, espaciais e temporais, bem como a caracterização da turma e a análise daquilo que foi o já lecionado em anos anteriores foi essencial.

Para a caracterização adequada dos recursos matérias elaboramos um inventário, onde fizemos toda a contagem de material para a lecionação das diversas modalidades, pois para a escolha ser bem feita temos de ter em consideração o número de alunos da turma e perceber se há material para que todos tenham o máximo de empenhamento motor ao longo das aulas, sendo este um dos objetivos finais.

Este plano anual foi sendo adaptado ao longo do ano conforme as necessidades que foram surgindo e de acordo com o que foi a avaliação diagnóstica.

No seguimento deste planeamento, elaboramos unidades didáticas e planos de aula, sendo que estes tal como todos os planeamentos são de carácter aberto não fixos e alteráveis quando necessário e justificável.

### **8.1.2 Unidades Didáticas**

*As unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas clara e bem distintas de ensino e aprendizagem (Bento, 2003).*

As unidades didáticas ou blocos de matérias são um instrumento que auxilia a ação educativa, tendo um papel fundamental no planeamento do ensino, auxilia a ação educativa apresentando, de forma concreta, precisa e explícita os objetivos gerais e específicos a atingir, as estratégias os conteúdos, as progressões pedagógicas a utilizar, a matéria e as linhas orientadoras do processo de ensino-aprendizagem de uma determinada matéria específica de ensino, sendo um importante documento de apoio e auxílio no decorrer do ano letivo, esta foi adaptada sempre que necessário.

Assim, as unidades didáticas foram elaboradas antes do início de cada unidade didática, com intuito de abordar as características da mesma, contemplando a definição dos objetivos gerais, específicos e comportamentais, nos domínios psicomotor, cognitivo, sócio afetivo.

Das unidades didáticas constaram também, um conjunto de tarefas e progressões pedagógicas que apoiaram e sustentaram a possibilidade de alcançar os objetivos propostos, respeitando a adequação em relação ao objetivo a atingir em consonância com o nível dos alunos aos quais se pretendia aplicar, tendo sempre como meta o desenvolvimento curricular dos mesmos, bem como a definição dos momentos da avaliação inicial, processual e final, a distribuição dos objetivos ao longo das aulas estipuladas para o desenvolvimento da unidade didática, constou a extensão e sequência de conteúdos, sendo que, para cada aula, correspondia uma determinada função didática: introdução, exercitação, consolidação e avaliação.

Ao longo do ano letivo as modalidades lecionadas foram a Ginástica Acrobática, o Voleibol, o Atletismo, o Futsal, o Basquetebol e a Aeróbica, nesta escolha para além dos cuidados acima supracitados tentei que a razão entre deportes coletivos e individuais fosse nula. Para a escolha destas modalidades tivemos em consideração as diretrizes do PNEF e aquelas que foram as modalidades já lecionadas nos anos anteriores.

### **8.1.3 Planos de aula**

A aula é não somente a unidade organizativa essencial, mas sobretudo a unidade pedagógica do processo de ensino (Bento, 2003).

No início do ano letivo elaboramos um documento estrutural de plano de aula para ser seguido por todos. Este foi dividido em tempo total e parcial, tarefas e situações de aprendizagem, organização, estilos de ensino, objetivos comportamentais e critérios de êxito e ainda componentes críticas.

Estes planos contemplaram ainda um cabeçalho constituído por: nome do professor; período letivo; ano e turma; a unidade didática em questão; o número da aula; o número da aula correspondente à unidade didática, o objetivo da aula; função



didática da mesma; o tipo de avaliação a ser realizada nessa aula, a hora, data e a duração da aula; o número de alunos previstos e, por último, os recursos materiais e espaciais a utilizar.

Sempre que elaborado um plano de aula, este era acompanhado por uma justificação sustentada das opções tomadas. O plano de aula tinha como objetivo adequar e programar as aulas de acordo com os objetivos proposto e às necessidades dos alunos, nomeadamente sendo ajustado ao seu progresso individual e de grupo.

Tal como todo o tipo de planeamento aqui referido os planos de aula não foram fixos sendo suscetíveis de qualquer alteração sempre que necessário.

Após a lecionação das aulas foi sempre feita uma reflexão onde foram discriminados os aspetos positivos, os aspetos negativos e os que precisavam ser trabalhados de outra forma, as decisões de ajustamento e ainda uma análise das diversas dimensões do ensino, instrução, gestão, clima e demonstração.

O plano de aula tornou-se um documento essencial pois foi o reflexo de todas as atividades desenvolvidas em aula. As reflexões aliadas às conversas, a análise final de aulas feitas com o professor orientador e colegas de núcleo de estágio permitiu uma melhor capacidade de síntese e escolha criteriosa de exercícios.

## **8.2 REALIZAÇÃO**

*Segundo Siedentop (1998) o professor eficaz dedica o maior tempo possível à matéria, comunica as tarefas e explica as suas funções/objetivos, organiza tudo para obter o maior tempo possível de trabalho dos alunos, planeia tarefas com significado que apresentam uma boa possibilidade de êxito, supervisiona ativamente todo o trabalho dos alunos e é claro, animado e entusiasta.* De seguida irei apresentar as várias dimensões de ensino, as quais os professores devem ter em consideração na preparação e desenvolvimento da aula, sendo estas as dimensões; instrução, gestão, clima e disciplina.

### 8.2.1 Instrução

*A instrução é o método utilizado pelo docente para passar algum tipo de informação aos alunos. Siedentop (1991) definiu a instrução como o conjunto de comportamentos de ensino, que fazem parte do repertório do professor à transmissão de informação diretamente relacionada com os objetivos e conteúdos de ensino. Segundo este autor, os professores de Educação Física dedicam entre 10 a 50% do tempo de aula em instrução.*

A dimensão instrução consiste naquilo que é tido como informação do professor, este instrui normalmente sozinho, e pode ou não pedir a colaboração dos alunos, transmissão daquilo que são as componentes críticas e regras a serem apreendidas pelos alunos. A linguagem do professor deve ser clara, compreensível de fácil entendimento por parte dos alunos. Esta dimensão deve pautar-se de um grande número de feedbacks.

Ao longo deste ano letivo, a dimensão instrução assumiu particular relevância no sucesso das nossas intervenções pedagógicas, no que concerne à instrução inicial, procurámos ser sempre objetivos, claros, breves e concisos, para que o tempo útil da aula gasto em instrução fosse minimizado, de modo a promover um elevado índice de prática motora aos alunos.

Na perspetiva de ensino, a instrução ajuda tanto na orientação da atenção às informações mais relevantes, como na elaboração do programa de ação e sua subsequente execução.

Nas situações de instrução, a informação é transmitida em três momentos distintos: antes, durante e após a prática.

Antes da prática recorreremos a preleções, apresentações da tarefa, explicações e demonstrações; durante a prática através de feedbacks; e após a prática pela análise crítica do trabalho desenvolvido.

Ao longo de todas as aulas a instrução inicial foi dada para relembrar conteúdos, introduzir outros e informar aos alunos quais os objetivos da aula.

Realizamos com frequência questionamento aos alunos, quer para relembrar conteúdos já apreendidos quer para introduzir novos, tornando as aulas mais dinâmicas e colocando desde o início os alunos focados na matéria de aula.

A transmissão de informação quando necessária foi acompanhada por demonstração, esta demonstração por vezes uma primeira vez parcial e depois total para uma melhor percepção por parte dos alunos, nesta demonstração foram usados tanto alunos como o professor, tentando que esta fosse o mais correta possível.

Segundo Sarmiento (1992) a demonstração é uma mediação em relação à aprendizagem, demonstrar é possibilitar uma comparação da própria execução com o modelo.

No que toca à modalidade de ginástica acrobática o uso de diagramas, esquemas das figuras ajudaram muito, bem como a utilização de alunos mais proficientes para as demonstrações. Estratégias estas utilizadas nas restantes modalidades lecionadas.

Relativamente ao feedback, este ultrapassa a simples informação do correto ou incorreto, visa indicar os meios que o aluno pode ou deve utilizar para melhorar a sua prestação. Não menos importante é fechar os ciclos de feedback, isto é, é necessário verificar a compreensão do aluno, o que ele reteve e quais as atribuições que fez através da mensagem recebida (Silva, 2010).

No que diz respeito ao progresso da prática do aluno, este tem de ser contínuo e para que tal aconteça a informação transmitida tem de ser frequente e de qualidade (correta e apropriada), sobre as prestações dos alunos nas diferentes situações de aprendizagem. O feedback assume um papel fundamental na criação de um bom clima de aula pois se houver constantemente encorajamento e apoio por parte do professor, existe um maior desejo de o aluno prosseguir e desenvolver o seu nível de prática levando a um maior interesse e empenho pela matéria.

O professor, depois de facultar o feedback inicial deve verificar se este teve o efeito pretendido no aluno para depois diagnosticar e prescrever o feedback necessário. O feedback pedagógico deve ser então utilizado de forma a influenciar a qualidade do empenhamento motor e/ou cognitivo do aluno na tarefa tendo em conta os objetivos da sessão.

O aumento da diversidade do feedback pedagógico positivo tem implicações em outras dimensões de intervenção pedagógica, não só ao nível do clima (favorecendo um ambiente de trabalho positivo), mas também ao nível da gestão, havendo uma maior disponibilidade e receptividade dos alunos em relação às tarefas e conteúdos e ao nível da disciplina, onde existe um maior empenho dos alunos e uma menor probabilidade de comportamentos inapropriados. Sempre que o professor faculte um feedback, deve garantir a qualidade e a pertinência da informação, devendo esta ser específica, útil, coerente e necessária.

Ao longo de todas as aulas, fomos melhorando a nossa capacidade de intervenção e de dar feedbacks oportunos e relevantes, quer feedbacks individuais quer de grupos. Aprendemos a completar ciclos de feedback e acompanhamos a prática consequente a este percebendo se para o aluno o feedback foi apropriado ou não e corrigi-lo se necessário.

### **8.2.2 Gestão**

Outra das componentes geridas pelo professor, esta pressupõe o uso eficaz dos tempos de aula, o adequado envolvimento dos alunos nas tarefas de aula, o professor deve manter rotinas, criar e estipular regras de aula para que estas tenham um máximo de empenhamento motor por parte dos alunos, fornecer elevado numero de feedbacks evitando pausas por parte de alunos que não percebam o que lhes é proposto executar.

A utilização do tempo útil de aula é fundamental para que ocorra uma boa gestão na mesma, uma vez que não existem tempos “mortos” ou de transição demorados. Os alunos não perdem tempo a equipar-se no balneário e transitam rapidamente de tarefa, estando sempre atentos às instruções e demonstrações realizadas.

De acordo com esta dimensão, devem ser definidas rotinas específicas capazes de melhorar a gestão da aula.

Ao longo do ano letivo esta gestão foi conseguida, pois na nossa turma os alunos chegavam sempre mais cedo, não se demorando nos balneários, apenas houve um aspeto que foi muito trabalhado para implementar a rotina, rotina esta nas transições

de exercícios ao longo da aula pois os alunos no início do ano letivo demoravam muito tempo a parar e a transitarem para perto do professor para acompanharem a instrução e demonstração do exercício. Neste campo houve uma grande evolução. A principal estratégia utilizada foi a contagem, os alunos tinham de chegar ao local pretendido antes do final da contagem, no final do ano letivo já nem era preciso contagem pois os alunos já tinham interiorizado esta rotina.

