



UNIVERSIDADE D
COIMBRA



JOÃO FILIPE SILVA LUCAS

2014181841

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA 2º E 3º CICLOS COM SECUNDÁRIO JOSÉ FALCÃO, EM
MIRANDA DO CORVO, JUNTO DA TURMA C DO 7.º ANO, NO ANO
LETIVO 2018/2019**

ATITUDES DOS ALUNOS FACE À INCLUSÃO: ESTUDO COMPARATIVO DA
PERCEÇÃO DOS ALUNOS, ANTES E APÓS A APLICAÇÃO DE UMA ATIVIDADE
INCLUSIVA

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E
SECUNDÁRIO ORIENTADO PELO PROFESSOR DOUTOR RAUL MARTINS, APRESENTADO À FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

JUNHO, 2019

JOÃO FILIPE SILVA LUCAS

2014181841

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA 2.º E 3.º CICLOS COM SECUNDÁRIO JOSÉ FALCÃO, EM
MIRANDA DO CORVO, JUNTO DA TURMA C DO 7.º ANO, NO ANO
LETIVO 2018/2019**

**ATTITUDES DOS ALUNOS FACE À INCLUSÃO: ESTUDO COMPARATIVO DA
PERCEÇÃO DOS ALUNOS, ANTES E APÓS A APLICAÇÃO DE UMA
ATIVIDADE INCLUSIVA**

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

Orientador: Professor Doutor Raul Martins

COIMBRA, 2019

Lucas, J. (2019) Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica 2.º e 3.º Ciclos com Secundário José Falcão, em Miranda do Corvo, junto da turma C do 7.º ano, no ano letivo 2018/2019. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

João Filipe Silva Lucas, aluno nº 2014181841 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 artigo nº 27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº 400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, 6 de junho de 2019

João Filipe Silva Lucas

AGRADECIMENTOS

Após esta etapa, gostaria de deixar alguns agradecimentos, às pessoas que de alguma forma contribuíram para que todo este percurso fosse possível.

Em primeiro lugar, agradecer aos meus pais, por todo o apoio e confiança que me têm transmitido, por todos os esforços feitos e disponibilidade apresentada, para que fosse possível a realização de todo o meu percurso académico, sem a sua ajuda nada disto teria sido possível, recebendo assim o meu maior agradecimento.

À minha namorada por toda a paciência, confiança, apoio e orientação em tudo aquilo que pôde, sendo bastante importante para que todas as etapas se tornassem um pouco mais fáceis, ultrapassando as dificuldades, tendo sempre como principal objetivo a obtenção do sucesso.

Aos meus orientadores de estágio, o Professor Tiago Salgueiro por toda orientação e apoio ao longo do Estágio Pedagógico e ao Professor Doutor Raul Martins.

Aos meus colegas de Núcleo de Estágio, Guilherme Pinharanda, Miguel Torres e Ricardo Costa, por todos os momentos vividos, trabalho desenvolvido e amizade.

À Professora Doutora Maria João Campos, pela disponibilidade e material fornecido, para a elaboração do trabalho de investigação.

A todos os alunos do 7.º C por todos os momentos, experiências e aprendizagens que me proporcionaram, assim como, a todos os elementos que fazem parte da comunidade escolar da Escola Básica 2.º e 3º Ciclos com Secundário José Falcão, por todo o respeito e boa disposição com que nos receberam e todos os conhecimentos que nos transmitiram.

Por fim, mas não menos importante, à minha família e a todos os meus amigos mais próximos que me acompanharam durante todo o meu percurso académico, que de certa forma o permitiram e facilitaram, conseguindo atingir o sucesso tanto académico como pessoal.

A todos o meu sincero agradecimento.

“É preciso sentir a necessidade da experiência, da observação, ou seja, a necessidade de sair de nós próprios para aceder à escola das coisas, se as queremos conhecer e compreender.”

Emile Durkheim

RESUMO

O Estágio Pedagógico, sendo o primeiro contacto que o futuro docente tem com o ensino, revela-se um momento fulcral no percurso profissional que aqui se inicia. Inserido no plano de estudos do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade de Coimbra, o Estágio Pedagógico decorreu na Escola Básica 2.º e 3º Ciclos com Secundário José Falcão, em Miranda do Corvo, durante o ano letivo de 2018/2019, na turma C do 7.º ano.

Neste contexto, o presente relatório procura descrever as experiências, o trabalho realizado, as principais dificuldades sentidas e as estratégias utilizadas para as superar ao longo do ano letivo. Com esse intuito, dividiu-se o relatório em três grandes capítulos, sendo que no capítulo I se apresenta o contexto em que foi realizado o Estágio, no capítulo II é concretizada uma análise reflexiva sobre a prática pedagógica e, por fim, no capítulo III, é apresentada uma análise aprofundada do Tema-Problema “Atitudes dos Alunos Face à Inclusão: Estudo comparativo da perceção dos alunos, antes e após a aplicação de uma atividade inclusiva”.

Palavras Chave: Educação Física; Inclusão; Necessidades Educativas; Processo de ensino-aprendizagem; Reflexão.

ABSTRACT

Teacher Training, as it provides the first experience to a student-teacher in the actual teaching environment, is an important component towards becoming a teacher. The student teaching experience took place in Escola Básica 2.º e 3º Ciclos com Secundário José Falcão in Miranda do Corvo, throughout the school year 2018/2019, in a seventh-grade class, and it is part of the Teacher Training of Physical Education in Basic and Secondary School Program.

The aim of this report is to summarise all the experiences and hardwork, the main challenges and the strategies used for overcoming obstacles during the school year. To that end, this report is divided into three main sections. The first one provides background information about the socio-cultural context of the teaching practice. The purpose of section number two is to discuss and evaluate the student teaching experience itself. Finally, the third section is aimed at presenting a thorough analysis of an empirical study titled “Students’ reactions to inclusiveness: a comparative study of the students’ awareness, before and after being involved in an inclusive activity”.

Keywords: *Physical Education; Inclusion; Educational Needs; Teaching-learning process; Reflection.*

SUMÁRIO

AGRADECIMENTOS	VI
RESUMO	VIII
ABSTRACT	IX
INTRODUÇÃO	15
CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA	16
1.1. Expetativas Iniciais	16
1.2. Plano de Formação Individual (PFI)	17
1.3. Caracterização do Contexto	17
1.3.1. Caracterização da escola e do meio	17
1.3.2. Caracterização da turma	18
1.3.3. Caracterização do grupo disciplinar	19
1.3.4. Caracterização do núcleo de estágio	20
CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA	21
Área 1 – Atividades de Ensino-Aprendizagem	21
2.1. Planeamento	21
2.1.1. Plano Anual	22
2.1.2. Unidades Didáticas	25
2.1.3. Planos de Aula	27
2.2. Realização	28
2.2.1. Instrução	29
2.2.2. Gestão	32
2.2.3. Clima e Disciplina	34
2.2.4. Decisões de Ajustamento	37
2.2.5. Reflexões das Aulas	39

2.3. Avaliação	40
2.3.1. Avaliação Formativa Inicial	41
2.3.2. Avaliação Formativa	42
2.3.3. Avaliação Sumativa	43
2.3.4. Autoavaliação	44
2.4. Critérios de Avaliação	45
2.5. Questões Dilemáticas	45
Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar	47
Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas	48
Multiatividades de Ar Livre	48
“PáscoAbrir19”	49
Atitude Ético-Profissional	51
CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA: “Atitudes dos Alunos Face à Inclusão: Estudo comparativo da percepção dos alunos, antes e após a aplicação de uma atividade inclusiva”	53
3.1. Introdução	53
3.2. Enquadramento Teórico	54
3.3. Objetivos	55
3.3.1. Objetivos Gerais	55
3.3.2. Objetivos Específicos	55
3.4. Metodologia	55
3.4.1. Participantes	55
3.4.2. Instrumentos	56
3.4.3. Procedimentos	56
3.4.4. Tratamento dos Dados	57

3.5. Apresentação dos Resultados.....	58
3.6. Discussão dos Resultados	61
3.7. Limitações e Extensão do Estudo	62
3.8. Conclusão.....	62
CONCLUSÃO.....	64
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65
ANEXOS	68

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 – Calendarização Anual e Rotação de Espaços	24
Tabela 2 - Familiares ou amigos com NE	58
Tabela 3 - Nível de Competitividade.....	59
Tabela 4 - Comparação entre a primeira e segunda intervenções	60

LISTA DE ABREVIATURAS

EB 2.3 c/Sec. José Falcão - Escola Básica 2.º e 3º Ciclos com Secundário José Falcão

EP – Estágio Pedagógico

FCDEF-UC – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

MEEFEBS - Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

NE - Necessidades Educativas

PFI – Plano de Formação Individual

PNEF – Programa Nacional de Educação Física

UC – Unidade Curricular

UD – Unidade Didática

LISTA DE ANEXOS

Anexo I – Ficha Individual do Aluno

Anexo II – Plano Anual

Anexo III – Planeamento e Extensão de Conteúdos da Unidade Didática (exemplo)

Anexo IV – Plano de Aula (exemplo)

Anexo V – Grelha de Avaliação Formativa Inicial (exemplo)

Anexo VI – Grelha de Avaliação Formativa (exemplo)

Anexo VII – Grelha de Avaliação Sumativa (exemplo)

Anexo VIII – Grelha de Assiduidade (exemplo)⁷⁹

Anexo IX – Ficha de Autoavaliação do Aluno (exemplo)

Anexo X – Questionário “Atitudes dos Alunos Face à Educação Física Inclusiva” – Preenchido pelos alunos (exemplo)

Anexo XI – Cartaz Atividade “PáscoAbrir”

Anexo XII – Certificado Ação de Formação – Programa FITescola

Anexo XIII – Certificado de Participação – VIII Oficina de Ideias em Educação Física

Anexo XIV – Certificado 8º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física - FICEF

INTRODUÇÃO

O Relatório de Estágio surge no âmbito da unidade curricular inserida no Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC).

O Estágio Pedagógico (EP) foi realizado na Escola Básica 2.º e 3º Ciclos com Secundário José Falcão, em Miranda do Corvo, junto da turma do 7ºC, sobre a supervisão do professor Tiago Salgueiro e Prof. Doutor Raul Martins, orientador da faculdade.

O objetivo central do presente documento é estruturar e refletir sobre as experiências vivenciadas ao longo do ano letivo, sendo que existiu uma procura contínua face à compreensão relativa à orientação das aprendizagens e articulação com as competências previamente adquiridas ao longo do percurso académico, de forma a conseguir aplicá-las no contexto escolar.

Assim, destacando o valor do Estágio Pedagógico, ambicionamos retratar os diferentes momentos intrínsecos a esta etapa, todas as evoluções, dificuldades sentidas e conseqüentemente as opções/adaptações feitas, com a finalidade de melhorar o processo de ensino/aprendizagem.

Desta forma, o Relatório de Estágio organizou-se tendo como base três capítulos, nomeadamente a contextualização da prática, a análise reflexiva da prática pedagógica e por fim o aprofundamento do tema-problema. No primeiro capítulo será apresentada as expetativas iniciais, onde se inclui o projeto de formação individual e a caracterização/contextualização da escola, da turma, do grupo disciplinar e do núcleo de estágio. No segundo capítulo será feita uma análise reflexiva tendo por base a prática pedagógica, atividades de organização e gestão escolar, sendo que esta está dividida em parâmetros como planeamento, realização, avaliação e atitude ético-profissional. Por fim, no terceiro capítulo será aprofundado o tema-problema, através da análise do estudo caso desenvolvido ao longo do ano letivo, sendo este uma análise acerca das atitudes dos alunos face à inclusão de colegas com Necessidades Educativas, e respetiva mudança face a uma intervenção prática inclusiva.