### **8.2.3 Clima/Disciplina**

*Esta dimensão é referente à disciplina que o professor impõe na aula e à forma como este o faz, está intimamente ligada ao Clima sendo fortemente afetada pela Gestão e qualidade da Instrução (Silva, 2010).*

Na dimensão disciplina são analisados todos os tipos de comportamentos, quer sejam apropriados ou inapropriados, sendo os últimos não disciplinares ou de disciplina (fora da tarefa ou de desvio). Os comportamentos inapropriados de disciplina fora da tarefa devem ser ignorados sempre que possível. Já os comportamentos de desvio, por serem comportamentos de indisciplina, devem implicar uma intervenção do professor, que pode ser repreensiva (verbal) ou punitiva (castigo). Assim, quando o professor decidir punir alguém deverá ser pertinente (agindo no momento), justo (utilizando uma pena correspondente à gravidade da falha), coerente (para a mesma falha atribui o mesmo castigo), consistente (depois de intervir mantém a postura, não recua) e credível (utilizando as punições apenas em situações que o justifiquem), enquanto promotor de comportamentos ajustados nos alunos.

Segundo Siedentop (1998) não há dúvida que um sistema de organização eficaz e boas estratégias disciplinares criam uma atmosfera na qual é mais fácil aprender. Para realizar uma reflexão coerente é importante referir que as dimensões da realização (instrução, gestão, clima e disciplina) são indissociáveis. O domínio de todas estas dimensões tornará um professor mais eficiente.

Esta dimensão engloba aspetos de intervenção pedagógica relacionados com interações pessoais, relações humanas e ambiente. O professor deverá interagir com

os alunos em face de comportamentos significativos e deverá demonstrar entusiasmo ao longo das aulas, motivando os alunos para a realização das tarefas, tendo sido isto aquilo que nós fomos tentando fazer ao longo do EP.

É fundamental que o professor crie um clima positivo e se preocupe em promover comportamentos responsáveis, assim como a cooperação entre os diversos alunos.

Sendo esta uma dimensão interliga às outras, foi sendo trabalhada ao longo do ano letivo tendo sido observadas mudanças consideravelmente positivas.

Na nossa turma existia um grupo de alunos muito indisciplinados, e ao longo do ano foram consideradas e colocadas em prática várias estratégias para melhorar a qualidade desta dimensão. Estratégias como chamar a atenção, ignorar sempre que possível os comportamentos para não interferirem na aula, alterar grupos, fazer os alunos refletir sobre o que fizeram, mandar sentar os alunos e entre outras fazer “contratos” de comportamento, estes na última unidade didática que acabou por ser muito eficiente também.

### **8.2.5 Decisões de ajustamento**

A planificação de aula está dependente de uma série de fatores que condicionam o processo de ensino-aprendizagem.

O professor deve estar sempre preparado para dar uma resposta adequada a essas condicionantes, adaptando a sua forma de agir e a planificação à realidade com que se depara, mostrando a sua capacidade de improviso e tendo sempre uma atitude flexível, capaz de reorganizar toda a planificação, por vezes em poucos segundos de forma a que os alunos mantenham elevados índices de atividade e produtividade mantendo-se sempre ativos e recetíveis a conceitos que provoquem desafios, aumentando desta forma também o grau de empenho dos alunos.

Um bom planeamento antecipa os possíveis imprevistos, por isso deve ser realizado o mais rigoroso possível, contudo, também deve ser flexível, na eventualidade de algum aluno faltar, não interferir na organização global dos exercícios.

Em todas estas fases foi necessário realizar alguns ajustamentos face aos imprevistos que iam surgindo, pois nenhum destes planeamentos é fixo.

Embora o planeamento do processo de ensino e aprendizagem seja imprescindível para garantir o desenvolvimento integral dos alunos ao nível psicomotor, cognitivo e socio afetivo, não o podemos encarar como algo absolutamente rígido a ser implementado tal e qual como planeado. Conduzir a aprendizagem dos alunos é um processo, e como tal, qualquer processo é passível de sofrer alterações, sempre que seja necessário, em função da evolução dos alunos e dos objetivos definidos, sendo por isso o currículo é de recorte aberto.

No decorrer do Estágio Pedagógico tivemos de proceder a vários ajustamentos, quer nas unidades didáticas, quer no próprio plano de aula. Nas unidades didáticas foi necessário reajustar alguns objetivos, bem como realizar algumas mudanças na extensão e sequência de conteúdos planeado, devido à evolução dos alunos ser inferior ou superior à esperada, simplificando o complexificando os conteúdos, respetivamente.

No caso do plano de aula, foram mais frequentes as decisões de ajustamento, estas deveram-se essencialmente ao número de alunos, sempre que alguém faltava ou não fazia aula, e às condições climatéricas. A título de exemplo, destacamos a unidade didática de atletismo, pois durante a sua lecionação as condições climatéricas foram bastante adversas e instáveis, pelo que foi nesta que foi necessário proceder a mais decisões de ajustamento. Relativamente aos conteúdos, por não ter sido possível abordar o salto em comprimento tal como planeado, e nos planos de aula, sempre que a chuva deixava o espaço atribuído impraticável para a aula. O fato de ter de por vezes de partilhar o espaço de aula com outro docente levou-me também a decisões de ajustamento no plano de aula.

Na nossa opinião, as decisões de ajustamento efetuadas às unidades didáticas e planos de aula durante o ano letivo foram bem adequadas à realidade, revelando capacidade de adaptação da nossa parte.

### **8.2.6 Reflexões de aula**

*É importante que nos estágios pedagógicos sejam criadas condições que possibilitem o envolvimento dos estagiários em práticas reflexivas, com finalidades investigativas, ajudando-os na construção de conhecimento pedagógico de conteúdo (Freire, 2001).*

Ao longo do EP as reflexões de aulas foram essenciais fazendo uma constante retrospectiva sobre os exercícios escolhidos, se foram adequadas, se suscitaram o efeito pretendido, se estão de acordo com os nossos objetivos. Reflexões estas essenciais para que cumpramos o compromisso de ensino- aprendizagem tido para com os alunos.

### **8.2.7 Observações de aula**

Os professores aprendem a ensinar, pela observação de aulas (Lortie, 1975 in Freire 2001).

As observações de aula foram uma constante durante este ano letivo, desde o início do ano fomos alertados para os fazermos, quer observações aos nossos colegas de núcleo de estágio, quer observações de professores da escola visto que o nosso orientador não tem mais turmas para além das nossas e ainda observação de colegas estagiários de outros núcleos de estágio.

No início do ano elaboramos uma grelha de observação contendo as várias dimensões do ensino com uma escala em que tínhamos de assinalar em relação ao que era realizado se “sim”, “não totalmente”, “não” e “não aplicável”.

Considerando as observações efetuadas ao longo do ano letivo, verificámos que o contexto em que as aulas acontecem influencia a maneira de estar do professor e a forma como este intervém e conduz a sua intervenção pedagógica.

Com estas observações aprendemos que o professor se adapta a cada realidade, à turma e as condições de trabalho, essencialmente com estas observações aprendemos que pode abordar-se o mesmo assunto de várias formas,



sendo que algumas correm bem e outras menos bem, a observação foi um bom meio de analisar qual a melhor estratégia a utilizar, a melhor forma de apresentar as situações de aula, e por vezes alertou-nos para alguns erros que não devem ser feitos.

Reiterando por último o sentimento que nenhuma estratégia, estilo de ensino propostas de aula nunca estão 100% bem, e que devem ser sempre utilizadas, por como já referi estas devem ser adaptadas às diferentes realidades e contextos de ação.

### **8.3 AVALIAÇÃO**

A avaliação é realizar um juízo sobre uma dada realidade, ao articularmos uma certa ideia ou representação daquilo que deveria ser um conjunto de dados fatuais respeitantes a esta realidade (Hadgi,1994), sendo esta um processo sistemático de recolha de informação respeitando determinadas exigências, que envolve a formulação de juízos de valor com base num referencial, de modo a facilitar a tomada de decisões de melhoria do objeto avaliado (Nobre, 2009)

A avaliação pressupõe a existência de um processo de ensino aprendizagem, que segue as diretrizes do despacho normativo nº17- A/2015, que diz que a avaliação tem uma vertente contínua e sistemática e fornece ao professor, ao aluno, ao encarregado de educação e aos restantes intervenientes informação sobre a aquisição de conhecimentos e o desenvolvimento de capacidades, de modo a permitir rever e melhorar o processo de trabalho. A avaliação e certificação dos conhecimentos adquiridos e das capacidades desenvolvidas pelos alunos do ensino básico, bem como os seus efeitos.

Nos dias de hoje a avaliação surge com três funções associadas, função de regulação dos processos ensino-aprendizagem, certificação ou validação de competências e ainda seleção ou orientação da evolução futura do aluno.

As três funções mais destacadas da avaliação - diagnóstica, sumativa e formativa - são associadas respetivamente aos principais objetivos da avaliação distinguidos por Hadgi (1994): orientar, certificar e regular.

No início do ano letivo formulamos instrumentos de avaliação desenvolvidos para a avaliação inicial (diagnóstica) e processual (formativa) são de “malha fina”, isto é, incidem sobre segmentos da matéria reduzidos e pormenorizados, permitindo ao professor fazer o “foco” a aspetos específicos e o instrumento destinado à avaliação final (sumativa) é de “malha larga”, incidindo sobre um espetro mais alargado de conteúdos.

A nossa avaliação teve por base uma referência criterial, de modo a que o desempenho dos alunos seja comparado com eles próprios, e não com o grupo, permitindo que todos os alunos tenham iguais oportunidades de sucesso.

### **8.3.1 Avaliação diagnóstica**

Durante este ano letivo as avaliações diagnósticas foram feitas no início de cada unidade didática.

Optamos por realizar a avaliação diagnóstica ou inicial, sempre nas primeiras uma ou duas aulas no período mediante estas fossem de 90' ou 45' minutos.

Para a fazer elaboramos uma grelha de avaliação, tendo como objetivo de verificar as aprendizagens anteriores dos alunos nas várias modalidades.

Após discussão optamos por utilizar três parâmetros de avaliação - NE significa "Não Executa"; E, significa "Executa" e o EB, significa "Executa Bem". A partir daqui ao observar os alunos recolhemos dados sobre os nossos alunos e adaptamos o ensino e os programas de educação física às necessidades e características dos alunos, assim como elaboramos a extensão e sequência de conteúdos. Convém referir que a avaliação diagnóstica foi exclusiva do domínio psicomotor.

Foi nosso intuito verificar se os alunos dominavam aprendizagens anteriores, consideradas como pré-requisitos base (conhecimentos, atitudes ou aptidões indispensáveis à aquisição de outros que deles dependem e que, sem eles, não é possível adquirir). A avaliação diagnóstica é uma forma de averiguar a posição do aluno, face a novas e anteriores aprendizagens, e face a anteriores aprendizagens que lhe servem de base, e como previsão futura, daquilo que vai ser possível atingir por parte do aluno.

## **8.4 Avaliação Formativa**

A avaliação formativa é entendida como um modo/método para detetar as dificuldades e êxitos dos alunos no decorrer do processo de ensino-aprendizagem.

O nosso intuito com a avaliação formativa é que esta fosse um meio para adaptar as nossas estratégias de ensino às diferenças individuais observadas nos alunos, diferenciando o ensino se necessário, com o objetivo de otimização das aprendizagens dos alunos.

Tendo em conta o carácter contínuo e sistemático da avaliação, a avaliação formativa foi realizada ao longo de todas as aulas, através do registo das dificuldades comuns dos alunos e de registos mais individualizados.

O preenchimento da grelha de avaliação formativa foi feito igualmente ao longo das aulas, averiguando sobre a evolução dos alunos e identificando as suas dificuldades e sucessos, de modo a intervir na aula direcionando os feedbacks nesse sentido, contribuindo para que os alunos melhorem o seu desempenho.

Para a realização da avaliação formativa citando o acima referido criamos um instrumento de avaliação de “malha fina” para averiguar acerca dos sucessos e dificuldades dos alunos. Neste instrumento, não foram definidos 4 critérios optamos por uma descrição mais pormenorizada, focando aspetos relevantes na realização dos exercícios por parte de cada aluno. Achamos esta definição descritiva mais útil para adaptar as estratégias de aprendizagem a cada um.

Podemos dizer que a avaliação foi muito útil claro que combinada com uma cuidada reflexão e análise após esta.

## **8.5 Avaliação Sumativa**

A avaliação sumativa ou final serve para saber se os alunos alcançaram os objetivos propostos e se estão aptos ou não, nesta avaliação final as notas foram atribuídas entre um e cinco.

Esta avaliação quantifica todo o processo de aprendizagem.

A avaliação sumativa foi sempre realizada nas últimas duas aulas da unidade didática.

Organizamos a avaliação sumativa formal nunca esquecendo que sendo aula de avaliação esta não poderia perder o seu cariz de aprendizagem, não nos podíamos cingir apenas a ela.

Tentamos sempre achar o melhor método de fazer a avaliação mantendo todos os alunos empenhados.

Para as aulas de avaliação sumativa construímos a respetiva grelha de avaliação de “malha larga”, para realizar o registo no imediato momento da avaliação sumativa, ou seja, durante a aula.

Em todas as unidades didáticas para além da avaliação sumativa prática os alunos também realizaram a avaliação sumativa teórica, fazendo uma ficha de avaliação.

Tabela 3- Tabela de ponderações da avaliação sumativa

<b>Domínio</b>	<b>Ponderação</b>
<b>Psicomotor</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 60% Aspetos da UD</li><li>• 10% Condição Física Geral</li></ul>
<b>Cognitivo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 10%</li></ul>
<b>Socio – Afetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 20%</li></ul>

## **8.6 Auto-avaliação**

Podemos ainda referir a autoavaliação, a auto-perceção do aluno daquelas que foram ou não as suas capacidades adquiridas.

No final de cada aula os alunos foram levados a refletir sobre a sua evolução o que é uma forma de autoavaliação.

No final de cada unidade didática os alunos preencheram fichas de autoavaliação produzidas por nós, e no final de cada período os alunos preencheram a ficha anual uniforme para todo o grupo de EF.

Nas fichas de autoavaliação estavam incluídos os três domínios da avaliação, domínio cognitivo, psicomotor e socio-afetivo, em cada um dos domínios os alunos auto avaliavam-se chegando ao fim com uma nota. Estas serviram para percebermos qual a percepção que os alunos têm em relação à sua evolução e qualidade do seu desempenho.

## **8. Atitude ético profissional**

A profissão docente assume-se como uma profissão em que tem de se ser ética e profissionalmente credível.

Para além do comprometimento do professor com as aprendizagens dos alunos este deve conseguir passar aos seus alunos princípios éticos e morais.

A este respeito consideramos que o nosso desempenho ao longo do ano letivo foi excelente a todos os níveis.

Para além do compromisso ético para com as aprendizagens dos alunos que foi sempre uma preocupação em todas as tarefas realizadas, destacamos também as atitudes demonstradas ao longo do ano letivo, procurando sempre contribuir para o desenvolvimento da formação integral dos alunos, fomos sempre os primeiros a chegar ao espaço de aula, montando sempre que possível o material disponível para aula antes do seu início.

Fomentamos a prática e o gosto por ela, pois todos os nossos alunos iam mais cedo o estavam durante o seu tempo de intervalo em prática já em espaço de aula tendo mais contato com as modalidades.

Esta simples atitude teve repercussões positivas na pontualidade dos alunos pois chegaram sempre no horário pretendido.

Ao longo do EP, procuramos sempre estar presentes e ajudar em todas as atividade dinamizadas na escola, nomeadamente pelo grupo de educação física.

Estivemos ainda presentes em todas as atividades de EP, quer na faculdade quer em escolas onde foram realizadas algumas, sempre com interesse, espírito crítico e sempre prontos para novas aprendizagens.

## **9. Dificuldades iniciais**

Desde o início deste ano letivo as dificuldades foram superadas.

No que toca à escola e ao meio envolvente a principal dificuldade foi orientarmos no espaço físico da escola visto esta ser uma escola muito grande e ainda perceber as rotinas e normas da escola.

No que toca à planificação anual a maior dificuldade foi perceber que modalidades poderíamos dar em cada espaço e escolher quais lecionaríamos.

No que toca à lecionação das aulas as maiores dificuldades estiveram em adequar as estratégias de ensino à turma pois no início não conhecíamos a turma, os seus comportamentos e os seus “*outputs*”, neste campo foi essencial as várias conversas e análises de aula com o professor orientador Paulo Furtado, que nos alertou para os problemas que iam surgindo e nos apercebíamos e nos deu bons conselhos de atuação e adequação da nossa maneira de agir e estratégias a utilizar para minimizar os problemas.

## **10. Aprendizagens realizadas**

Neste ano de EP foram muitas as aprendizagens realizadas no que toca à relação com os alunos, com a turma, com os outros docentes e funcionários, ou seja a inter-relação com toda a comunidade educativa.

Aprofundamos os nossos conhecimentos em termos da didática, e para isso o trabalho na realidade com a turma foi o grande “palco” de aprendizagens.

Percebemos que o facto de dominarmos melhor as modalidades influenciou de forma positiva o desenrolar das aulas da unidade didática.

Foram constantes as situações em que o trabalho colaborativo foi essencial, e faze-lo também acatou várias aprendizagens no domínio da relação com o outro.

Fomos sempre muito pró-ativos em todas as tarefas e atividades que nos eram propostas, arranjando sempre uma maneira eficaz e eficiente de realizar os projetos e as atividades em si.

Melhoramos a nossa postura de intervenção em aula, apesar de já termos alguma experiência em contexto treino, na escola tivemos de aprender a melhor maneira de nos posicionarmos face a uma turma.

Na realização do planeamento de aulas também foram muitas as evoluções, aprendemos a ajustar adequadamente o plano à turma e às suas realidades. Aprendemos ainda a ajustar as estratégias e estilos de ensino mediante as necessidades dos alunos, e aquilo que são os objetivos inscritos no PNEF.

Ao longo deste ano houve também uma grande aprendizagem no que toca a estratégias para fazer um uso cuidado e uma manutenção apropriada do material, criando nos alunos a responsabilidade de não estragar, mas aprendendo a solucionar questões simples de material com pequenos estragos, foram constantes situações em que em conjunto com o professor Paulo Furtado arranjamos o material que estava de alguma maneira danificado.

Para além de termos aprendido as rotinas de um professor acima supracitadas, aprendemos ainda a trabalhar no programa “Inovar”, base de dados da escola onde escrevemos sumário, marcamos as faltas e lançamos as notas.

Foi um ano muito enriquecedor a todos os níveis.

## **Capítulo II- Aprofundamento do tema problema**

**Título:** Motivação dos alunos federados e ex federados nas aulas de educação física.

### **1. Introdução**

É importante que nos estágios pedagógicos sejam criadas condições que possibilitem o envolvimento dos estagiários em práticas reflexivas, com finalidades

investigativas, ajudando-os na construção de conhecimento pedagógico de conteúdo. Com efeito, a investigação constitui uma componente importante a introduzir nos estágios pedagógicos. Em primeiro lugar, tornar o estagiário investigador da sua prática significa promover a reflexão em ação e sobre a ação o que pode contribuir para a aquisição de conhecimento sobre como ensinar, para a consciencialização de crenças relativas ao ensino e para promover o desenvolvimento pessoal e profissional (Freire, 2001).

Durante o EP e a lecionação da disciplina de Educação Física deparamo-nos com uma situação, situação está que quando eramos alunos e eramos mais proficientes e várias vezes eramos nós a realizar as demonstrações e ajudávamos os colegas, percebemos na minha maneira de atuar em aula algo semelhante utilizamos os alunos mais proficientes muitas vezes como auxiliares de ensino, como modelos nas demonstrações e surgiu a pergunta, como será que se sentem? Por isso escolhemos este tema, "Motivação dos alunos federados e ex federados nas aulas de Educação Física em que se leciona a unidade didática da modalidade por eles praticada".

## **2. Problemática e objetivo do estudo**

Com este estudo pretendemos responder ao seguinte problema "Será que existem diferenças na motivação e de perceção do valor das aulas de EF por parte dos alunos federados e ex federados aquando a lecionação da modalidade em que são especialistas".

Estudando a relação destes alunos com eles próprios, com os outros, com o professor e com a matéria de ensino definimos como objetivos:

- 2.1- Determinar os níveis de motivação dos alunos federados/ex federados na modalidade em que o são/foram.
- 2.2- Determinar a relação socio-afetiva dos alunos federados/ex federados com os alunos menos aptos em termos de cooperação.
- 2.3- Perceber quais as funções/tarefas que os alunos federados e ex federados consideram mais importantes para a aprendizagem, aquando da lecionação da sua modalidade.



2.4- Perceber a perceção dos alunos em relação às estratégias de diferenciação pedagógica

### 3. Metodologia

#### 3.1 Amostra:

Na amostra inicial para recolha de informação no questionário de resposta aberta havia a distribuição por género e idade apresentada abaixo, esta foi escolhida devido à facilidade de acesso e comunicação com os alunos, visto serem das nossas turmas.

Tabela 4- Caraterização da amostra

	Rapazes (N=6)	Raparigas (N=3)	Total (N=9)
<b>Idade</b>			
12	1 (1,11%)	1 (1,11%)	2 (2,22%)
15	4 (4,44%)	2 (2,22%)	6 (6,66%)
18	1 (1,11%)	0 (0%)	1 (1,11%)
<b>Modalidades em que os alunos são federados ou ex-federados</b>			
Futebol	4 (4,44%)	0 (0%)	4 (4,44%)
Ginástica	0 (0%)	2 (2,22%)	2 (2,22%)
Voleibol	0 (0%)	1 (1,11%)	1 (1,11%)
Basquetebol	2 (2,22%)	0 (0%)	2 (2,22%)

Os participantes foram selecionados a partir de uma amostragem intencional, tendo sido selecionados 30 alunos do 7º e 8º ano de escolaridade da Escola Básica e Secundária Quinta das Flores.

Dos 30 alunos 14 são do género feminino e 16 do género masculino.

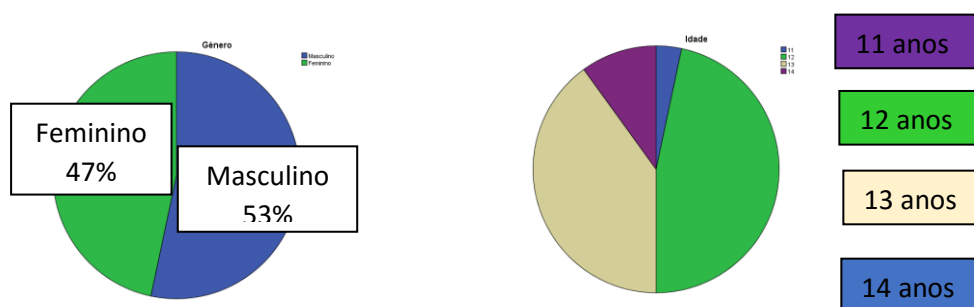


Figura 7- Moda da variável género (F-14,M-16), e moda da variável idade

Na amostra acima referida podemos dizer que a moda e a média é os alunos serem federados sete anos.

A média e a moda da idade dos alunos é de doze anos.

### 3.2 Instrumentos/Procedimentos:

A recolha de dados realizou-se a partir de um questionário de aplicação direta produzido com base na literatura e a partir de uma componente qualitativa prévia. Esta componente envolveu a aplicação de um questionário individual de resposta aberta a um conjunto selecionado de alunos federados e ex federados. Com os dados recolhidos construiu-se um questionário final com perguntas diretas e mais específicas.

A partir da análise de conteúdo das respostas dos alunos, foram construídos os itens que integraram o questionário final, com um total de 9 questões, organizadas em 4 partes; “I-identificação do aluno”, “II- Motivação e preferências”; “III- cooperação” e “IV- Como melhorar as aulas”.

A seleção da amostra com base nos seguintes critérios; alunos federados e ex federados em matérias de ensino lecionadas na escola; terem sido federados pelo menos 2 anos; terem deixado de ser federados até há 2 anos atrás.

O tratamento estatístico da informação foi feito no programa SPSS, versão 23.

## 4. Apresentação dos resultados

Estudos de Koka e Vira (2003), que dizem que os professores também devem tentar incentivar a interação entre os alunos, projetando atividades de cooperação, reflexivos e “*groupbuilding*”, com formas múltiplas e heterogêneas de agrupamento

Goudas (2001 in Koka e Vira) e os seus associados, indicaram que alunos com prática de atividade desportiva fora da escola apresentam maiores níveis de motivação, perceção de competência e expetativas em relação à disciplina.

A Educação Física é crucial no papel da percepção de competência, porque alguns alunos não tem experiência alguma com a maioria ou todas as atividades desportivas (Papaioannou, 1994).

Estudos indicam que as raparigas são mais intrinsecamente motivadas para a Educação Física quando sentem que as atividades são feitas em grupo. No género masculino trabalhar em grupo não significa motivação intrínseca (Nikos Ntoumanis at all, 2001). Apresentamos de seguida os resultados obtidos.

4.1- Determinar os níveis de motivação dos alunos federados/ex federados na modalidade em que o são/foram.

Apresentamos de seguida os gráficos relativos à caracterização da motivação dos alunos federados e ex federados na aula de EF, em relação à questão “nas aulas da modalidade em que sou federado estou”;

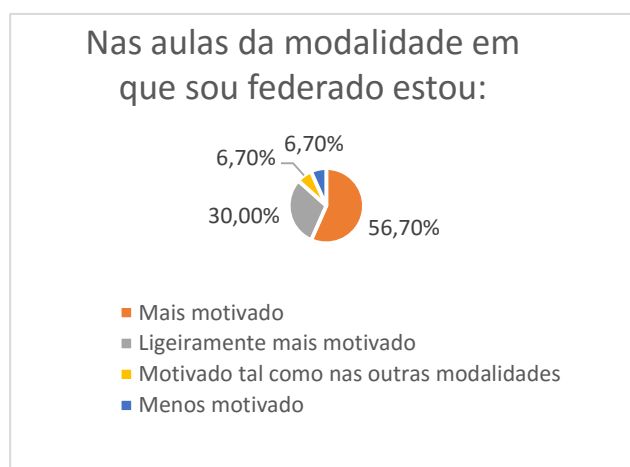


Figura 8- Análise da questão "Nas aulas da modalidade em que sou federado, estou:"

Após a análise das respostas dadas pelos alunos do sétimo e oitavo ano de escolaridade posso concluir que quando questionados sobre estarem mais ou menos motivados nas modalidades em que são federados ou ex federados, 56.7% dos alunos dizem-se mais motivados, 30% ligeiramente mais motivados, 6.7% motivados tal como nas outras modalidades e 6.7% dizem-se menos motivados.

4.2- Determinar a relação socio afetiva dos alunos federados e ex federados com os alunos menos aptos, em termos de cooperação aquando da lecionação da sua modalidade.

Apresentamos de seguida os gráficos relativos à caracterização da motivação dos alunos federados e ex federados na aula de EF, em relação às questões “Quando ajudas os teus colegas e como”;

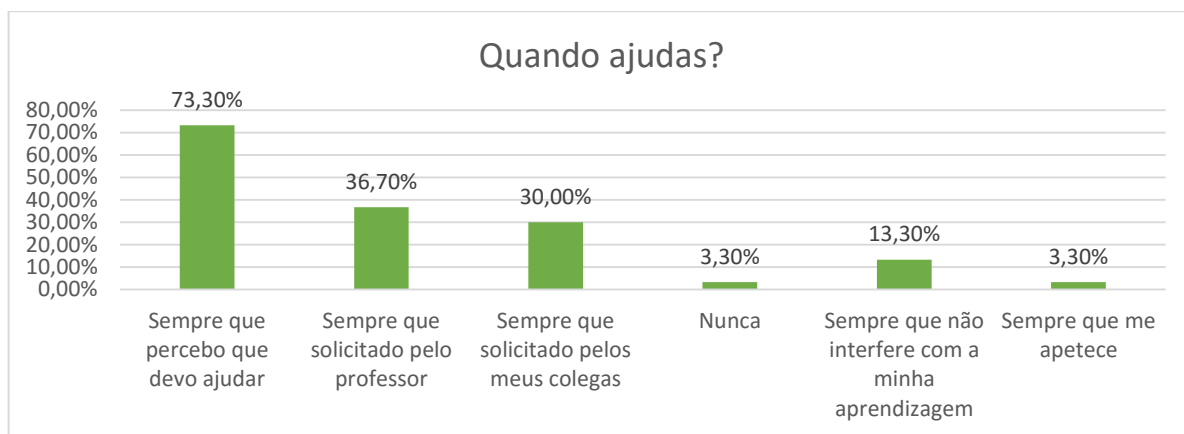


Figura 9- Análise da questão, "quando ajudas?"

Após análise 73.3% dos alunos dizem ajudar quando percebem que devem fazê-lo, 36.7% ajudam sempre que solicitado pelo professor, 30% ajudam sempre que solicitados pelos colegas, 3.3% dos alunos nunca ajudam, 13.3% ajudam sempre que não interfere com a sua aprendizagem, e 3.3% dizem ajudar sempre que lhes apetece.

Quando questionados sobre “como ajudam os seus colegas as respostas apresentadas de seguida são várias.

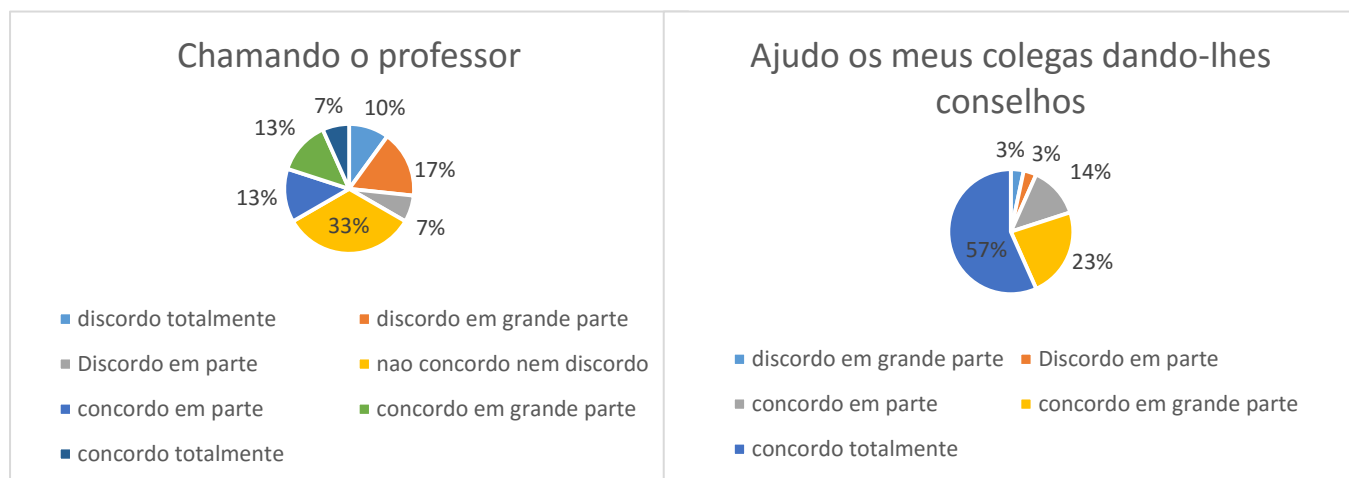


Figura 10- Análise da questão "como ajudas?"

Quando questionados 27% dos alunos concordam que ajudam chamando o professor, 13% concordam em parte, 33 % não concordam nem discordam, 7% discordam em parte e 27% discordam. Quanto à questão “ajudo dando conselhos”, 60% dos alunos concordam, 14% concordam em parte, 3% discordam em parte e 26% discordam.

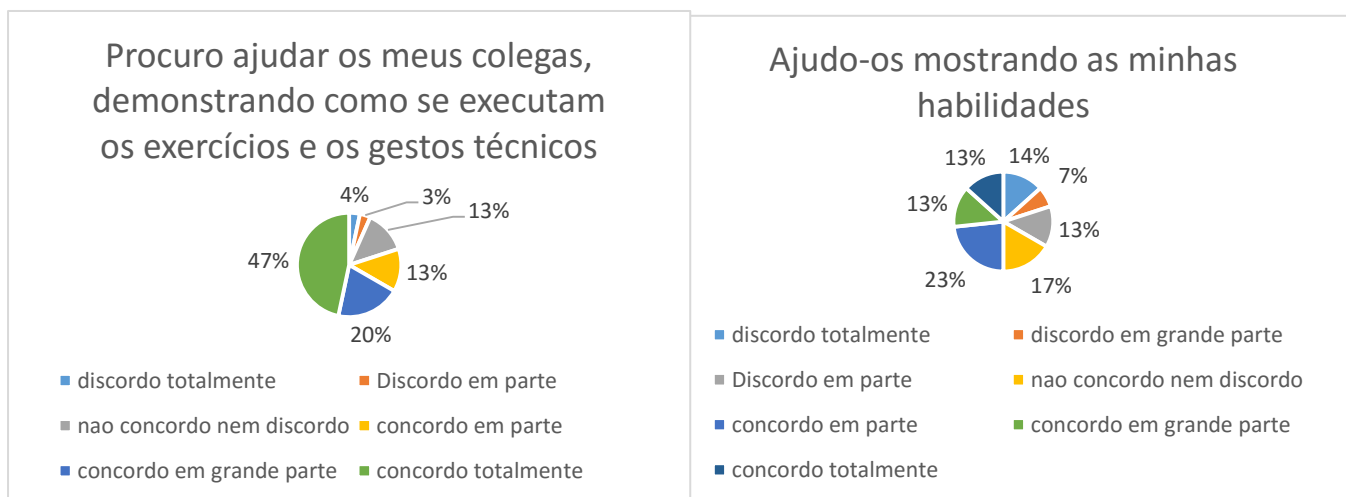


Figura 11- Continuação da análise da questão "como ajudas?"

No que diz respeito à questão “ajudar os colegas, demonstrando como se executa os exercícios e os gestos técnicos”, 67% dos alunos concordam, 13% concordam em parte, 14% nem concordam nem discordam, 3% discordam em parte e 3% discordam totalmente.

Já na questão “ajudo mostrando as minhas habilidades”, 26% concordam, 23% concordam em parte, 17% não concordam nem discordam, 13% discordam em parte e 21% discordam.

4.3- Perceber quais as funções ou tarefas que os alunos federados e ex federados consideram mais importantes para a aprendizagem a quando da lecionação da sua modalidade com os menos aptos.

Apresentamos de seguida os gráficos relativos às funções ou tarefas que os alunos consideram mais importantes para a aprendizagem.

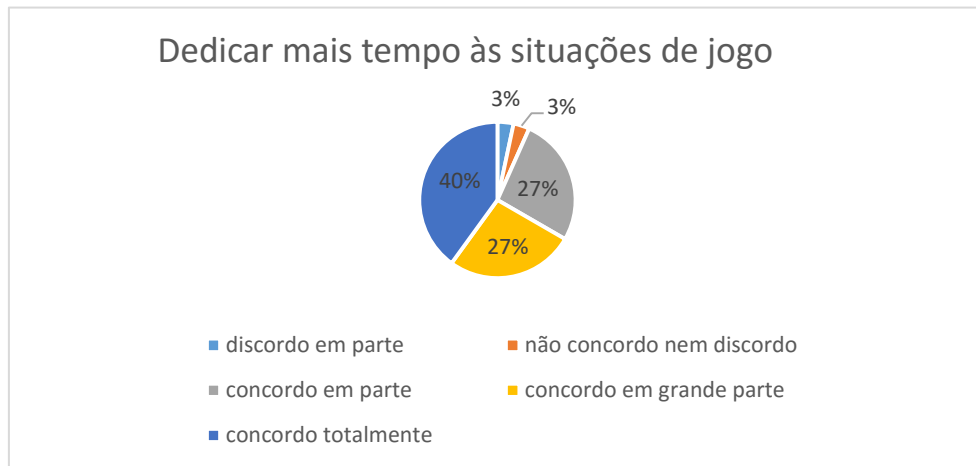


Figura 12- Análise da questão "dedicar mais tempo às situações de jogo"

Após a análise dos dados 67% dos alunos concordam que se deve “dedicar mais tempo às situações de jogo”, 27% concordam em parte, 3% não concordam nem discordam, e 3% discordam em parte.

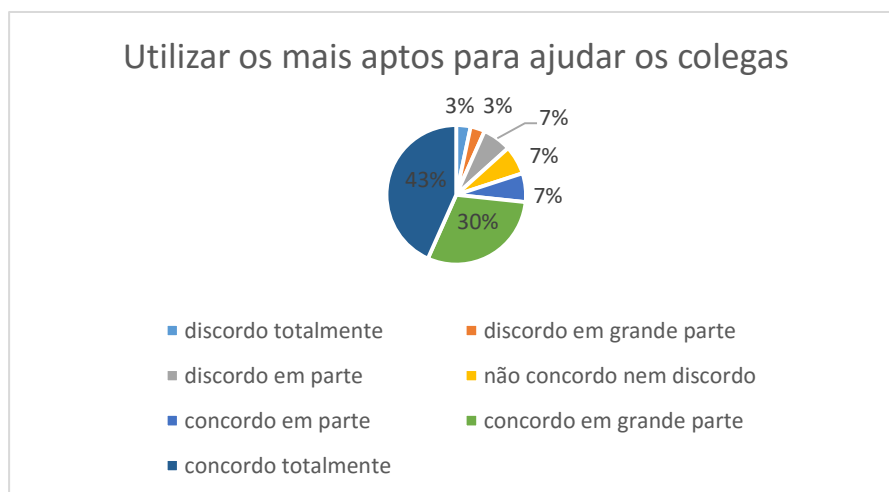


Figura 13- Análise da questão "utilizar os mais aptos para ajudar os colegas"

Relativamente à questão de “Utilizar os mais aptos para ajudar s colegas, 43% concordam totalmente, 30% concordam em grande parte, 7% concordam em parte, 7% não concordam nem discordam, 3% discordam em grande parte, 7% discordam em parte e 3% discordam totalmente.

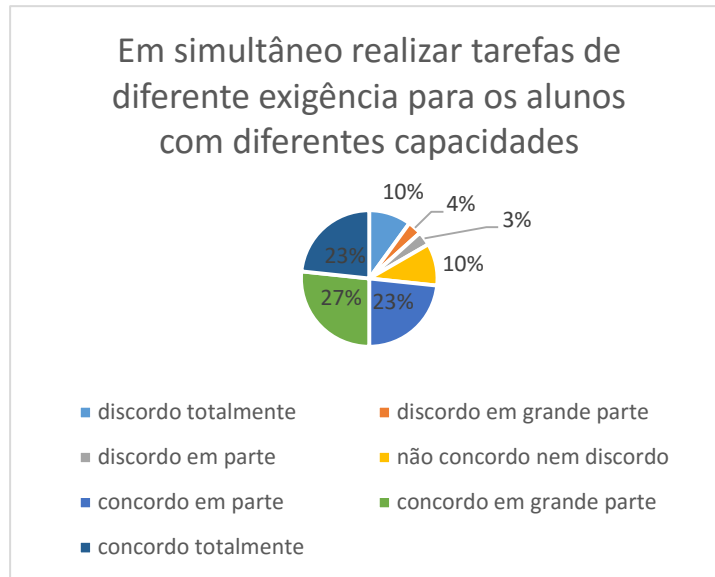


Figura 14- Em simultâneo realizar tarefas de diferente exigência para os alunos com diferentes capacidades"

No que diz respeito à questão “ em simultâneo realizar tarefas de diferente exigência para alunos com diferentes capacidades”, 50% concordam, 23% concordam em parte, 10% não concordam nem discordam, 4% discordam em parte e 14% discordam.

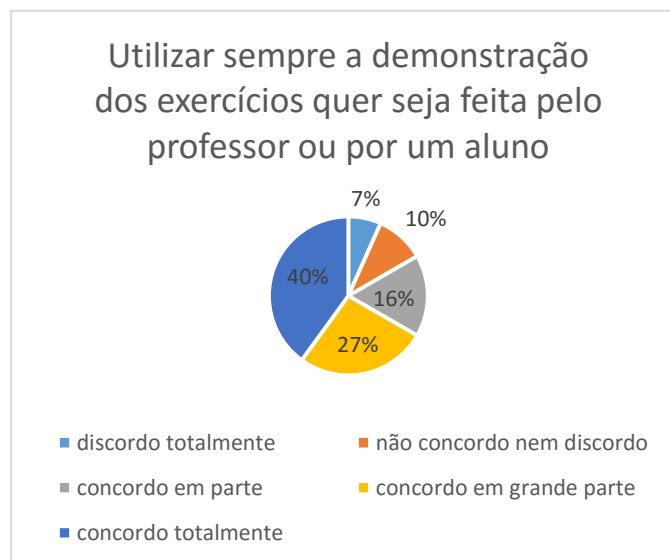


Figura 15- Análise da questão "utilizar sempre a demonstração dos exercícios quer seja feita pelo professor ou por um aluno"

Na questão seguinte 67% dos alunos concordam que se deve “utilizar sempre a demonstração dos exercícios quer seja feita pelo professor ou por um aluno”, 16% concordam em parte, 10% não concordam nem discordam e 7% discordam.

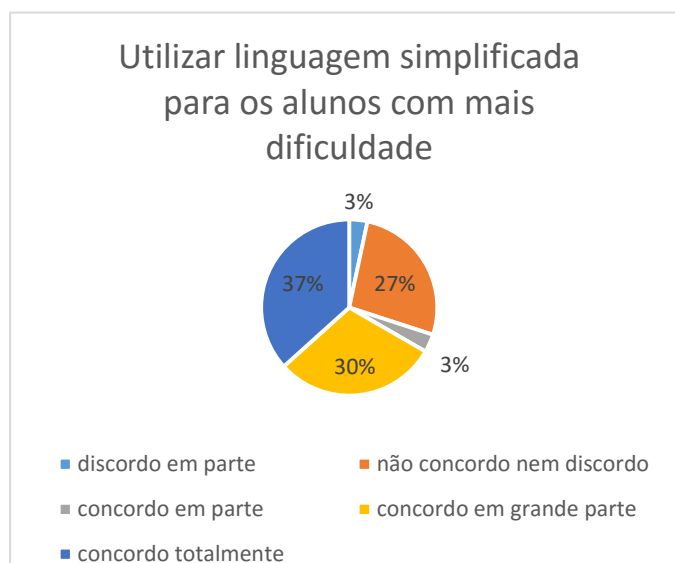


Figura 16- Análise da questão "utilizar linguagem simplificada para os alunos com mais dificuldades"

Já no que toca à questão “utilizar linguagem simplificada para os alunos com mais dificuldade”, 67% concordam, 3% concordam em parte, 27% não concordam nem discordam e 3% discordam.

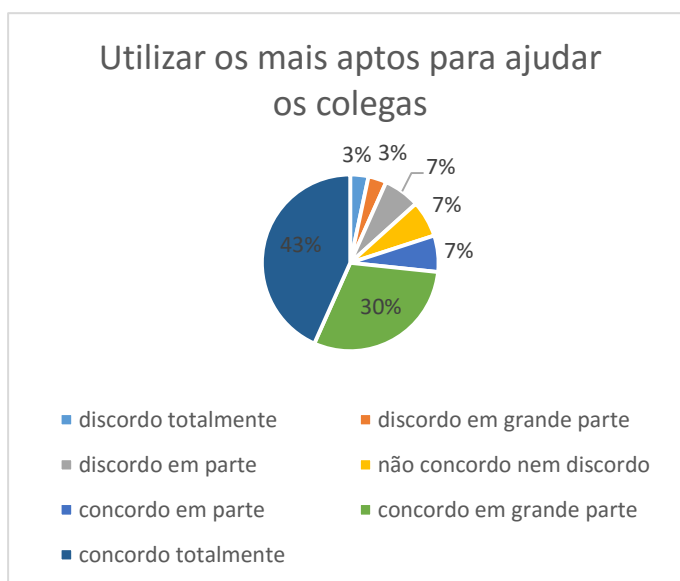


Figura 17- Análise da questão "utilizar os mais aptos para ajudar os colegas"

De seguida quando perguntado se devemos “utilizar os mais aptos para ajudar os colegas”, 73% concordam, 7% concordam em parte, 7% não concordam nem discordam, 7% discordam em parte, 6% discordam



4.4 – Perceber a percepção dos alunos em relação às estratégias de diferenciação pedagógica, apresentamos de seguida os gráficos relacionados com esta análise.

Quando questionado aos alunos se devemos juntar ou separar o menos aptos e o porque, doze alunos dizem que se deve separar os mais aptos dos menos aptos e dezoito dizem que se deve juntar os mais aptos com os menos aptos.

Esses quando questionados o porque destas escolhas, as repostas são variadas, os alunos podiam escolher duas justificação, as escolhas estão apresentadas abaixo.

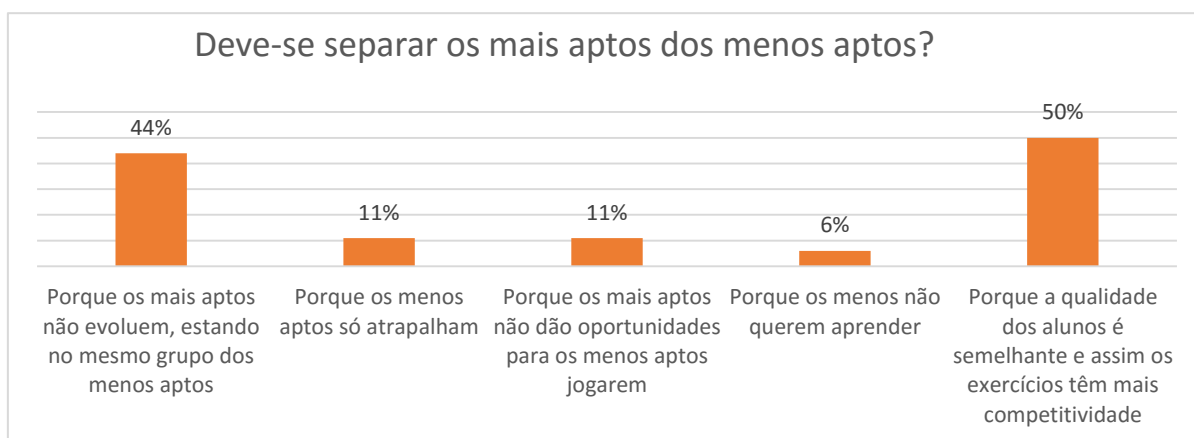


Figura 18- Análise relativa à questão "deve-se separar os mais aptos dos menos aptos e o porquê".

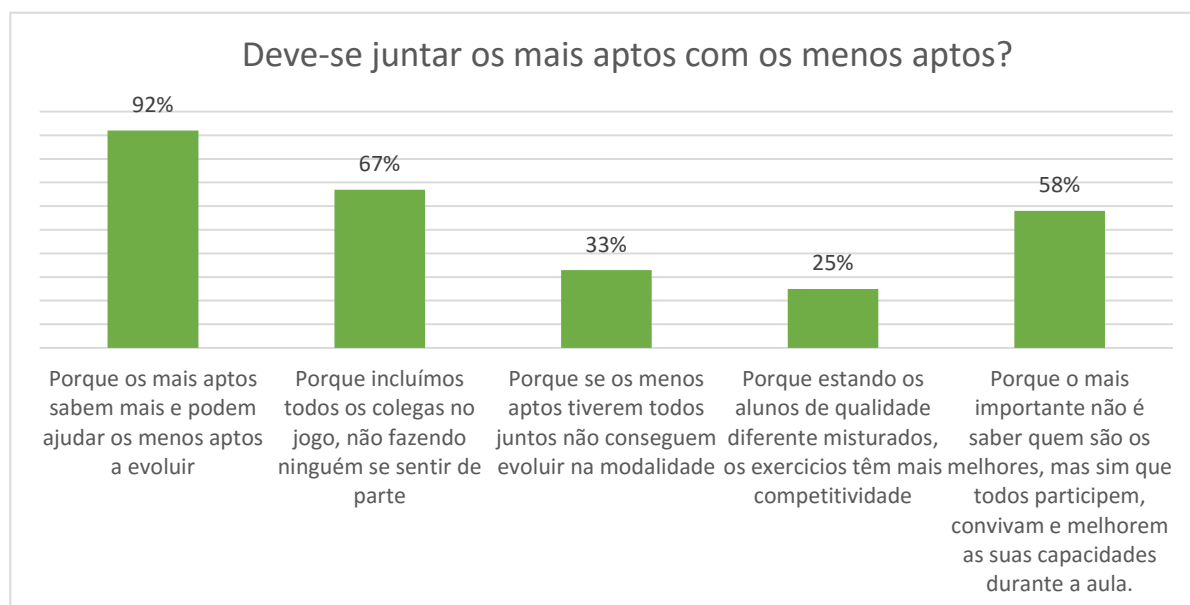


Figura 19- Análise da questão " deve-se juntar os mais aptos com os menos aptos, e porquê".

A justificação com mais incidência a quando a perguntado o porquê de juntar grupos foi, “porque os mais aptos sabem mais e podem ajudar os menos aptos” e a

justificação “porque incluímos todos os colegas no jogo, não fazendo ninguém se sentir de parte.

Relativamente a separar grupos as justificações com mais prevalência foram; “Porque a qualidade dos alunos é semelhante e assim os exercícios têm mais competitividade”, e “Porque os mais aptos não evoluem estando no grupo dos menos aptos.

### **3. Discussão dos resultados**

Goudas e os seus associados (in Koka e Vira 2012), indicaram que alunos com prática de atividade desportiva fora da escola apresentam maiores níveis de motivação, perceção de competência e expectativas em relação à disciplina.

Após a análise dos dados podemos concluir que a maioria dos alunos federados e ex federados sentem-se mais motivados nas aulas de educação física aquando a lecionação da modalidade em que são “especialistas” (4.1), isto vai ao encontro do que diz a bibliografia em que quer rapazes quer raparigas se sentem mais motivados porque é a sua “modalidade de eleição”, e nas aulas têm oportunidade de aperfeiçoar as suas capacidades e podem mostrar o que sabem fazer.

Este argumento está em linha com conclusões tiradas. A Educação Física é crucial no papel da perceção de competência, porque alguns alunos não tem experiência alguma com a maioria ou todas as atividades desportivas (Papaioannou, 1994). Portanto, aqueles com experiência prévia sentem-se e são fisicamente competentes. São mais propensos a achar a Educação Física interessante, e querem participar nas aulas para continuar a desenvolver o “seu” desporto e habilidades.

No que diz respeito a relação socio-afetiva dos alunos federados e ex federados com os alunos menos aptos em termos de cooperação (4.2) a maioria dos alunos dizem ajudar quando percebem que devem fazê-lo, e uma pequena percentagem diz ajudar sempre que não interfere com a sua aprendizagem, ou só quando lhes apetece e ainda uma pequena percentagem nunca ajudam.

A maioria quando ajuda fá-lo dando conselhos e demonstrando os gestos técnicos.

Quanto à perceção de quais as funções/tarefas que os alunos federados e ex federados consideram mais importantes para a aprendizagem aquando a lecionação

da sua modalidade (4.3), a maioria dos alunos acham que se deve dedicar mais tempo às situações de jogo, que se deve utilizar os mais aptos para ajudar os colegas, acham ainda que se deve realizar tarefas em simultâneo com exigências diferentes para os alunos com diferentes capacidades, e ainda que se deve utilizar sempre a demonstração dos exercícios quer seja feita pelo professor quer por um aluno. Os alunos acham também que a linguagem deve ser simplificada para os alunos com mais dificuldades.

Quanto ao tópico (4.4), no que respeita às estratégias de ensino perceber se a formação de grupos de nível é mais benéfica a maioria dos alunos acham que se deve juntar os mais aptos com os menos aptos, fazendo grupos heterogêneos, esta conclusão, esta em linha com o que é dito por Koka e Vira (2003) , que dizem que os professores também devem tentar incentivar a interação entre os alunos, projetando atividades de cooperação, reflexivos e “*groupbuilding*”, com formas múltiplas e heterogêneas de agrupamento.

Doze dos alunos acham que os professores devem separar os mais aptos dos menos aptos fazendo grupos homogêneos porque para eles os mais aptos não evoluem estando no mesmo grupo dos menos aptos, e porque acham que se a qualidade dos alunos for semelhante os exercícios têm mais competitividade, por outro lado dezoito alunos acham que o professor deve fazer grupos heterogêneos, porque assim os mais aptos sabem mais e por isso podem ajudar os menos aptos a evoluir e acham ainda que assim com grupos heterogêneos pode incluir-se todos no jogo, não fazendo ninguém se sentir de parte.

Em certa parte este resultado está em linha com o encontrado na bibliografia que diz que de um modo geral, os estudantes sentem-se motivados na aula de Educação Física, quando tem a oportunidade de trabalharem juntos e ajudarem-se uns aos outros a aprenderem. Fá-los-á sentir melhor e mais ligados aos seus colegas.

Estudos indicam que as raparigas são mais intrinsecamente motivadas para a Educação Física quando sentem que as atividades são feitas em grupo. No género masculino trabalhar em grupo não significa motivação intrínseca (Nikos Ntoumanis at all, 2001), indicador que não podemos confirmar através do nosso estudo devido à limitação do tamanho da amostra.

## **5 Conclusão**

Com a realização deste estudo posso concluir que os alunos do sétimo e oitavo ano de escolaridade da EBSQF, se sentem mais motivados nas aulas de educação física quando é lecionada a matéria na qual são ou foram federados, gostam de ajudar os colegas e preferem que a aula seja organizada por tarefas e em grupos heterogéneos.

## **6 Limitações do estudo**

Consideramos que neste estudo temos algumas limitações nomeadamente o número reduzido da amostra o que acaba por não ser suficiente para obter conclusões significativas, acabamos por não conseguir fazer uma análise diferenciada entre géneros pois para além da amostra ser pequena não há diferenças relevantes.

Também não realizamos uma análise na variável idade pois o grupo é homogéneo.

Destacamos ainda a limitação do estudo ser feito com base nas respostas dadas a um questionário em que pode acontecer as respostas serem tendencialmente dadas para aquilo que é o “politicamente correto”, o que pode influenciar negativamente os resultados.

A nosso ver no futuro aplicar este questionário a uma amostra maior poderia trazer conclusões relevantes e uma nova visão sobre este tema, tal como para além do questionário realizar a investigação também com base na observação.

## **CAPITULO III- Considerações finais sobre ano de estágio**

*Segundo Formosinho (1992), o professor é um profissional que procura formar-se continuamente de modo permanente. Neste sentido, continuaremos à procura de mais e melhores conhecimentos que nos permitam desenvolver pessoalmente e*

profissionalmente, ultrapassando as lacunas que forem identificadas, para que todos os dias nos possamos tornar um pouco melhores.

O presente ano letivo foi repleto de aprendizagens significativas, um ano intenso e de muito trabalho.

Foram várias as situações que nos fizeram crescer enquanto profissionais e a nível pessoal, todas as competências científicas que foram adquiridas, às intensas aprendizagens decorrentes da prática pedagógica em contexto real.

Destaca-se o nosso constante trabalho de equipa feito que facilitou certamente todo o processo ao longo deste ano.

Desenvolvemos capacidade de trabalho colaborativo e de cooperação. Desenvolvemos capacidade de liderança, adaptação e criatividade, capacidades estas que um professor deve possuir quando se apresenta perante uma turma, em que ao longo das aulas, as adaptações e ajustamentos são constantes.

O Início do ano letivo como seria de esperar, devido ao contacto com uma realidade totalmente nova, existiam algumas dificuldades, mas apesar destas nunca desistimos esforçamo-nos e demos o nosso melhor para as colmatar, pedindo ajudar quer entre nós, quer aos professor orientador Paulo Furtado, quer ao Professor Paulo Nobre e claro aos elementos do grupo disciplinar.

Esforçamo-nos realizando várias pesquisas e reflexões individuais.

O acompanhamento por parte do professor orientador Paulo Furtado, e todas as suas dicas e sugestões ao longo do ano, revelaram-se muito importantes para a melhoria das nossas intervenções pedagógicas.

Concluimos por fim que apesar de este ter sido um ano de inúmero trabalho foi um ano gratificante no sentido em que conseguimos chegar a todos os objetivos que nos propusemos no início do ano letivo levando acabo a tarefa de sermos professores estagiários de uma turma e realizar todas as atividades necessárias para executar um trabalho de qualidade, tendo sempre com foco o processo ensino-aprendizagem, e o atingir todas as metas necessárias.

## Referências Bibliográficas

Bento, J. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Livros horizonte, 3ªedição.

Despacho normativo 17-A/2015, acedido em <http://www.dge.mec.pt/legislacao>.

Formosinho, J. (1992). O dilema organizacional da escola de massas. Revista Portuguesa de Educação, 5 (23-48).

FREIRE, Ana Maria. *Concepções orientadoras do processo de aprendizagem do ensino nos estágios pedagógicos*. Colóquio: modelos e práticas de formação inicial de professores, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa. Lisboa, Portugal, 2001.

Hadji, C. (1994). Avaliação, regras do jogo. Porto: Porto Editora.

Koka, A., & Hein, V. (2003). The impact of sports participation after school on intrinsic motivation and perceived learning environment in secondary school physical education. *Kinesiology*, 35, 5–13.

Koka, A., Roomet, V. (2012). Participation in afterschool sport: relationship to perceived need support, need satisfaction, and motivation in physical education. *Kinesiology*, 44, 199-208.

Martyn Standage<sup>1</sup> \*, Joan L. Duda<sup>2</sup> and Nikos Ntoumanis (2001). A test of self-determination theory in school physical education in *British Journal of Educational Psychology* (2005), 75, 411–433 q 2005 The British Psychological Society

Ministério da Educação e da Ciência, Decreto-Lei 240/2001 de 30 de Agosto.

Nobre, P. (2009). Contributos para uma avaliação curricular da escola: a avaliação do PCE. *Investigar, Avaliar, Descentralizar - Actas do X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação*. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.

Nobre, P. (2012) Diapositivos das aulas da unidade curricular de Análise de Ensino. Universidade de Coimbra, FCDEF, 2012/2013.

Papaioannou, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientations in Motivation in physical education 239 physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65, 11±20.

Silva, E. (2010). Prática de ensino-Material de apoio da unidade curricular-FCDEF-UC Coimbra

Silva, E. (2014). Didática da Educação Física e Desporto Escolar. Material de apoio da unidade curricular. Universidade de Coimbra. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.

Siedentop, D. (1998). Aprender a Enseñar la educación Física. Colección La Educación Física en... Reforma. INDE publicaciones.



## **Anexos**

Anexo 1- Exemplo de tabela de avaliação diagnóstica

Aluno	7º ano																		Nível	Obs.		
	Unidade Didática: Ginástica																					
	Rolamento a frente pernas afastadas			Rolamento a retaguarda			Apoio Facial Invertido com rolamento a frente			Elementos de Equilíbrio Avião			Elemento de Flexibilidade Ponte			Koda						
	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB			I	E
		X		X			X				X			X	X					X		
			X					X				X					X					X
				X				X				X				X						X
	X				X			X				X				X					X	
																						Lesão
		X			X			X				X				X					X	
	X			X				X				X			X				X			
			X					X				X			X				X			
				X				X				X			X				X			
									X					X					X			
										X					X				X			
											X				X				X			
												X			X				X			
													X		X				X			
														X					X			
															X				X			
																X			X			
																	X		X			
																		X	X			

NE – executa 1 ou nenhuma E – executa o movimento global mas com erros técnicos EB – executa todas as componentes com correção técnica

Se o aluno não executa de MI's afastados pedir o engrupado, e se não executa apoio facial invertido com rolamento pedir só apoio facial invertido

Anexo 2- Exemplo da grelha de avaliação formativa

GRELHA DE AVALIAÇÃO FORMATIVA 7ºB															
aula	3 e 4			5 e 6			7 e 8			9 e 10		11 e 12		13 e 14	15 e 16
	+		+	Realização razoável do serviço por baixo	+		+	Boa atitude nos exercícios analíticos e aquecimento	+	Consegue realizar com sucesso o serviço por cima em suspensão	+	Proficiência motora nos elementos técnicos de voleibol			
	-	Dificuldade na realização do passe e na manchete	-	Dificuldade na realização do passe e na manchete	-	Pouco empenhada na aula se não estiver em contexto de jogo	-	Pouca procura de bola e deslocação em jogo	-		-	Pouco interessada em colocar-se ativa na aula fazendo o mínimo	Não se posiciona corretamente em jogo, não procura o contacto com a bola		
	+		+	Empenhada em melhorar dificuldades	+	Melhoria no serviço por baixo	+		+	Posicionamento no campo	+	Serviço por baixo	Deslocamento para a bola, boa movimentação		
	-	Dificuldade nos deslocamentos e posicionamento para receber a bola	-		-		-	Dificuldade no serviço por cima e remate	-		-	Não se coloca bem na posição de passador			
	+		+		+	Muito boa concretização no exercício analítico de colocar a bola no cesto através do passe por cima	+		+		+	Já realizou alguns serviços por baixo com sucesso, mas ainda pode melhorar mais			
	-	Tem receio da bola e consequente pouca proficiência motora nos elementos técnicos	-	Lesionou-se num pulso a realizar o passe	-	colocar a bola do outro lado da rede através do passe por cima	-	Pouco empenhada na aula	-	Ainda não consegue com sucesso o serviço por baixo	-		Não se posiciona corretamente em jogo, não procura o contacto com a bola		
	+	Boa realização de passe e manchete	+	Realização correta do serviço por baixo	+		+	Aluno atento às indicações do professor. Boa técnica de serviço por baixo	+		+	Bom conhecimento tático, realiza o serviço por cima e em jogo desloca-se procurando a bola	Serve por cima		
	-		-	Não coopera com os colegas com mais dificuldade	-		-		-		-				

Anexo 3- Exemplo da tabela da avaliação sumativa

N <sup>o</sup>	Monte 10%				Desmonte 10%				Sequência gímnica Valor de 1-5					Elementos de solo/Ligação 30%					
	Não executada (2)	Executada (3/4)	Executada bem (5)	NOTA	Não executada (2)	Executada (3/4)	Executada Bem (5)	NOTA	Cumprimento dos requisitos	Dificuldade das figuras 10%	Originalidade 10%	Execução geral 25%	NOTA	Correção técnica 10%	Controlo Postural 5%	Correção do elemento de	Dificuldade dos exercícios 10%	NOTA	Classificação final
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
N <sup>o</sup>	Não executada (2)	Executada (3/4)	Executada bem (5)	NOTA	Não executada (2)	Executada (3/4)	Executada bem(5)	NOTA	Cumprimento dos requisitos	Dificuldade das figuras 10%	Originalidade 10%	Execução geral 25%	NOTA	Correção técnica 10%	Controlo postural 5%	Correção do elemento de	Dificuldade dos exercícios 10%	NOTA	Classificação final

#### Anexo 4- Tema problema- pré questionário

<b><u>Identificação do Aluno</u></b>		
Nome:	Ano/Turma:	Idade:
Modalidade que és Federado:	Há quantos anos praticas:	
Já passas-te por outros desportos:	Quais:	

#### **Questões**

As perguntas seguintes dizem respeito às aulas de educação física que experienciaste relativamente à modalidade que tu praticas fora da escola e são de resposta aberta, portanto podes e deves escrever tudo aquilo que achas pertinente para responder às perguntas. Qualquer coisa que aches que não seja significativa, para nós pode vir a ser bastante importante.

1. Quando o teu professor está a lecionar a modalidade que praticas, sentes-te empenhado e com vontade de realizar todos os exercícios propostos por ele na aula ou desmotivado? Justifica.
2. Relaciona o teu empenho nas aulas com a cooperação que tenhas ou não com o resto da turma que não pratica a modalidade fora das aulas como tu praticas.
3. Como achas que o professor deveria organizar a aula? O que é que mudavas nessas aulas? (podes falar sobre exercícios, linguagem do professor, rigor, exigência do professor, etc.)
4. Alguma vez pensaste que podes ser um auxiliar de ensino? Ou seja, o professor dar-te a responsabilidade de ensinares os teus colegas de turma em que ajudas o professor na leção da modalidade em questão.

Obrigado pela participação

**Questionário Tema-Problema**

**"Motivação dos alunos federados/ex federados nas aulas de Educação Física"**

Este questionário é elaborado pelo Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores e tem como objetivo conhecer a tua motivação nas aulas de Educação Física, na(s) modalidade(s) em que és/foste federado. Pedimos a tua colaboração no preenchimento de todas as questões sendo que os dados, por ti fornecidos, serão tratados de forma confidencial. Não existem boas ou más respostas, portanto responde de acordo com aquilo que pensas e sentes.

**I. Identificação do aluno**

Idade:\_\_\_ Sexo:\_\_\_\_\_ Ano/Turma:\_\_\_\_\_

Modalidade (1) em que és federado ou ex federado:\_\_\_\_\_ Nº de anos\_\_\_

Modalidade (2) em que és federado ou ex federado:\_\_\_\_\_ Nº de anos\_\_\_

Modalidade (3) em que és federado ou ex federado:\_\_\_\_\_ Nº de anos\_\_\_

**II – Motivação e preferências**

1\_ Define o teu grau de motivação quando praticas a modalidade em que és federado, nas aulas de Educação Física. (Assinala com um “X” a opção que responde à questão).

Nas aulas da modalidade em que sou federado(a) estou:		
1_1	Mais motivado(a)	
1_2	Ligeiramente mais motivado(a)	
1_3	Motivado(a) tal como nas outras modalidades	
1_4	Ligeiramente menos motivado(a)	
1_5	Menos motivado(a)	

2\_ A partir das possibilidades seguintes diz-nos agora como te sentes nas aulas de Educação Física na modalidade em que és federado. (Assinala com um “X” o teu grau de concordância em cada frase entre 1 - discordo totalmente; e 7 - concordo totalmente).

Nas aulas da modalidade em que sou federado(a):		1						7
		Discordo totalmente						Concordo totalmente
2_1	Sinto-me confiante	1	2	3	4	5	6	7
2_2	Sinto-me confortável	1	2	3	4	5	6	7
2_3	Sinto que é uma matéria mais fácil	1	2	3	4	5	6	7
2_4	Sinto-me bem a praticar aquilo que mais gosto	1	2	3	4	5	6	7
2_5	Sinto que não aprendo nada de novo	1	2	3	4	5	6	7
2_6	Sinto que estou a aperfeiçoar as minhas habilidades para estar ainda melhor nos treinos da modalidade	1	2	3	4	5	6	7
2_7	Sinto que posso mostrar as minhas habilidades aos meus colegas	1	2	3	4	5	6	7
2_8	Sinto que os conteúdos das aulas são demasiado básicos	1	2	3	4	5	6	7
2_9	Sinto que posso ajudar os meus colegas	1	2	3	4	5	6	7
2_10	Sinto-me o melhor da turma	1	2	3	4	5	6	7
2_11	Sinto-me aborrecido ao ter de ajudar os meus colegas	1	2	3	4	5	6	7
2_12	Sinto medo de errar	1	2	3	4	5	6	7
2_13	Sinto que estou empenhado para ter melhor nota no final do período	1	2	3	4	5	6	7
2_14	Sinto-me indiferente	1	2	3	4	5	6	7
2_15	Outra (diz qual):	1	2	3	4	5	6	7

3\_ Das modalidades que já praticaste nas **aulas de Educação Física**, indica por ordem de preferência as duas (2) que mais gostas de praticar (podes incluir a modalidade em que és/foste federado(a)):

1ª Opção: \_\_\_\_\_

2ª Opção: \_\_\_\_\_

### III. Cooperação

4\_ Nas aulas de Educação Física em que praticas a modalidade em que és federado, como classificas a tua cooperação (ajuda) com os colegas que têm menos habilidades que tu? (Assinala com um (X) a(s) opção(ões) que respondem à questão).

<b>Ajudo:</b>		
4_1	Sempre que percebo que devo ajudar	
4_2	Sempre que solicitado pelo professor	
4_3	Sempre que solicitado pelos colegas	
4_4	Nunca (se escolheres esta opção vai diretamente para a questão 7)	
4_5	Sempre que não interfere com a minha aprendizagem	
4_6	Outra (diz qual):	

**5\_ Se ajudas, de que forma o fazes?**

		1						7
		Discordo						Concordo
		totalmente						totalmente
5_1	Chamando o professor	1	2	3	4	5	6	7
5_2	Ajudo os meus colegas dando-lhes conselhos	1	2	3	4	5	6	7
5_3	Ajudo-os mostrando as minhas habilidades	1	2	3	4	5	6	7
5_4	Procuro ajudar os meus colegas, demonstrando como se executa o exercício ou gesto técnico	1	2	3	4	5	6	7
5_5	Ajudo-os dando incentivos	1	2	3	4	5	6	7
5_6	Ajudo os meus colegas, procurando que eles tenham uma participação mais ativa na aula. (Exemplo: quando tenho bola procuro passá-la aos alunos que tocam menos vezes na bola)	1	2	3	4	5	6	7
5_7	Outra (diz qual):	1	2	3	4	5	6	7

**6\_ Quando ajudas, como te sentes?**

		1						7
		Discordo						Concordo
		totalmente						totalmente
6_1	Sinto-me bem	1	2	3	4	5	6	7
6_2	Sinto-me realizado	1	2	3	4	5	6	7
6_3	Sinto que ajudei um colega a ultrapassar as suas dificuldades	1	2	3	4	5	6	7



6_4	Sinto-me indiferente	1	2	3	4	5	6	7
6_5	Sinto-me mal porque não gosto	1	2	3	4	5	6	7
6_6	Sinto-me útil	1	2	3	4	5	6	7
6_7	Sinto que estou a divulgar a modalidade que mais gosto, fazendo com que os meus colegas gostem do meu desporto.	1	2	3	4	5	6	7
6_8	Sinto-me um bom amigo	1	2	3	4	5	6	7
6_9	Outra (diz qual):	1	2	3	4	5	6	7

7\_ Se respondeste à questão 5 e 6 passa para diretamente para a questão 8. A questão 7 é apenas para os alunos e alunas que não ajudam os colegas. Se não ajudas, assinala com um (X) o teu grau de concordância em cada frase.

Não ajudo porque:		1						7
		Discordo						Concordo
		totalmente						totalmente
7_1	Quando vejo os meus colegas a realizar algo de errado, sinto-me aborrecido	1	2	3	4	5	6	7
7_2	Sinto que interfere com a competição	1	2	3	4	5	6	7
7_3	Não gosto de perder tempo a ajudar quem não tem jeito para a modalidade	1	2	3	4	5	6	7
7_4	Sinto que não sei ajudar	1	2	3	4	5	6	7
7_5	Não quero interromper a minha prática para o fazer	1	2	3	4	5	6	7
7_6	Sinto que quando estão no meu grupo prejudicam o desempenho do mesmo.	1	2	3	4	5	6	7
7_7	Outra:	1	2	3	4	5	6	7

#### IV. Como melhorar as aulas

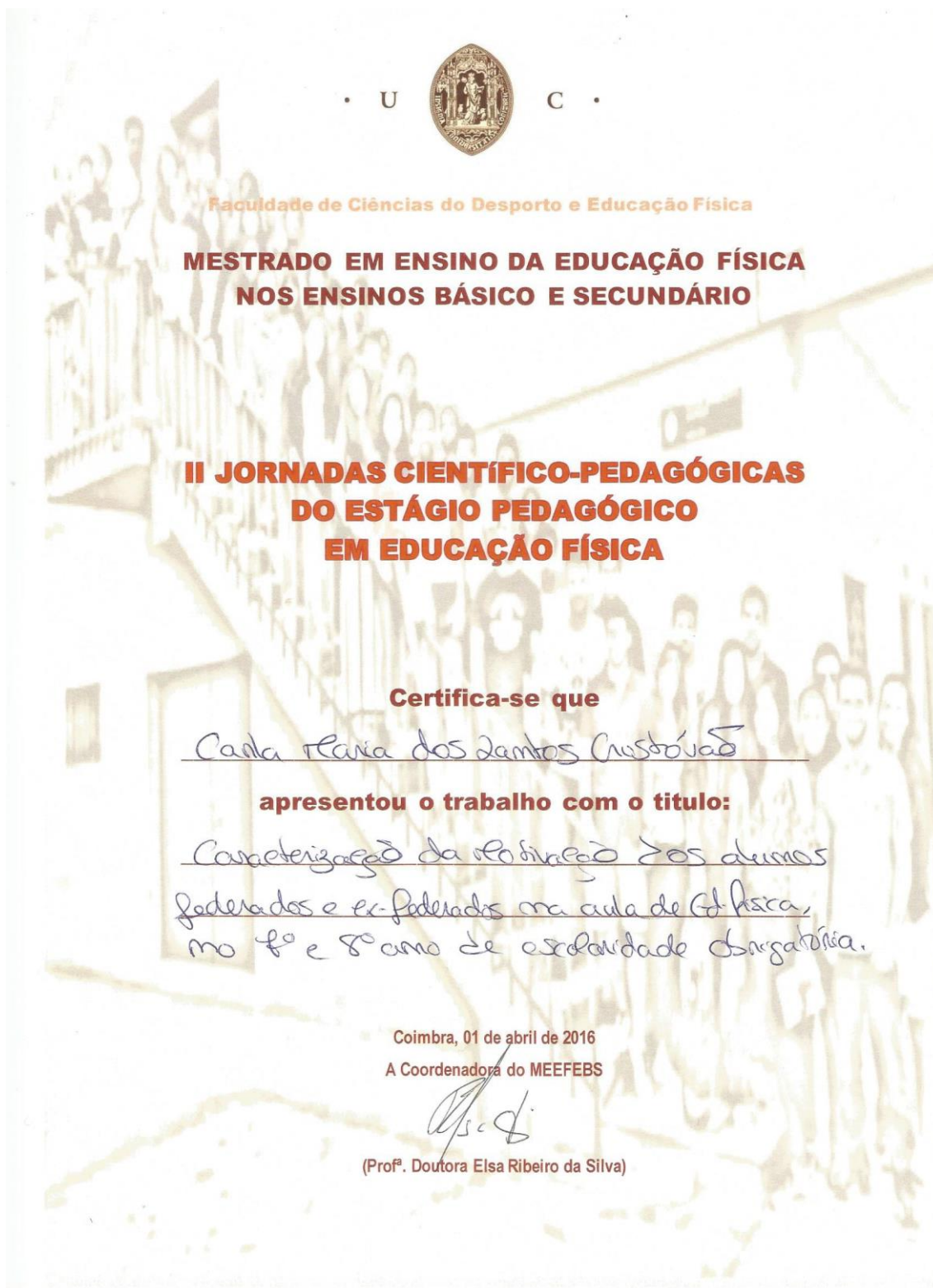
8\_ Em relação à organização das aulas em que és federado, diz-nos agora quais as estratégias que consideras mais importantes para o bom funcionamento da aula e consequente aprendizagem de todos os alunos. Assinala com um (X) a opção que corresponde ao teu grau de concordância em cada frase (1 - discordo totalmente; 7 - concordo totalmente).

		1						7
		Discordo						Concordo
		totalmente						totalmente
8_1	Dedicar mais tempo às situações de jogo	1	2	3	4	5	6	7

8_2	Dedicar mais tempo aos exercícios analíticos	1	2	3	4	5	6	7
8_3	Exigir o mesmo dos diferentes alunos	1	2	3	4	5	6	7
8_4	Utilizar uma linguagem simplificada para os alunos com mais dificuldade	1	2	3	4	5	6	7
8_5	Separar os alunos mais aptos dos menos aptos	1	2	3	4	5	6	7
8_6	Juntar os alunos mais aptos e menos aptos	1	2	3	4	5	6	7
8_7	Em simultâneo realizar tarefas de diferente exigência para alunos com diferentes capacidades	1	2	3	4	5	6	7
8_8	Utilizar os alunos mais aptos para ajudar os colegas	1	2	3	4	5	6	7
8_9	Utilizar sempre demonstração dos exercícios quer seja pelo professor ou por um aluno	1	2	3	4	5	6	7
8_10	Outra:	1	2	3	4	5	6	7

**9\_** Relativamente à criação de grupos durante as aulas de Educação Física na modalidade em que és federado, justifica a tua opinião, consoante aches que se deve **separar ou juntar** os alunos com mais aptidões (mais aptos) com os alunos com mais dificuldades (menos aptos)? No quadro abaixo, seleciona com um (X) as alíneas que justificam a tua opção. Nota que podes escolher uma ou duas estratégias.

ESTRATÉGIA 1		ESTRATÉGIA 2	
9_1 <b>Separar</b> os mais aptos dos menos aptos		9_2 <b>Juntar</b> os mais aptos com os menos aptos	
9_1_1	- Porque os mais aptos não evoluem, estando no mesmo grupo dos menos aptos.	9_2_1	- Porque os mais aptos sabem mais e podem ajudar os menos aptos a evoluir
9_1_2	- Porque os menos aptos só atrapalham	9_2_2	- Porque incluímos todos os colegas no jogo, não fazendo ninguém se sentir de parte
9_1_3	- Porque os mais aptos não dão oportunidades para os menos aptos jogarem	9_2_3	- Porque se os menos aptos tiverem todos juntos não conseguem evoluir na modalidade
9_1_4	- Porque os menos aptos não querem aprender	9_2_4	- Porque estando os alunos de qualidade diferente misturados, os exercícios tem mais competitividade
9_1_5	- Porque a qualidade dos alunos é semelhante e assim os exercícios tem mais competitividade	9_2_5	- Porque o mais importante não é saber quem são os melhores, mas sim que todos participem, convivam e melhorem as suas capacidades durante a aula.





**Interculturel Portugal - France**  
**Échange Coimbra - Bordeaux**  
**2015-2016**

*Diploma de Colaboração*

Para Margarida P. M. Poças Marques, Diretora da Escola, certifica que  
Carla Carla dos Santos Costa, participou como Professora(a)  
colaboradora(a) no Intercâmbio Bilateral, Coimbra - Bordeaux, no âmbito do Clube Europeu, no ano  
letivo 2015-2016.

Por ser verdade vai ser-lhe atribuído o Diploma de participação.

04 de março de 2016

A Diretora







CICLO DE CONFERÊNCIAS DE DIDÁTICA  
DA  
EDUCAÇÃO FÍSICA

**A DANÇA COMO MATÉRIA DE ENSINO**

27 novembro de 2015



**CERTIFICADO**

Certifica-se que Leala Cristóvão esteve presente  
na conferência com o tema: **A Dança Como Matéria de Ensino.**

Coimbra, 27 novembro de 2015

A Coordenadora do MEEFEBS

(Prof.<sup>a</sup> Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

O Diretor da FCDEF

(Prof. Doutor António José Figueiredo)



FACULDADE DE CIÊNCIAS  
DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA