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA

1.1. Expetativas Iniciais

Para abordar este tema é necessário retomar ao início desta jornada, visto que as expetativas iniciais retratam o primeiro momento reflexivo face ao estágio pedagógico.

Falamos de expetativas por ser o primeiro contacto que iremos ter com a realidade escolar, e sendo algo novo, tem a si associado o sentimento de nervosismo e ansiedade, presente de forma natural face a uma experiência nova/desconhecida.

O primeiro pensamento, surgindo como uma expetativa positiva, focava-se na comunidade escolar, com principal ênfase no futuro orientador, turma/ano escolar atribuída. Sendo que as principais preocupações prendiam-se com receio de não estarmos à altura do desafio/experiência que nos foi proposta, porque apesar de termos trabalhado para este momento ao longo de todo o percurso académico e por mais que tenhamos confiança nas nossas capacidades, o facto de ser algo desconhecido, faz com que as certezas passem a ser menores, devido ao medo de falhar, visto que o principal objetivo, sempre foi garantir uma boa qualidade de aprendizagem, assim como do desenvolvimento das competências gerais dos alunos, e a formação de indivíduos com valores, tendo por base a ética. «Ao professor são exigidos os conhecimentos, atitudes, valores e ações indispensáveis à criação de condições necessárias ao desenvolvimento intelectual, efetivo e social do aluno – e se isso passa por uma grande capacidade de ensinar, não deixa de passar também por uma grande capacidade de “constranger com humanismo”» (Amado, J., 2001)

Apesar de todos os desafios que surgiram, as expetativas foram superadas e a experiência vivida mostrou ser bastante gratificante, visto que adquirimos progressivamente mais conhecimento e competências que possibilitaram a nossa evolução enquanto docentes, ajudando-nos a suprimir algumas fragilidades e superar os objetivos iniciais.

1.2. Plano de Formação Individual (PFI)

O PFI foi elaborado no início do ano letivo, o documento teve como objetivo realizar a reflexão e análise das diversas tarefas a realizar durante o estágio. Neste estão presentes as expectativas iniciais já mencionadas e outros parâmetros, nomeadamente, as aprendizagens que são pretendidas realizar, definição de tarefas a desempenhar, dimensão profissional e ética, a nossa abordagem/participação na escola e por fim a forma de avaliar a progressão do estagiário.

Relativamente às aprendizagens, sempre foi demonstrada a vontade de aprender através da interação com os diversos elementos da comunidade escolar. A definição de tarefas a desempenhar, funcionou como um guia importante para o trabalho a ser desenvolvido. Relativamente à dimensão profissional e ética, é de salientar as análises feitas no final de cada aula, sendo que proporcionou a existência de uma partilha de informação face aos aspetos positivos/negativos de cada momento, o que possibilitou a melhoria do processo de formação e evolução enquanto docentes. Por fim, a avaliação do progresso do estagiário fez com que fosse executada uma retrospectiva e consequentemente uma reflexão que proporcionou o aperfeiçoamento das competências essenciais.

1.3. Caracterização do Contexto

1.3.1. Caracterização da escola e do meio

A escola iniciou as funções em 16 de outubro de 1972 tendo sido apenas inaugurada em setembro de 1973. Esta Escola “antiga” possuía um conjunto de 100 alunos, divididos pelo 1º e 2º ano de escolaridade e a Educação Física (EF) era realizada no antigo campo do Mirandense. Só mais tarde é que se veio a construir um pavilhão gimnodesportivos de modo a evitar a saída dos alunos do espaço escolar.

Em 1993, José Falcão voltou a ser o patrono da escola, uma decisão do Governo com base numa proposta do Conselho Diretivo. Após algumas mudanças, a escola, nos dias de hoje, designa-se Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos e Ensino Secundário José Falcão.

No ano letivo de 2005/2006 a Escola “antiga” foi destruída com exceção do “Pavilhão Novo” (agora bloco C) e assim nasceu a Escola “Nova”. Aí foram construídos três edifícios: o Bloco A, o Bloco B e a cantina, tendo entrado em funcionamento no ano letivo de 2006/2007. Através de um acordo entre a Escola e a Câmara Municipal de Miranda do Corvo, os alunos podem usufruir de um campo exterior, de piscinas e de um pavilhão gimnodesportivo.

Esta escola, para além do ensino regular ainda tem CEF de Informática e apoio à criança, bem como os cursos profissionais de Desporto e Turismo, o que traz outras ofertas, para que os alunos que assim desejarem possam enveredar por esses caminhos. Nestes últimos os alunos têm direito a transporte gratuito, refeições gratuitas, bolsa de material, estágio garantido, projetos europeus e uma bolsa de estágio. Possui ainda através de um psicólogo, Serviços de Psicologia e Orientação. Existe ainda uma equipa local de intervenção precoce que tem como principais objetivos a deteção e sinalização de crianças com necessidade de intervenção precoce, de assegurar a proteção dos seus direitos e o desenvolvimento das suas capacidades. Para além da criança, esta equipa trabalha ainda a família em si.

1.3.2. Caracterização da turma

Através do preenchimento da “Ficha Individual do Aluno”, foi possível adquirir alguns dados acerca da turma C do 7º ano de escolaridade. Esta turma é composta por 17 alunos, onde sete são pertencentes ao sexo masculino e dez ao sexo feminino, com idades compreendidas entre os 11 e 13 anos (dois alunos com 11 anos, catorze alunos com 12 anos e uma aluna com 13 anos). Na turma existe uma aluna com Necessidades Educativas, precisando de maiores cuidados na explicação e demonstração, uma vez que tem problemas de compreensão e é pouco comunicativa.

A maioria da turma é residente no município de Miranda do Corvo, sendo alguns alunos da sua periferia. Quanto ao deslocamento, a maioria realiza este de carro (13 alunos), sendo que os restantes e mesmo alguns destes já mencionados, se deslocam para a escola a pé (5 alunos) e de transportes públicos (2 alunos).

Quanto à satisfação dos alunos da turma do 7ºC quanto à escola dos dezassete alunos, 13 afirmam gostar de frequentar a escola, os restantes 4 afirmam não gostar da escola, mas gostam do convívio que é gerado dentro da comunidade escolar.

Existe uma lista variada de matérias mais apreciadas pelos alunos da turma, esta é liderada pela Educação Física (7 alunos).

Relativamente às classificações obtidas no ano anterior, a turma situa-se entre o nível 3 com cinco alunos, nível 4 com seis alunos e por fim no nível 5 com cinco alunos.

Quanto à prática desportiva fora do contexto escolar, a turma apresenta uma baixa adesão, dos 17 alunos apenas 5 responderam que realizam desporto fora do contexto escolar, sendo que os restantes 12 alunos responderam que não realizam qualquer tipo de prática. O tempo de prática semanal revela-se equilibrado para os alunos que afirmaram realizar desporto fora da aula, com valores entre as 2 horas a 5 horas semanais.

A turma do 7ºC, de um modo geral apresenta uma boa motivação para a prática desportiva, tendo ainda bastantes dificuldades a nível motor que com o trabalho consistente poderão ser ultrapassadas. Um dos pontos fracos da turma é o facto do seu nível de concentração ser reduzido o que acarreta algumas dificuldades face à compreensão da tarefa.

1.3.3. Caracterização do grupo disciplinar

O grupo disciplinar/departamento de EF da escola é composto por 11 professores e 4 estagiários. As atividades letivas foram sempre acompanhadas pelo funcionário que se encontrava responsável pelo espaço. Desde o início este grupo demonstrou ser acolhedor, tendo um bom espírito de entreajudada, estando sempre disponível para responder às nossas dúvidas ou inseguranças que pudessem pôr em causa o bom decorrer das aprendizagens.

O contacto e trocas de ideias com este grupo foi significativo, dando uma importante contribuição para o nosso crescimento enquanto futuros profissionais. É de salientar a grande importância que o nosso orientador, o professor Tiago Salgueiro, teve para nós durante esta etapa, e que desde o início do ano letivo nos guiou e orientou,

fornecendo as soluções e/ou correções necessárias para o bom decorrer desta experiência e para a melhoria da nossa prestação e desenvolvimento enquanto docentes. Procurou fomentar o nosso espírito crítico-reflexivo, após aulas, sendo apontados os erros cometidos e formas de contornar ou evitar certo tipo de situações. Este tipo de intervenção permitiu que ao longo do ano a nossa intervenção na turma fosse cada vez melhor o que conseqüentemente proporcionou uma melhor qualidade do ensino-aprendizagem, fornecendo-nos ferramentas que nos permitiu criar valores, enriquecimento pessoal, social e profissional, que futuramente nos permitirá ser melhores profissionais de Educação Física.

1.3.4. Caracterização do núcleo de estágio

O núcleo de estágio da EB 2.3 c/Sec. José Falcão, é constituído por quatro elementos que partilharam a mesma instituição académica desde a sua licenciatura. Este fator levou a uma maior proximidade e cumplicidade, tornando-se assim mais fácil a união do grupo, para ser levado num bom rumo o trabalho, partilha e desenvolvimento que foi feito durante todo o ano letivo.

Com esta ligação foi possível realizar um trabalho, com base no empenho, tanto a nível prático como teórico, existindo um bom espírito de entreajuda e apoio nas tarefas propostas, com troca de ideias e opiniões que permitiram colmatar dificuldades e refletir sobre as opções tomadas e o que existia a modificar, sendo assim possível realizar uma evolução equilibrada e consoante as dificuldades de cada ou do grupo. Para esta evolução, foi também muito importante as reflexões após intervenção, realizadas pelo professor cooperante, que nos permitiu realizar uma discussão aberta e partilha de opiniões e pontos de vista e por consequência correção de aspetos menos positivos, sendo também criadas rotinas e métodos de trabalho que permitiram um maior sucesso no processo de ensino-aprendizagem e evolução enquanto profissional de EF.

Ao longo do ano letivo foi evidente uma maior união e relação interpessoal tanto dentro do meio escolar como fora deste, sendo assim potenciador de uma maior capacidade de trabalho de qualidade, aprendizagem e evolução profissional como já foi referido.

CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

Área 1 – Atividades de Ensino-Aprendizagem

Ao longo do ano letivo, o professor de EF deve reger a sua intervenção/prática pedagógica, tendo como base três domínios da prática docente, estas são o planeamento do ensino, realização e por fim a avaliação. Relativamente à dimensão técnica da competência docente, esta reflete-se na forma como o professor “estrutura as tarefas académicas”, baseando-se nos “domínios como metodologias, gestão da comunicação, planificação e desenvolvimento curricular, capacidade de motivar os alunos e exercício da avaliação dos mesmos” (Amado, J, 2010). De seguida será realizada uma reflexão acerca das experiências vividas ao longo de todo este processo de ensino-aprendizagem, em cada uma destas dimensões.

«O “verdadeiro” profissional da educação física quer que os seus alunos aprendam e, em consequência, ele ensina de forma eficaz para cumprir esse objetivo.» (Siedentop, 2008)

2.1. Planeamento

De acordo com Klosouski, S. & Reali, K., o planeamento curricular obriga o professor a uma constante busca e atualização, já que os conteúdos a todo o instante se renovam e as propostas curriculares auxiliam este processo.

Para que uma determinada atividade obtenha sucesso, o planeamento assume um papel fundamental, surgindo como um guia que possibilita a orientação das práticas do docente. No planeamento são tidos em conta os objetivos a atingir, as características e necessidades dos alunos, o que conseqüentemente se irá repercutir numa maior probabilidade de sucesso e cumprimento dos mesmos.

É de salientar que quando referimos o planeamento como um guia orientador, isto significa que este deverá ser flexível e de carácter aberto, possibilitando mudanças face às necessidades que possam surgir ao longo das sessões.

Segundo Bueno & Salvador (2017), para planejar o professor precisa responder a algumas perguntas, nomeadamente:

- Para que ensinar? Pergunta que guia aos objetivos;
- O que ensinar? Pergunta que guia à seleção dos conteúdos;
- Como ensinar? Pergunta que leva à seleção dos métodos e técnicas a serem utilizadas.

2.1.1. Plano Anual

“A elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos do desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo.

- Um plano exequível, didaticamente exato e rigoroso,
- que oriente para o essencial,
- com base nas indicações programáticas e em análises da situação na turma e na escola”

(Bento, 2003, p. 67)

O plano anual é um documento elaborado antes de se dar início à atividade letiva, por este motivo o seu cumprimento é imprevisível, uma vez que no momento da sua construção não existe o poder de saber o que poderá vir a ocorrer no futuro, ou seja, não existe uma referência sólida que consiga prever/conter todas as alterações que poderão vir a ser necessárias ao longo do ano letivo. Segundo (Bento, 2003, pp. 65-66) “No ensino trata-se de traçar e realizar um *plano global, integral e realista* da intervenção educativa para um período lato de tempo; é a partir dele que se definem e estipulam pontos e momentos nucleares, e acentuações do conteúdo.”, assim, o plano anual funciona somente como um guia para o professor, logo este deverá ser de caráter aberto, estando suscetível às alterações necessárias, para o bom decorrer do ano letivo, assim como para um bom processo de ensino-aprendizagem. “Para um ensino eficiente são necessárias *reflexões estratégicas*, balizadoras da ação durante todo o ano escolar” (Bento, 2003, p. 66)

Com a realização do plano anual, podemos perceber quais os recursos espaciais, materiais e humanos que a escola possui. Com a rotação de espaços podemos selecionar quais as modalidades a lecionar e onde estas se iriam organizar no calendário. É importante ainda para o reconhecimento e colaboração com as demais disciplinas, de forma a conseguir delinear as melhores estratégias de ensino, e sua intensidade correspondente, tendo em conta os momentos do dia assim como as Unidades Curriculares (UC) lecionadas antes e depois da aula de EF. “Ao planeamento anual cabe ainda o reconhecimento das relações e possibilidades de cooperação entre as diversas disciplinas, a ligação e correta integração do contributo de cada disciplina para a educação geral do aluno.” (Bento, 2003, p. 67)

Como já foi referido anteriormente, a organização foi feita antes de dar início ao ano letivo, o que permitiu preparar de melhor as aulas iniciais, dando depois o seu seguimento lógico. Nas primeiras reuniões de grupo, foi feita uma seleção e organização face às UD a lecionar assim como aos espaços e materiais disponíveis. Optando-se por iniciar com basquetebol, uma vez que esta modalidade deverá ser lecionada no espaço exterior (devido ao facto de este ser o único espaço que está preparado para a modalidade), e entre os meses de setembro e outubro as condições climáticas ainda permitem a prática no exterior. Posteriormente para terminar o 1.º período, foi escolhido o voleibol, deslocando-nos agora para o espaço G1, dentro do pavilhão, evitando assim que os alunos durante os meses de novembro e dezembro, tivessem de realizar prática no exterior, uma vez que estes meses têm condições climáticas um pouco adversas, evitando também a perda de aulas. De seguida, deu-se início ao 2.º período com natação entre os meses de janeiro e fevereiro, durante esta unidade didática foram utilizadas as piscinas municipais de Miranda do Corvo (que estabelecem protocolo com a escola), estas encontravam-se encerradas todas as segundas-feiras pelo período da manhã, pelo que neste dia da semana, optámos por realizar trabalho de aptidão física com os alunos, num dos espaços que se encontrassem disponíveis dentro da escola ou pavilhão. A fase final deste período, entre os meses de fevereiro, março e abril, ficou destinada à leção da modalidade de badminton. No 3.º e último período, será dedicada a três modalidades distintas. Para o início (primeira metade deste período), foi-nos atribuído o espaço exterior A1, uma vez que este tem na sua constituição a pista de atletismo e a caixa de areia, optamos por realizar atletismo e tag rãguebi (que pode ser lecionado em qualquer local). O período terminará com ginástica, novamente no pavilhão no espaço G3 que se

encontra mais próximo dos aparelhos de ginástica e colchões, não sendo necessário percorrer grandes distâncias com este tipo de material que tem maiores dimensões e implica uma maior organização e cuidados no transporte dos mesmos.

Unidade Didática	Período letivo	Calendarização	Espaço
Basquetebol	1º	17 de setembro a 31 de outubro	R1
Voleibol	1º	05 de novembro a 12 de dezembro	G1
Natação	2º	07 de janeiro a 13 de fevereiro	Piscina
Badminton	2º	18 de fevereiro a 03 de abril	G2
Tag Rêguebi	3º	23 de abril a 6 de maio	A1/R2
Atletismo	3º	07 de maio a 15 de maio	A1
Ginástica	3º	20 de maio a 12 de junho	G3

Tabela 1 – Calendarização Anual e Rotação de Espaços

A seleção das modalidades modalidade ainda no início do ano letivo, permitiu a estruturação de todo o ano letivo, relativamente à escolha das UD, o que nos proporcionou a possibilidade de estruturar um planeamento atempado, o que se repercutiu na qualidade do mesmo.

Torna-se ainda importante referir que estão disponíveis para a prática 3 blocos de 50 minutos semanais, sendo que os mesmos são lecionados à segunda-feira das 8:30 às 9:20 e à terça-feira e quarta-feira das 10:35 às 11:25. Foram também dedicados 3 blocos, no primeiro e segundos períodos, para a realização da bateria de testes do “FITescola”.

Concluindo então que, o plano anual surge como uma ferramenta bastante útil que nos permite organizar o nosso processo de ensino, visto que este contém a informação necessária para que consigamos manter o equilíbrio e uma sequência lógica, ainda que, e como já foi referido, este documento possa sofrer alterações, funcionará para nós como um ponto de partida/um guia que nos ajudará a traçar o caminho a seguir ao longo do ano letivo.

2.1.2. Unidades Didáticas

“As unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matérias, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem *unidades fundamentais e integrais* do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem.”

(Bento, 2003, p. 75)

As Unidades Didáticas, focam-se no planeamento de cada modalidade/bloco de matéria, estas procuram garantir uma sequência lógica do ensino, funcionando como uma estrutura organizada e estruturada, que contém os objetivos gerais e específicos a atingir, o que ajudará na orientação do professor relativamente ao processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Quina (2009, p.77), uma UD engloba “um conjunto de aulas, com estruturas organizativas semelhantes, centradas na persecução de um conjunto de objetivos”. Objetivos esses que se encontram direcionados para o desenvolvimento não só cognitivo e psicomotor, mas também socioafetivo de cada aluno enquanto indivíduo. Relativamente aos objetivos, Bento, (2003, p. 76), refere que “Um aspeto decisivo diz respeito aos *objetivos principais* de desenvolvimento da personalidade dos alunos, perseguidos no tratamento de uma unidade temática. É necessário verificar qual o contributo específico (e talvez insubstituível), fornecido por uma unidade no âmbito do ano em causa.”

A estruturação da UD contém uma breve contextualização/enquadramento teórico da modalidade, este ponto ajuda-nos a enquadrar-nos com a história da modalidade, nomeadamente as suas origens e regras, o que nos possibilita obter um conhecimento/domínio mais aprofundado face às diferentes matérias. O segundo passo da estruturação da UD prende-se com a representação gráfica e teórica das habilidades motoras, ou seja, a apresentação dos conteúdos a serem lecionados ao longo das aulas, o que ajudará futuramente na planificação das mesmas. De seguida, são definidos os objetivos gerais e específicos a alcançar, tendo em conta o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) do ano letivo em questão. Segundo Bento, (2003, p. 77) “(...) é possível atribuir a cada aula os seus objetivos específicos, o seu perfil próprio, partindo e

convergingo todas numa direção unívoca. E assim, cada aula não surgirá mais isolada na sua função e estrutura.”

São ainda apresentados os recursos existentes, nomeadamente, recursos espaciais, temporais, materiais e humanos, o que facilita o planeamento ao nível das aulas. No entanto existem dois deles que sofrem constantes alterações, nomeadamente, os recursos espaciais, devido às condições climatéricas ou ocupação de espaços para outras atividades e os recursos humanos, porque apesar do número de alunos ser 17 é impossível antecipar as faltas, desta forma as aulas eram planeadas para a totalidade dos alunos, sendo feitos os ajustes necessários no momento.

Relativamente à elaboração da sequência e extensão de conteúdos, a mesma possibilitou a organização e planificação dos conteúdos por número de aulas, assumindo também uma função didática. A elaboração destes quadros no início de cada UD, obrigam a que muitas vezes haja a necessidade de realizar ajustes que vão de encontro às dificuldades e valências de cada aluno ou turma. A principal dificuldade, prende-se com a definição das funções didáticas de cada conteúdo, precisamente devido aos diferentes níveis de desenvolvimento dos alunos.

As estratégias ou estilos de ensino que serão implementadas, assumem uma grande importância, pois nem sempre o método que funcionou com uma turma pode não funcionar com outra. Desta forma o docente deverá adaptar as suas estratégias ao contexto em que está inserido e aos alunos, tendo sempre como principal objetivo a aprendizagem e progressão dos alunos

Para que os objetivos sejam cumpridos, procuramos construir exercícios que se adaptassem ao nível dos alunos, permitindo-lhes melhorar e ultrapassar as suas dificuldades. Para este tipo de respostas foi importante o trabalho de pesquisa, contacto com outros professores e colegas do núcleo de estágio e principalmente um trabalho de reflexão individual. Segundo Bento (2003, p.76) “Esta reflexão facilita a fixação de pontos nucleares e a sua distribuição pelas diferentes aulas. A partir daqui é possível passar a decisões respeitantes à organização didático-metodológica do ensino”.

Por fim é elaborado um sistema de avaliação de acordo com os respetivos grupos de nível. “A avaliação inscreve-se nos vários processos de desenvolvimento do projeto curricular da escola. Assim pode falar-se igualmente numa avaliação curricular da escola,

entendida como a avaliação que se dá no contexto do currículo.” (Nobre, 2009). Neste consta a avaliação inicial, o que ajudará futuramente a ajustar os conteúdos às necessidades dos alunos, a avaliação formativa, que é feita ao longo da UD, permitindo recolha de dados relativamente à progressão ou não da turma, o que possibilita futuros ajustes face à intervenção pedagógica, assumindo que “uma recolha sistemática de informação sobre a qual se possa formular um juízo de valores que facilite as tomadas de decisão” (Peralta, M. H., 2002; Tenbrink, 1999) e a avaliação sumativa (realizada no final de cada UD e tem em conta os resultados recolhidos na avaliação formativa).

Em suma, podemos reafirmar que a UD, funcionando para nós como um guia, torna-se um documento de grande importância no que concerne à estruturação da mesma e planeamento das aulas, na medida em que esta nos fornece informações essenciais para a melhoria da qualidade do processo de ensino do docente.

2.1.3. Planos de Aula

Segundo Bento (2003, p.101), as “aulas exigem uma boa preparação. Devem estimular os alunos, no seu desenvolvimento.”, refere ainda que “a aula é não somente a unidade organizativa essencial, mas sobretudo a unidade pedagógica do processo de ensino. E isto porque tanto o conteúdo e a direção do processo de educação e formação, como também os princípios básicos, métodos e meios deste processo, devem encontrar na aula e por meio dela a sua concreta concretização.”. Podemos facilmente constatar a grande importância que o plano de aula assume no processo de ensino-aprendizagem.

O planeamento de uma aula deverá ter por base os objetivos a alcançar na mesma. Apenas estabelecendo objetivos é possível trabalhar eficientemente para o desenvolvimento das habilidades e competências dos alunos, de forma a concretizar as metas estabelecidas pelo PNEF, face aos objetivos gerais e específicos, para o ano em questão, tendo em atenção os objetivos/competências a dominar para cada ciclo. Torna-se importante referir que por maiores que sejam as dificuldades dos alunos e por muito que o professor sinta a necessidade de diminuir o número de competências a lecionar, os objetivos de ciclo apresentam-se como um limite, ou seja, as competências adquiridas no final do ciclo, não devem estar abaixo dos objetivos estabelecidos.

Para o planeamento de uma aula deveram ser tidos em conta vários aspetos. O tempo de aula, os conteúdos a abordar, os objetivos atingir, o nível em que os alunos se encontram, os exercícios escolhidos tendo em conta a intensidade e sequência dos mesmos, o número de alunos, o espaço e material disponível, tendo em conta a elaboração de um plano B, para o caso de o espaço disponível ser o exterior e as condições climatéricas não permitirem a prática.

A principal dificuldade encontrada, prendeu-se com a elaboração de exercícios novos, na medida em que, o objetivo principal sempre foi manter os alunos motivados e empenhados para a prática, não esquecendo o processo de aprendizagem que deverá estar sempre presente.

Relativamente à estruturação do modelo do plano de aula, este foi elaborado pelo núcleo de estágio e foi utilizado até ao término do ano letivo. Na sua constituição, encontravam-se no cabeçalho informações referentes à turma, número de aula, designação da UD lecionada, duração da aula, função didática, objetivos, número de alunos previstos e dispensados, data e recursos materiais e espaciais. A tabela do plano contém seis colunas, sendo estas: tempo (parcial e total); objetivos específicos; descrição da tarefa/organização; componentes críticas; critérios de êxito; observações. O plano está ainda dividido em três partes, nomeadamente: parte inicial (recepção dos alunos e aquecimento); parte fundamental (concretização dos objetivos de aula); parte final (retorno à calma e reflexão final).

Para finalizar, torna-se relevante mencionar que a concretização completa do plano proposto, nem sempre foi possível, devido ao facto de os alunos não conseguirem executar corretamente o exercício, existindo assim a necessidade de modificar a tarefa, ou muitas das vezes simplesmente era necessário aumentar o tempo de prática de um determinado exercício para o mesmo surtisse o efeito pretendido e para que as habilidades e competências fossem apreendidas na sua totalidade.

2.2. Realização

Um estudo feito por Amado, J. 2010, sugeriu que as características essenciais valorizadas pelos alunos num professor são: um professor que consiga orientar e

comunicar com os alunos; que ensine e que faça de tudo para que o aluno aprenda; que transmita confiança aos alunos criando expectativas, ao mesmo tempo, realistas e positivas; que evite injustiças; que saiba liderar a turma, impondo as regras necessárias ao trabalho e à relação, a ordem com a firmeza necessária, sem cair nem no autoritarismo nem no permissivismo; alguém capaz de o respeitar como “pessoa”, considerando as suas diferenças e os seus direitos; por vezes um amigo, um confidente, alguém capaz de ouvir/falar do seu problemas pessoais e não só escolares.

2.2.1. Instrução

Segundo Sidentop (2008), o entusiasmo do educador acerca da matéria dos estudantes e do ato de aprendizagem, proporciona um vínculo importante para uma boa comunicação, que é feita através da conversa com os alunos e a partir da instrução. Foi feita uma investigação que “(...) indica que o entusiasmo é uma qualidade importante do ensino.” (Rosenshine, 1970)

É na dimensão instrução que o professor transmite informações aos seus alunos, relativamente à matéria de ensino, tendo como referência os objetivos e a aprendizagem, existe ainda uma procura face a uma estruturação e comunicação adequada de forma a promover uma boa e significativa atividade cognitiva nos alunos, para isso são utilizados meios de comunicação que favoreçam o acompanhamento e compreensão dos mesmos, o que lhes permitirá assimilar a mensagem.

Rink (2001), enfatiza a necessidade do professor considerar o aluno, enquanto sujeito individual, com uma história de vida, e com necessidades particulares que interessa equacionar antes de serem tomadas decisões acerca do processo de instrução. Sabemos que é através da dimensão da instrução que o professor transmite o seu conhecimento e interage com os alunos, desta forma é importante conhecer a turma e adaptar o discurso de acordo com a faixa etária e/ou compreensão dos alunos. Foi tido o cuidado para que o discurso utilizado fosse claro e objetivo, utilizando nomenclatura adequada, para uma fácil compreensão e menor perda de tempo, que será útil para a prática.

No início de cada aula, foi realizada uma preleção inicial, com a função de receber os alunos, relembrar a aula anterior fazendo ligação com os objetivos da aula em questão,

para que estes pudessem entender a sequencialidade e interligação dos conteúdos selecionados ao longo das sessões. Para que a instrução possa ser feita com sucesso, foi fulcral certificarmos-nos de que as condições mínimas se encontrassem reunidas, por exemplo, a adoção de um posicionamento adequado e o silêncio por parte dos alunos.

São apontados alguns princípios fundamentais de forma a garantir a qualidade e pertinência da instrução e diminuir o tempo de exposição de informação. Com base nesses princípios, na explicação das diferentes tarefas foi tido em atenção, não só ao nível do discurso, como já foi referido, mas também uma preocupação frequente face à compreensão da informação por parte dos alunos, esta era feita através do questionamento e caso existissem dúvidas, procurávamos reformular.

Procurámos acompanhar a instrução verbal com uma boa demonstração utilizando o modelo total e real de forma a esclarecer todas as possíveis dúvidas que possam surgir face ao exercício, ou seja, o exercício era demonstrado na sua totalidade e com os elementos reais da tarefa (exemplo: demonstrar um passe de voleibol utilizando a bola e não apenas realizando o gesto de forma fictícia). Procurámos frequentemente reforçar as componentes críticas para uma melhor assimilação das mesmas, Segundo Bandura (1986), a demonstração rege-se por quatro processos essenciais: atenção (o que se extrai da demonstração), retenção (transformação e reestruturação do que foi observado), reprodução (transformação da ação em movimento) e motivação (a eficácia da demonstração é condicionada caso o aprendiz esteja desmotivado). Torna-se importante referir que o excesso de informação pode ser um fator prejudicial à aprendizagem.

Outro ponto bastante importante relativamente à instrução é o *feedback*, segundo Sidentop (2008) podemos defini-lo como “uma informação relativamente a uma resposta que se utilizará para modificar a resposta seguinte.”, ou seja, após a execução de um determinado exercício/habilidade o professor poderá gerar um *feedback* corretivo, que tem como objetivo a mudança e conseqüentemente a melhoria do aluno face à habilidade em questão.

“O *feedback* recebido ao longo das tentativas práticas pode se constituir um fator essencial no processo cognitivo de resolver o problema motor, mediante o qual o comportamento vai se tornando cada vez mais consistente e eficiente.” (Tani, G; Junior, C. M.; Catuzzo, M. T., 2010), concordando com os autores, reconhecemos a necessidade

de explicar ao aluno os seus erros, de forma a que este esteja consciente dos mesmos, fornecendo-lhe, ao mesmo tempo, os meios e ajuda necessária para a sua correção e conseqüentemente o seu sucesso e superação. Apesar de tudo o que foi referido, é necessário compreender que exista uma boa utilização e frequência de *feedback*, o docente deverá dominar as diferentes matérias a lecionar. Este ponto nem sempre é fácil de atingir, tendo em conta a quantidade de UD, disciplinas e conteúdos existentes, como foi o caso da modalidade de atletismo, em que sentimos uma maior necessidade de estudar e aprofundar essa matéria. Este problema foi já reconhecido por Rosado e Mesquita (2011), que afirmam que “uma das maiores lacunas na qualificação do *feedback* situa-se na dificuldade de os agentes de ensino diagnosticarem as insuficiências dos praticantes, não raramente derivada da falta de domínio do conteúdo”. Outro ponto que gostaríamos de enfatizar é referente principalmente ao nível de experiência em contexto de sala de aula, mais precisamente no que toca à correção de habilidades, na medida em que ao observar-mos diferentes alunos com diversas dificuldades, temos a tendência de tentar corrigir tudo o que observamos de errado, acabando por não conseguir transmitir a mensagem devido à grande quantidade de informação presente que provoca alguma confusão face à compreensão dos alunos. Com a experiência adquirida ao longo do ano constatamos que o estabelecimento de objetivos, para cada sessão de aula, ajuda imenso no que toca à objetividade de *feedback* tornando-se mais fácil chegar a toda turma de forma mais eficaz e gradual.

Mais do que observar, identificar as dificuldades e corrigir o aluno, é necessário fechar o ciclo de *feedback*, tendo assim a certeza que este compreendeu a mensagem que lhe foi transmitida, conseguindo assim corrigir a sua prestação. Caso o aluno não esteja a melhorar, o professor deverá ser capaz de entender se a mensagem/*feedback* foi mal transmitido, se o aluno não prestou atenção, ou se, é necessário modificar a estratégia de ensino utilizada. Ainda através da observação o professor deverá ser capaz de identificar se um determinado erro é geral, abrangendo um grande número de alunos, caso esta situação ocorra, o *feedback* deverá ser de grupo ou turma de forma a chegar a todos, evitando ter de repetir a mesma mensagem aos diferentes alunos. Deste modo, é de destacar que o *feedback* utilizado, na maioria das vezes, foi individual e de grupo, sendo de carácter prescritivo e descritivo, assumindo um papel determinante no processo de ensino-aprendizagem, visto que foi através dos mesmos que detetamos e informamos o aluno relativamente aos seus erros e respetivas soluções.

Outra grande ferramenta do *feedback* é o questionamento, através deste é possível detetar se a mensagem foi assimilada, manter os alunos envolvidos na tarefa, o que conseqüentemente possibilitará a sua evolução. É de realçar ainda o *feedback* positivo como meio motivador da aula, o que proporciona um clima positivo e de empenho.

Como forma de reforço, em todas as aulas foi realizada uma reflexão final, que tinha como objetivo fazer uma breve revisão da mesma, focando nos principais aspetos trabalhados, certificando-nos que eram entendidos e apreendidos pelos alunos, sendo esclarecidas possíveis dúvidas que poderiam surgir.

Para finalizar e com base na opinião de Sidentop (2008), reconhecemos que o estabelecimento de objetivos ajudam na formulação de *feedbacks* precisos, sintetizando toda a informação existente no contexto de sala de aula, o que ajudará o professor a evoluir, na medida em que não se dispersa e foca-se efetivamente na correção dos objetivos específicos da aula em questão.

2.2.2. Gestão

Quando falamos da dimensão gestão, associamos com frequência a palavra organização, podendo ser definida como as “intervenções que regulam as condições materiais no decorrer da aula, com os deslocamentos dos alunos, com as indicações de início e fim da atividade e com as indicações relativas ao posicionamento dos aparelhos.” (Piéron , 1999), desta forma podemos entender a gestão da aula, como um conjunto de decisões relativamente à organização do tempo total de aula, dos recursos materiais e espaciais.

Relativamente ao tempo, a principal preocupação do professor, é de que, haja o mínimo de perdas, para isso o ideal é que o tempo de instrução em conjunto com o tempo de organização seja consideravelmente menor que o tempo despendido para a prática, pois só será possível a aprendizagem e consolidação das diferentes componentes, se o aluno despende de tempo necessário para a prática. Segundo Sidentop (2008, p. 51) “(...) demonstrou-se claramente que a eficácia do ensino está associada às situações de prática (...)”

De forma reduzir essas perdas de tempo, é importante criar rotinas de aulas com os alunos, logo desde o início do ano letivo, Segundo Piéron, (1999) “É normal que as representações de uma tarefa, reduzam cada vez mais, de aula para aula durante a evolução do ciclo educativo”, ou seja, até que as rotinas sejam completamente apreendidas pelos alunos e também pelo fator de existir uma redução de matéria a lecionar para uma determinadas UD no decorrer das aulas da mesma.

“As regras e rotinas da sala de aula são necessárias para a tranquilidade, a harmonia e à eficiência das aulas, devendo ser ajustáveis ao sistema mutável de trabalho. Este sistema de regras deve ser ensinado aos estudantes nas primeiras aulas do ensino escolar”

(Oliveira, M. 2002)

As rotinas criadas por nós vão desde a entrada para o balneário, até à finalização da aula. Estas assumem uma maior importância, devido ao facto de o horário escolar ser constituído por três aulas de 50 minutos, em que os 5 minutos iniciais e os 10 minutos finais, estão destinados a equipar e para a higiene pessoal. Neste sentido, foi imposto aos alunos que entrassem para o balneário logo após o toque de entrada, tendo disponíveis 5 minutos para se equiparem, e se apresentarem junto do professor, como forma de combater atrasos e evitar a repetição de matéria de um determinado exercício, o professor iniciava a aula com a chamada após os 5 minutos estabelecidos. Aquando da instrução, tanto inicial como de uma nova tarefa, os alunos deveriam posicionar-se em meia lua e em silêncio em frente ao professor, de forma a que os alunos entendessem, quando é que deveriam simplesmente parar a tarefa e manter-se no lugar, ou quando era necessário juntar toda a turma, foi criado um código com o apito, ou seja, se o professor apita-se duas vezes, os alunos deveriam parar a tarefa e manter-se no lugar, aguardando uma ordem, neste momento o professor poderia optar por juntar ou não a turma. Outra rotina prendia-se com a montagem e recolha do material (sempre que possível, o professor fazia a montagem previamente, como forma de minimizar as perdas de tempo de montagem e organização), sendo que ao comando do professor todos os alunos deveriam auxiliar na recolha do mesmo. De forma a reforçar a ideia, segundo Oliveira, M. (2002) e citando, Fink & Sidentop (1989), referem que o estabelecimento de um controlo efetivo e de rotinas instrucionais no começo do ano escolar repercute-se positivamente em resultados e atitudes ao longo do ano.

Outra forma encontrada para que o tempo de organização diminuísse, foi a criação prévia de grupos, esta foi executada antes do momento da aula, existindo uma preocupação de criar grupos equilibrados, procurando a cooperação e ajuda entre os alunos, e pelo fato de entender que é mais motivador quando a competição é feita de forma equilibrada. Por outro lado, existiram modalidades em que as diferenças de desempenho entre os alunos, eram bastante significativas, neste sentido, surgiu a necessidade de criar grupos de nível, o que dificultou a organização e gestão da aula, devido ao facto de estarem a decorrer exercícios diferenciados em simultâneo. Esta foi uma condição que foi melhorada ao longo do ano letivo, o que só foi possível devido à experiência fornecida pela prática contínua enquanto docente. A avaliação inicial e a observação contínua das aulas, permitiu reconhecer quais os alunos com menos dificuldades e consequentemente mais autónomos, esta realidade permitiu-nos enquanto docentes, uma maior liberdade para realizar um acompanhamento mais próximo dos alunos com maiores dificuldades, nunca descurando os restantes. Procurámos ainda realizar uma escolha de exercícios que permitisse reduzir o tempo de transição entre cada tarefa, tentando criar os mesmos de forma a que o material utilizado fosse transversal a todos os exercícios.

Por fim, e não menos importante, reconhecemos a necessidade de ter sempre presente a capacidade de improviso. Uma vez que não é possível prever o futuro, nomeadamente, o número de alunos presentes na aula, o material disponível, as condições climáticas adversas, ou até mesmo quando o exercício planeado não funciona da maneira esperada, existe uma necessidade de solicitar o nosso espírito de improvisação, criando soluções na hora, ou recorrendo a um plano B, que permitam criar uma boa dinâmica e possível realização da aula.

2.2.3. Clima e Disciplina

As dimensões clima e disciplina, encontram-se intimamente ligadas, na medida em que é através destas que se consegue um bom ambiente de aula, que se reflete numa melhor aprendizagem. Para garantir a estabilidade e um bom desenrolar da aula é essencial que o docente assuma um papel de gestor, esta ideia é fortalecida por Oliveira, M. (2002), que afirma que “os gestores mais eficazes evitam comportamentos de indisciplina, criando ordem e fluidez nas tarefas, evitando assim que os alunos se

envolvam em comportamentos inapropriados face ao objetivo da aula, recorrendo assim para uma disciplina preventiva.”, o que conseqüentemente se irá repercutir num bom clima, pois sabemos à partida que se o professor não tiver a necessidade de repreender o aluno, e se o aluno não se sentir invadido, o ambiente de aula será muito mais leve e motivador. “O ambiente de aprendizagem, resulta da convergência entre duas agendas, a dos professores e dos alunos, contendo esta as suas expetativas, os seus valores e as suas conceções acerca do ensino.” (McCaughy, N., Tischler, A. & Flory, S., 2008), as intenções são de que haja divertimento, socialização e afastamento de problemas, desta forma e de acordo com Rosado e Mesquita (2009), “os programas de ação dos professores não são aceites passivamente procurando os alunos alterar as tarefas de modo a ajustá-las às suas agendas pessoais, gerando-se aqui conflitos e processos de negociação entre os alunos e professores com o objetivo de melhor gerir os ambientes de aprendizagem.”

Ao longo do estágio, entendemos a importância de um bom clima na sala de aula, e para que este possa existir, o primeiro passo foca-se com o conhecimento dos alunos e dos seus interesses, reconhecendo a importância de trabalhar conteúdos ou através de estratégias que sejam apelativas para a turma. A criação de uma boa relação entre professor-aluno, para isso procurámos melhorar o ambiente de aula através da transmissão de *feedback* positivos e desta forma motivar os alunos para a prática. Apesar de todos os esforços da nossa parte, nem sempre os alunos correspondiam da forma esperada às expetativas, algumas das vezes por falta de vontade, outras vezes por sentirem dificuldades face à execução dos exercícios o que fazia com que se desmotivassem intrinsecamente.

Segundo Oliveira, M. (2002) “(...) é plausível que, durante uma aula, os alunos possam assumir comportamentos diferenciados, desde o desinteresse pelos conteúdos abordados, até a uma participação ativa e entusiasta perante o que está a ser ensinado. É claro que estas atitudes dos alunos vão influenciar diretamente o ambiente de ensino e o comportamento do professor.”. A indisciplina, é classificada com base em diferentes graus de importância face ao comportamento dos alunos. Temos os comportamentos de desvio, que são definidos como ações fora da tarefa, que apesar do aluno se estar a prejudicar, se este não interferir com o bom funcionamento da aula e com atenção dos colegas, deverá ser ignorado, com finalidade de diminuir perdas de tempo. Por outro lado, temos os comportamentos de indisciplina, comportamentos esses que não devem em momento algum ser ignorados, nestas situações o professor deverá ser capaz de impor a

sua posição, confrontando o aluno relativamente ao seu comportamento, criando uma solução justa e que permita mostrar aos restantes colegas que existem regras e estas são para cumprir. Segundo Oliveira, M. (2002) e citando Ennis (1995), este “refere que quando os alunos questionam a autoridade moral do professor ou da escola, então a integridade do processo ensino-aprendizagem está a ser posta em perigo.”

Relativamente à dimensão da indisciplina, foram postos em prática os pressupostos mencionados no parágrafo anterior. Ao longo das aulas os principais comportamentos de indisciplina com que nos deparamos, foram comportamentos fora da tarefa, nomeadamente, distração, conversas paralelas e alguma brincadeira. Estes comportamentos, puseram em causa o seu desempenho, na medida em que ao estarem distraídos, não retinham as informações transmitidas pelo professor, relativamente aos exercícios e componentes críticas dos mesmos. Foi notória a melhoria destes comportamentos, ao longo do ano letivo, devido à implementação de rotinas (por exemplo: realizar a explicação do exercício com os alunos em meia lua e apenas quando tivessem a sua atenção focada para o professor) e também devido ao facto de já terem sido repreendidos e avisados anteriormente. Era evidente, no início de cada período, uma maior agitação por parte da turma, e nestes momentos existiu a necessidade de reforçar a nossa posição enquanto docentes. Outro método para evitar estes comportamentos, passou por realizar tarefas de instrução curta, de fácil organização e rápida transição, o que faz com que ocorram menos momentos de paragem, evitando a aglomeração dos alunos e potenciais comportamentos de desvio. Foi ainda utilizada a oferta de novos desafios, principalmente para os alunos com melhor desempenho, após estes terem um determinado exercício ou gesto técnico adquirido, de forma a evitar a rotina e o desencadeamento dos tipos de comportamentos acima descritos. Nesta turma, existiam três alunos que estando juntos demonstravam um pior comportamento, assim, como forma de combater esta situação, surgiu a necessidade de os manter em grupos separados, evitando assim que o exercício fosse boicotado ou que este tipo de comportamentos afetasse a restante turma.

Apesar de existirem um maior número de comportamentos fora da tarefa, reconhecendo que a turma apresentava uma grande infantilidade face à sua idade, o que tem vindo a melhorar notoriamente, nunca nos deparamos com comportamentos de indisciplina, ao longo das aulas.

Em suma, reforçamos a ideia de que é importante manter um bom clima e uma boa disciplina, considerando a necessidade de manter uma posição mais firme no início do ano letivo de forma a não perder o controlo dos alunos, no entanto é reconhecida a necessidade de manter um ambiente harmonioso entre todos, só desta forma será possível um bom funcionamento das aulas e um bom processo de ensino-aprendizagem.

2.2.4. Decisões de Ajustamento

“A aula de educação física tem também que ser pensada em função de uma série de condicionalismos, de ordem externa, com grande influência no seu conteúdo de realização. Nenhuma outra disciplina é tão dependente do *clima* e do *tempo* (...). A existência, o estado e o número de instalações, de locais e materiais desportivos desempenhavam também um papel importante.” (Bento, 2003, p. 122)

Indo de encontro à referência citada, reconhecemos que a unidade curricular de educação física é reconhecida pela sua imprevisibilidade na medida em que existe um grande número de fatores que influenciam o seu funcionamento. Desta forma, e tendo consciência desta problemática, um bom professor deverá entender a necessidade de estar preparado através da elaboração de um plano B. Para além disso é relevante destacar a importância da capacidade de improviso, no que toca a adaptações relativas ao planeamento, de acordo com as condições disponíveis, tendo sempre como principal objetivo a maximização do espaço e tempo útil de prática, assim como a efetividade do processo de ensino aprendizagem.

Deste modo, é possível afirmar que as principais decisões de ajustamento, foram relativas às condições climatéricas, na medida em que, quando o espaço que tínhamos disponível para a prática era no exterior e as condições não permitiam a prática, tornava-se necessário ajustar a aula planeada, visto que não existiam outros espaços disponíveis (por exemplo: recorreremos a locais com escadas para realizar trabalho de condição física, socorremos de material teórico, mais precisamente em suporte digital, ocupando uma sala de aula disponível, etc.). Por outro lado, apesar de termos conhecimento de todo o material disponível, nem sempre é possível prever a utilização do mesmo por parte de outros professores. Outro e talvez o principal fator que necessitou de ajustamento, foi o plano de aula, por vários motivos, nomeadamente, falta de tempo para realizar todos os exercícios planeados, porque muitas das vezes existiu a necessidade de utilizar um maior

tempo explicação e demonstração, retirando tempo aos exercícios seguintes, para que os alunos tivessem uma quantidade de prática de qualidade considerável. Outras vezes, o ajustamento teve de ser feito ao nível da complexidade do exercício, visto que nem sempre os alunos conseguiam responder com sucesso às tarefas impostas pelo professor, ou pelo contrário, respondendo com facilidade. Como forma de gerir melhor o tempo útil de aula e ao mesmo tempo manter os alunos motivados, procuramos na maioria das vezes criar aquecimentos lúdicos, mas já com *transfer* para a modalidade a ser lecionada, seja através de gestos técnicos, da utilização dos materiais da UD ou simplesmente introduzindo e trabalhando algumas capacidades físicas essenciais para modalidade em questão (ex: no jogo da apanhada, o aluno apanhado deverá manter-se em posição base até serem salvos, trabalhando desta forma não só o gesto técnico, como também a força dos membros inferiores-UD voleibol).

Outro motivo deve-se à imprevisibilidade face ao número de alunos presentes, o que muitas vezes nos obrigou a alterar os grupos que tinham sido elaborados previamente. Apesar de existir a necessidade de ajustamento, procuramos em todos os momentos, manter os alunos inseridos no processo de ensino utilizando diversas estratégias, como por exemplo: em caso de número ímpar de alunos, inserir um *joker* nos jogos coletivos; no caso da UD de Badminton, definimos uma pontuação final, o aluno que ficava de fora executava o papel de árbitro e as rotações eram feitas por toda turma de forma a manter a igualdade de oportunidades e de tempo de prática, etc.

Foram necessários ajustamentos relativamente ao calendário escolar e ao planeamento feito no início do ano letivo, na medida em que, a escola organizou algumas atividades (palestras informativas, eventos do Desporto Escolar), o que influenciou o número de aulas lecionadas, criando assim a necessidade de recorrer a um novo planeamento, modificando as funções das aulas e aumentando o número de conteúdos por sessão, devido à diminuição do tempo disponível e para que as metas fossem atingidas.

Outra realidade com que nos deparamos, foi a heterogeneidade da turma. Apesar de entendermos a necessidade de existir um trabalho por níveis, de forma a proporcionar ao aluno a oportunidade de sucesso e progresso, muitas das vezes era necessário modificar as tarefas sugeridas, criando um nível intermédio, para que todos os alunos a pudessem realizar, optando desta vez por juntar os alunos de níveis mais baixos, com os alunos de níveis mais elevados, fomentando desta forma o trabalho em equipa, a cooperação e a interajuda .

Por tudo o que foi referido é possível afirmar, que as decisões de ajustamento, não se tratam somente da realização de alterações, mas sim, de um aperfeiçoamento do processo de ensino aprendizagem, procurando sempre melhorar a qualidade dos momentos de aprendizagem dos alunos. É ainda possível declarar, que este é um processo complexo, que demora algum tempo a ser dominado, logo admitimos que o mesmo vai melhorando ao longo dos anos de docência, através da experiência que esse contacto proporciona ao professor.

2.2.5. Reflexões das Aulas

“O professor é um profissional que desenvolve o currículo de modo contextualizado, domina conhecimentos específicos da sua área e sobre os processos de aprendizagem e compreende a dimensão ampla do seu trabalho, bem como as suas consequências em termos institucionais e da comunidade educativa.” (Silva, E. & Nobre, P., 2015). É ainda suportado com base na análise das pesquisas feitas por Ferry (1987), Zeichner (1983) e Feinman-Nemser (1990), que o conhecimento do docente produz-se individual e coletivamente ao longo da sua vida, por meio da reflexão durante e após a sua ação.

Compreendendo a importância da reflexão, surgindo como uma crítica pessoal face ao trabalho desenvolvido, esta foi realizada sempre no término de cada aula, sendo feita não só de forma individual como também coletiva, existindo assim uma partilha de ideias entre colegas, núcleo de estágio e orientador da escola, o que nos proporcionou a possibilidade de aprender e melhorar as nossas abordagens enquanto docentes.

De forma mais específica, podemos destacar três principais momentos de reflexão, entre eles, a reflexão feita após a leção de uma aula, a reflexão feita após a observação da aula de um professor estagiário e a reflexão após a observação da aula de um professor experiente. No primeiro momento referido, surge a necessidade de uma reflexão crítica intrínseca face ao momento de aula, assim como a aceitação e receptividade de críticas construtivas por parte de agentes externos que assistiram à sessão de aula, criando desta forma uma discussão de ideias saudável, sempre em busca da nossa evolução. No segundo momento, é possível refletir durante o decorrer da aula observada, tentando entender as decisões tomadas pelo professor estagiário, para que no final da

sessão seja possível discutir os principais pontos, positivos e negativos, da aula, de forma não só a ajudar o professor, mas também de forma a entender as diferentes perspectivas e métodos de trabalho. Por outro lado, o último momento referido, transforma-se principalmente num momento de aprendizagem, na medida em que o professor experiente surge como um modelo para os professores estagiários, ainda que seja possível expor algumas dúvidas referentes aos métodos observados e conversar sobre as mesmas no final da aula, possibilitando assim a aquisição de novos conhecimentos que conseqüentemente se irão traduzir na nossa evolução enquanto docente.

De forma a suportar tudo o que foi referido e com base no autor, Rezer, 2014, “ ampliar a capacidade de reflexão crítica dos docentes da Educação Superior sobre seu próprio trabalho parece representar uma possibilidade importante para avançar na compreensão de autoria da própria docência”, sugerindo ainda que “ a crítica representa um esforço para chegar a sínteses justificadas de apreciação (juízos) pautadas por critérios conscientes e também possíveis de justificação.”

Bento, 2003, afirma que “sem uma reflexão posterior acerca das aulas, sem uma avaliação crítica do próprio trabalho verifica-se imediatamente um retrocesso dos resultados em todos os aspetos do ensino: da aprendizagem, da docência, da sua planificação, preparação e realização”. Assim, foi possível entender a reflexão e a crítica, como uma forma enfrentar problemas, através da introspectiva pessoal, ou através de uma discussão saudável onde são referidas críticas construtivas, que possibilitam o avanço e melhoria do nosso desempenho.

2.3. Avaliação

“O significado da avaliação, do quê e como avaliar é algo que depende do que se entende por conhecimento e por construção e formação do pensamento e ainda da forma como interpretamos o saber.”

(Nobre, 2009)

A avaliação assume um papel fulcral no processo de ensino aprendizagem, auxiliando no acompanhamento de todo este processo. Segundo Filho, L. et al, 2009, “a proposta de avaliação do processo de ensino- aprendizagem deve, portanto, levar em

conta a observação, análise e conceituação de elementos que compõem a totalidade da conduta humana e que se expressam no desenvolvimento de atividades”. Podemos afirmar que através dela é possível efetuar uma análise de todos os conteúdos selecionados e das capacidades dos alunos, o que se reflete também no trabalho do professor, ou seja, a avaliação não deverá ser definida apenas como um instrumento para atribuição de classificações, mas sim como um instrumento de trabalho do professor, que o ajudará ao longo de todo o processo, permitindo desta forma o acompanhamento, face ao desempenho e desenvolvimento dos seus alunos.

2.3.1. Avaliação Formativa Inicial

Usando como ponto de partida o Decreto-Lei n.º17/2016, artigo 25º, mencionamos que “a avaliação diagnóstica facilita a integração escolar dos alunos, sustenta definição de estratégias de ensino e apoia a orientação escolar vocacional”, ou seja, esta representa o primeiro contato do professor com as capacidades do aluno para uma determinada UD, podendo ser concretizada sempre que o professor achar necessário, na medida em que esta se mostra essencial para o adquirir conhecimento sobre os alunos e conseqüentemente para a melhoria do planeamento das aulas.

A realização da avaliação inicial permitiu-nos verificar as capacidades reais de cada aluno e o seu nível de desempenho nas diferentes UD e entender quais as principais dificuldades sentidas. Esta informação mostrou-se bastante útil no momento do planeamento das aulas e escolha dos objetivos a serem atingidos pelos alunos. Com esta avaliação foi ainda possível realizar a divisão da turma por grupos de nível, o que proporcionou a realização de um trabalho mais específico e de acordo com as dificuldades sentidas pelo aluno/grupo, podendo assim superá-las. O principal objetivo, foi sempre oferecer a melhor qualidade de prática possível, para que os alunos pudessem evoluir, de modo a conseguir atingir um nível superior. A turma sobre a qual intervimos, apresentava níveis de desempenho motor muito baixos, para a sua idade e ano em que se encontram, à exceção de um pequeno grupo de alunos que se destaca dos restantes positivamente, assim foi possível distribuir a turma na maioria das unidades didáticas em dois níveis distintos, nomeadamente, o nível introdutório e elementar.

Para a realização desta avaliação e divisão dos alunos por grupos de nível, foi elaborada uma grelha de registo, que continha a identificação dos alunos, os parâmetros a serem avaliados e correspondentes componentes críticas e uma legenda com o nível de desempenho, o seu respetivo significado e classificação. O protocolo de registo baseou-se na atribuição de três níveis de desempenho, para cada um dos conteúdos selecionados a avaliar:

1 - Não executa – O aluno não executa o gesto ou ações, comprometendo o sucesso;

2 - Executa com dificuldade – O aluno executa o gesto ou ações de forma parcialmente correta, apresentado algumas dificuldades em certas componentes críticas;

3 – Executa – O aluno executa corretamente o gesto ou ações técnicas, realizando as diferentes componentes críticas.

A primeira avaliação realizada, revelou-se um pouco complicada, uma vez que este era o primeiro contacto que alguma vez tivemos com uma turma, por esse motivo foi possível sentir alguma insegurança e nervosismo, quanto, ao que avaliar, como avaliar, quais as classificações a atribuir face a certas prestações e principalmente no que toca à quantidade de objetivos e tempo disponível para avaliação. Com o passar do tempo fomos adquirindo alguma experiência e um maior à-vontade, acabando por perceber a importância da seleção de objetivos, procurando dar destaque aos essenciais tendo como base o PNEF e os objetivos de ciclo.

2.3.2. Avaliação Formativa

O Decreto-Lei n.º17/2016, artigo 25º, refere que “a avaliação formativa gera medidas pedagógicas adequadas às características dos alunos e às aprendizagens a desenvolver e recorre a dispositivos de informação detalhada sobre os desempenhos”, esta assume um carácter contínuo e metódico, para isso o docente deverá recorrer a vários instrumentos de recolha de informação adaptados às diferentes aprendizagens e circunstâncias, o que lhes permite, tanto ao professor, como ao aluno e a todas as entidades interessadas, obter informações relativas à evolução do ensino, da aprendizagem e a melhorar as estratégias utilizadas.

No início do ano letivo, elaborámos um modelo de tabela de avaliação formativa, que foi adaptada a cada UD e que funcionou como instrumento auxiliar ao longo das aulas, sendo que a recolha de informações, era efetuada somente através da observação direta. Esta tabela continha a avaliação dos três domínios, nomeadamente, o domínio cognitivo, o domínio psicomotor e o domínio socioafetivo, onde foram efetuadas anotações diárias das prestações dos alunos durante toda a aula. Estes registos, mostraram-se úteis não só no momento da avaliação sumativa, mas também ao longo de todo o ano letivo, na medida em que nos proporcionou uma consciencialização, face ao trabalho desenvolvido e conseqüentemente uma melhoria ao nível do planeamento e resultados dos alunos.

É possível ainda afirmar que este documento se mostrou essencial e bastante importante para a nossa formação enquanto profissionais da Educação Física, oferecendo-nos uma melhor organização relativamente ao processo de ensino aprendizagem, uma vez que foi através dela possível verificar a eficácia do método de ensino imposto, entender quais as principais dificuldades que iam surgindo nos alunos durante os diferentes momentos da UD, o que nos permitiu focalizar o feedback, refletir sobre as informações obtidas criar e implementar estratégias novas de ensino, o que melhorou consideravelmente o empenho e motivação dos alunos e conseqüentemente o seu nível e sucesso.

2.3.3. Avaliação Sumativa

No Decreto-Lei n.º17/2016, artigo 25º, menciona que “a avaliação sumativa realiza-se no final de cada período letivo e dá origem, no final do ano letivo, a uma tomada de decisão sobre a progressão, retenção ou reorientação do percurso educativo dos alunos.”, podemos desta forma afirmar que a avaliação sumativa representa a formulação de um juízo global sobre as aprendizagens do aluno. Esta apresenta-se também como um dado e uma informação fundamental, para os futuros professores da turma, ou seja, esta serve para criar “um ponto de situação sobre os conhecimentos adquiridos (centrando-se em) comportamento globais essencialmente significativos” (Hadgi, 1994).

A avaliação final, foi aplicada nas últimas duas aulas de cada UD, à exceção da UD de Tag Râguebi e Atletismo, onde apenas foi utilizado uma aula. Para esta, elaborou-se mais uma vez uma grelha que continha as componentes a avaliar, os critérios de êxito e a legenda de classificação, na qual foi registado o desempenho motor dos alunos através de uma escala de 0%-100%. Este registo pretendia recolher os valores de desempenho motor, uma vez que os restantes parâmetros foram suportados principalmente pela avaliação formativa.

Assim, na avaliação sumativa constaram todos os dados recolhidos ao longo da UD, período ou ano letivo, nomeadamente a avaliação inicial, para que seja possível analisar o progresso do aluno, a avaliação formativa, que nos proporcionou um vasto leque de informações sobre o aluno, como o seu empenho e motivação ao longo das aulas, a sua postura/comportamento e a avaliação final que continha o registo do nível motor com que os alunos terminaram a UD, o qual foi comparado com o nível registado na avaliação inicial. Culminando desta forma, na atribuição de uma classificação quantitativa da aprendizagem, utilizando uma escala de 0 a 5 valores.

Por fim, é de referir que foi elabora um relatório no final de cada avaliação sumativa, onde constaram todas as observações relativas às competências pessoais de cada aluno, o que facilitou todo o processo avaliativo. Destacando que o balanço final se mostrou positivo, na medida em que foi possível verificar uma melhoria geral da turma, embora esta não tenha correspondido na sua totalidade ao que era pretendido.

2.3.4. Autoavaliação

A autoavaliação é o momento em que o aluno reflete acerca de toda sua prestação ao longo do período letivo e unidades didáticas abordadas no mesmo. Esta reflexão é efetuada para os três domínios, mais do que avaliar a sua prestação motora e conhecimento cognitivo, o aluno deverá ser capaz de responder, tomar consciência e responsabilizar-se pelas suas ações e atitudes apresentadas ao longo de cada período.

Esta para além de desenvolver o espírito crítico e reflexivo do aluno, proporciona também ao professor a oportunidade e entender a perspetiva dos alunos. Através da avaliação das respostas dadas pelos alunos, foi possível verificar que ainda existe alguma dificuldade destes em realizarem uma autoavaliação coerente com as suas

ações/prestação, onde os alunos com piores notas tinham tendência em atribuir uma classificação acima daquela que mereciam, por outro lado os alunos com notas mais altas atribuíam notas mais baixas à sua prestação na disciplina.

2.4. Critérios de Avaliação

Os critérios de avaliação, funcionam como reguladores e orientadores de todo o processo avaliativo, com eles é possível atribuir e valorar o conjunto de conhecimentos e capacidades dos alunos suportando-se nos parâmetros que determinam as classificações, os objetivos que pretendemos observar.

Estes sustentam-se nos três domínios, psicomotor, cognitivo e socioafetivo, que apresentam uma determinada percentagem, normalmente definida a nível meso (escola e grupo disciplinar) e o seu somatório deverá corresponder à percentagem total – 100%. Desta forma, temos o domínio psicomotor a valer 55% da nota total, o domínio cognitivo com 20% e por fim o domínio socioafetivo com 25%.

2.5. Questões Dilemáticas

A primeira questão que se levantou logo no início do estágio pedagógico, foi o facto de a turma ser muito irrequieta, nos momentos de instrução e mesmo durante a prática. Após verificarmos, que estes comportamentos eram potenciados principalmente por um grupo de alunos específicos, que ficavam sempre juntos, optamos, como estratégia para combater esta situação, manter estes alunos sempre separados, tanto no momento da instrução, como também durante a prática. Para isso eram constituídos os grupos previamente, pelo professor, tendo sempre em atenção a distribuição de cada um destes elementos por grupos diferentes, evitando assim os problemas anteriormente descritos, de forma a evitar os comportamentos de desvio, o que por vezes boicotavam o exercício e o bom decorrer da aula, prejudicando assim o restantes colegas. Através da estratégia tomada, foi possível realizar um controlo mais eficaz, e conseqüentemente melhorar significativamente a qualidade de prática e aprendizagem.

Outra questão prendeu-se com a dificuldade controlar toda a turma. Por exemplo, quando o professor está numa zona do pavilhão, deverá ser capaz de manter o controlo sobre toda a turma e não descorar os grupos/alunos que se encontram mais afastados, passando a informação de que está presente e com atenção à prática de todos os alunos, caso contrário, se os alunos entenderem que o professor não está a prestar atenção, poderão entrar em comportamentos de desvio ou então não realizar a tarefa proposta. Assim, de forma a combater esta problemática, procuramos manter sempre toda a turma sobre o olhar atento e mesmo quando existiu a necessidade de dar mais atenção a um grupo, foi adotado um posicionamento que permitisse visualizar toda a turma, e sempre que foram verificados comportamentos de desvio, a necessidade de corrigir ou apenas ocorreu a oportunidade de congratular um aluno, a repreensão ou feedback foram feitos a partir do local onde nos encontrávamos, para que os alunos entendessem que apesar do professor se encontrar mais afastado, este mantém a sua atenção sobre toda a turma, realçando a necessidade de melhorar a sua presença e fazê-lo sempre da melhor forma, evitando os comportamentos de desvio.

Por último uma questão que se tornou mais preocupante, foi o baixo nível motor que a turma apresentava, mas principalmente a falta de gosto e empenho para a prática desportiva de um considerável número de alunos. Numa tentativa de que todos os alunos conseguissem retirar o maior aproveitamento das aulas, e para que fosse conseguida uma boa evolução, foi realizada a divisão dos alunos por grupos de nível, o que nem sempre foi fácil de concretizar, uma vez que existiam grandes discrepâncias motoras entre os alunos e pelo fato de alguns alunos apresentarem um nível motor mais elevado, serem os mesmos que apresentavam um pior comportamento, principalmente quando se encontravam juntos. Este fato levou a que várias questões fossem ponderadas, existindo uma grande necessidade de existir uma boa gestão da nossa parte para manter o bom ambiente e clima da aula e um maior empenhamento por parte dos alunos, evitando assim o mau comportamento. Apesar das dificuldades sentidas, foi possível verificar que esta falta de empenho e gosto pela disciplina, foi melhorando ao longo do ano letivo, sendo desta forma notório o aumento de motivação, interesse e empenho dos alunos.

Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar

Uma das tarefas do estágio pedagógico, é realizar trabalho de assessoria num cargo de gestão intermédia, com o objetivo de adquirir novos conhecimentos, através da experiência pessoal e contacto com o professor titular do cargo em questão, e aplicar os conhecimentos que foram adquiridos na UD de Organização e Administração Escolar.

Após um pequeno sorteio, relativamente aos cargos que cada um ocuparia, centrámos toda a atenção e trabalho nesta área, em conjunto com o Coordenador Técnico de Desporto Escolar. Com este procurámos adquirir e desenvolver as nossas competências de compreensão e manipulação das diferentes funções que são atribuídas ao cargo, métodos e intervenção na escola. Realizámos ainda, algum trabalho colaborativo, que permitiu um melhor esclarecimento, acerca dos aspetos administrativos, organizativos e estruturais que estão por detrás deste cargo.

Assim, durante o ano letivo realizamos o acompanhamento do grupo/equipa de Multiatividades de Ar Livre, inscrito no Desporto Escolar da EB 2.3 c/Sec. José Falcão, tanto em treino, como em etapas/provas pertencentes ao calendário competitivo desta modalidade (nível externo). Sendo realizado a nível interno, a organização da semana do “FITescola”, referentes ao 1º e 2º períodos, conhecimento e gestão da plataforma de gestão do Desporto Escolar, auxílio na montagem/organização de atividades realizadas na escola, e por fim, a organização, promoção, realização e acompanhamento de toda a etapa de Multiatividades de Ar Livre.

O acompanhamento da gestão e organização das atividades do grupo de Desporto Escolar, permitiu-nos compreender que, apesar de cada professor ser responsável pelo seu grupo de equipa, para que seja atingido o sucesso esperado é necessário um grande trabalho cooperativo entre os diferentes professores, originando um clima de trabalho mais agradável e fácil, sendo possível atingir objetivos mais ambiciosos.

O Desporto Escolar apresenta-se como uma grande oportunidade para os alunos, uma vez que este é aberto a toda a escola, permitindo uma oferta desportiva gratuita, em horário compatível com as aulas e que oferece ainda a possibilidade de ter modalidades que os alunos não têm fora da escola, ou que para as quais teriam de realizar uma grande deslocação. Com estas estratégias o Desporto Escolar pretende combater o sedentarismo e inatividade, que está cada vez mais presente em idades muito jovens, e criar hábitos

desportivos nos alunos, evitando assim que o único momento de exercitação que têm, seja nas aulas de educação física.

Para finalizar, consideramos que o acompanhamento realizado a este tipo de cargos, permitiu enriquecer a nossa aprendizagem, desenvolvendo meios e competências importantes para um possível e futuro desempenho desta função

Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas

No início do ano letivo, foi-nos proposta a organização de duas atividades desportivas, direcionadas para os alunos não só da nossa escola, como também de outras escolas, que permitissem promover a atividade física, o gosto pela mesma e a competição, mantendo sempre o convívio e o respeito entre os participantes. Desta forma, foram realizadas, o Multiatividades de Ar Livre, que é uma atividade pertencente ao Desporto Escolar e que foi direcionado para diferentes escolas, com equipas inscritas nesta modalidade, e por fim foi realizada uma atividade mais direcionada para os alunos do 2º e 3º ciclos, do Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo, denominada de “PáscoAbrir19”.

Multiatividades de Ar Livre

Esta atividade realizou-se no dia 12 de março de 2019 na localidade de Miranda do Corvo. Esta possibilitou a prática de atividade física ao ar livre e o convívio entre os participantes pertencentes às diferentes escolas (Penela, Penacova, Pampilhosa da Serra e Montemor-o-Velho), em toda zona que rodeia a escola. Para desenvolver a atividade, existiu a necessidade de criar algumas parcerias, sendo estabelecidos acordos de cooperação com a Câmara Municipal de Miranda do Corvo (cedência dos espaços da Quinta da Paiva e Pavilhão Municipal), Bombeiros Voluntários de Miranda do Corvo (disponibilizar espaço para realizar rappel e uma viatura de emergência disponível), empresa NatureLousã (responsável pelo material e atividade de rappel e tirolesa), GNR (com uma patrulha em alerta para toda a atividade), a Escola Básica 2,3 c/ Sec. José Falcão de Miranda do Corvo (cedência de alguns dos seus espaços, material para a prova e confeção dos almoços na cantina) e por fim, aos alunos do 11º ano do curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva, que se revelaram uma ajuda importante enquanto monitores de atividade no dia de prova.

Na fase preparatória da atividade, foi realizado um projeto, onde foram definidas todas as tarefas a desempenhar por cada elemento organizativo, parcerias a realizar, atividades a desenvolver e seu regulamento, recursos materiais e humanos, população alvo, locais onde iria decorrer cada atividade (neste ponto houve saídas para o terreno, conseguindo assim visualizar melhor o espaço disponível, proporcionando uma melhor seleção, marcando estes no mapa de prova) e a distribuição do material pelos diferentes envelopes a distribuir pelas equipas.

Todo o processo de organização foi feito atempadamente, podendo assim realizar alterações de forma bem planeada, caso existisse necessidade. Com isto, foi possível chegar ao dia da prova e a única preocupação a ter foi, a distribuição dos alunos/monitores de atividade e respetivo material, pelo local das mesmas, aguardando pelos participantes. Terminada a atividade, a dinâmica utilizada na desmontagem e arrumação do material, foi a mesma que se utilizou no início desta, com cada um dos monitores a ser responsável pelo seu material, transporte e arrumação na escola (os alunos que se encontravam em pontos mais distantes, aguardaram pela passagem de um carro da organização, para que fosse realizado o transporte para a escola).

“PáscoAbrir19”

O “PáscoAbrir19”, a nossa segunda atividade, foi realizada nos dias 8 e 9 de abril de 2019. Esta, tem o carácter lúdico e visou ocupar os tempos livres dos alunos por um período de dois dias das férias escolares da Páscoa, possibilitando desta forma a prática de atividade física e o convívio entre os participantes e organização. A atividade foi destinada aos alunos integrantes no 2º e 3º ciclos do Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo, proporcionando o contato com diferentes modalidades e atividades desportivas e contribuindo para a formação dos seus participantes. Existiu ainda um grande trabalho de planeamento, sendo que este foi iniciado com bastante tempo de antecedência, podendo assim responder da melhor forma a possíveis percalços que fossem surgindo.

Com objetivo de captar o maior número de alunos realizou-se a divulgação de cartazes em vários pontos estratégicos das escolas José Falcão e Ferrer Correia e ainda no pavilhão municipal, foi ainda feita a distribuição de *flyers* pelas diferentes turmas alvo, e realizada uma pequena explicação de toda a atividade e aspetos a ter em atenção, como o local onde deveriam deixar a sua inscrição e data limite para o fazer.

Para desenvolver a atividade, existiu a necessidade de criar algumas parcerias, sendo estabelecidos acordos de cooperação com a Câmara Municipal de Miranda do Corvo (cedência dos espaços da Quinta da Paiva, Piscina e Pavilhão Municipal), Águas de Penacova (cedência de garrafas de água, oferecidas aos participantes, monitores e organização ao longo da atividade), Escola Básica 2,3 c/ Sec. José Falcão de Miranda do Corvo (cedência de alguns dos seus espaços, material para a prova e confeção dos almoços na cantina) e por fim, com os alunos do 10º e 11º ano do curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva, que mais uma vez, se revelaram uma ajuda essencial, enquanto monitores de atividade e de grupo nos dias de prova.

Para a preparação da atividade, foi realizado um projeto, onde estavam contempladas as tarefas acima descritas, e onde foram definidas quais seriam desempenhadas por cada elemento organizativo, quais as atividades a desenvolver e seu respetivo regulamento, recursos materiais e humanos, locais onde se iria desenvolver cada atividade (existiu mais uma vez saídas para o terreno, conseguindo assim visualizar melhor o espaço disponível, proporcionando uma melhor seleção, marcando estes num mapa), grupos/equipas onde cada participante se integrava assim como o seus respetivos monitores, horários a cumprir, com as respetivas rotações de espaços que cada grupo deveria obedecer, de forma a que se desse um bom decorrer de toda atividade. Foi ainda elaborado um plano B, caso as condições climáticas fossem adversas, para realizar as atividades do primeiro dia na Quinta da Paiva, passando estas a serem divididas entre pavilhão e a escola (o que acabou por acontecer). Ficou definido que cada participante teria direito a uma t-shirt identificativa, almoço e lanche, devendo trazer reforço para meio da manhã.

Sendo esta uma atividade complexa, todo o processo de organização foi atempado, como já referido, tentando colocar todos os cenários possíveis de acontecer e qual a melhor solução para que estes fossem evitados ou corrigidos, da forma rápida e eficaz, sem que fosse colocado em causa o bom decorrer de toda atividade. Uma vez que esta seria controlada pelos alunos do curso profissional, resolvemos elaborar uma apresentação, onde foi demonstrado a estes alunos, todas as atividades que deveriam desenvolver, regras a seguir, comportamentos a tomar e um alerta para a responsabilidade. Com esta apresentação, feita na semana que antecedeu à atividade, foi possível consciencializar os monitores para o seu trabalho, uma vez que estes, foram responsáveis

por toda organização no momento da prova, ficando o núcleo de estágio, com a tarefa de supervisionar e intervir, sempre que achassem necessário, com vista o sucesso.

Por fim, nos dias das atividades, a única preocupação a ter, foi a distribuição de todos os documentos que cada grupo e estação deveria ter, realizar a montagem de todos os espaços e manter todos os participantes em prática e motivados. Terminadas as atividades, cada monitor era responsável por realizar a arrumação de todo material, com a ajuda e supervisão do núcleo de estágio.

Atitude Ético-Profissional

A ética, remete-nos para um conjunto de normas e valores que representam a nossa forma de ser e de estar na vida, o que será traduzido na nossa conduta. Esta dimensão assume uma grande importância, tanto a nível social como profissional, neste caso concreto, que é o contexto escolar, é essencial não só possuir uma boa atitude ética, como também saber transmitir esses valores. Desta forma, após assumirmos o papel de professor/educador, foi necessário, compreender que somos muitas vezes vistos como um modelo a seguir por parte dos alunos, assim a postura a tomar deverá ser a mais adequada, face ao contexto, transmitindo valores como, a confiança, a responsabilidade, o respeito, o sentido de companheirismo e cooperação, ou seja, as atitudes éticas, sociais e morais.

No início do Estágio Pedagógico, apesar de termos a consciência da responsabilidade que estávamos a assumir, a transição da etapa aluno-professor, mostrou-se um pouco complexa, na medida em que existiam alguns receios, principalmente o de não conseguir cumprir o nosso papel da melhor forma. Este receio diminuiu ao longo do tempo, podendo afirmar que a experiência nos forneceu um maior à-vontade para desempenhar este papel e meios para combater as diversas barreiras que pudessem surgir, conseguindo assim atingir os objetivos esperados, levando a um bom rumo o processo de ensino-aprendizagem.

Ao longo de toda a nossa passagem pela escola, mantivemos uma relação boa com todos os professores e funcionários da escola, com um maior destaque para os professores pertencentes ao grupo disciplinar de Educação Física e funcionários responsáveis pelas instalações desportivas, os quais se mostraram sempre disponíveis para nos ajudar no que

fosse preciso, mantendo-nos integrados desde o primeiro dia em que entramos na escola. De destacar ainda, que durante a nossa intervenção, foi-nos solicitado realizar o acompanhamento de um aluno com NE, duas vezes por semana durante a sua aula de EF, uma vez que a turma a que este pertencia era um pouco problemática, sendo difícil para o professor titular conseguir realizar um acompanhamento mais efetivo a este aluno, assim tivemos oportunidade de contactar com um aluno que apresentava bastantes dificuldades e com pequenas adaptações, mantivemo-lo em constante prática, evitando que passasse toda a aula sentado sem realizar qualquer tipo de atividade. Para além deste trabalho de apoio, tivemos sempre disponíveis sempre que nos foi solicitada ajuda ou a nossa presença.

De forma a mantermo-nos constantemente informados e atualizados, realizámos várias pesquisas, principalmente relativas a novos exercícios e métodos de trabalho que nos permitissem facilitar e enriquecer a nossa tarefa de ensino e a aprendizagem dos alunos. Neste sentido foi-nos dada a oportunidade de participar, ao longo do ano, em encontros/palestras que nos possibilitaram enriquecer a nossa formação, nomeadamente, duas ações de formação, uma do programa “FITescola” e uma ação de formação de Pedagogia, participando ainda nas “V Jornadas Científico-Pedagógicas”, “VIII Oficina de Ideias de Educação Física” e no “VIII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física”.

Em suma, gostaríamos de agradecer todas as aprendizagens e interações que nos foram possibilitadas durante este ano letivo, com a sensação de que existiu um crescimento e melhoria interpessoal face às nossas dificuldades, tanto a nível profissional, que nos será útil para o futuro, como a nível pessoal e social através de todos os contactos feitos, conseguindo ainda transmitir valores e conhecimentos úteis para a boa formação dos nossos alunos, e sempre com o objetivo de conseguir que estes se integrem e mantenham uma sociedade com princípios, educada e civilizada.

CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA

PROBLEMA: “Atitudes dos Alunos Face à Inclusão: Estudo comparativo da percepção dos alunos, antes e após a aplicação de uma atividade inclusiva”

3.1. Introdução

Após a declaração de Salamanca (UNESCO, 1994), direcionada para a ação na área das necessidades especiais, que defendia “O princípio fundamental das escolas inclusivas consiste em todos os alunos aprenderem juntos, sempre que possível, independentemente das dificuldades e das diferenças que apresentem. As escolas devem acolher todas as crianças independentemente das suas condições físicas, intelectuais, sociais, emocionais, linguísticas ou outras” (p.11), funcionou como um guia para as políticas educativas dos vários países. Atualmente encontra-se em vigor o Decreto-Lei nº 54/2018 de 6 de julho- “O Programa do XXI Governo Constitucional estabelece como uma das prioridades da ação governativa a aposta numa escola inclusiva onde todos e cada um dos alunos, independentemente da sua situação pessoal e social, encontram respostas que lhes possibilitam a aquisição de um nível de educação e formação facilitadoras da sua plena inclusão social. Esta prioridade política vem concretizar o direito de cada aluno a uma educação inclusiva que responda às suas potencialidades, expectativas e necessidades no âmbito de um projeto educativo comum e plural que proporcione a todos a participação e o sentido de pertença em efetivas condições de equidade, contribuindo assim, decisivamente, para maiores níveis de coesão social. (...)”

Apesar da evolução evidente, surgem ainda algumas possíveis barreiras inerentes à inclusão, nomeadamente no que toca às instalações, aos recursos, mas essencialmente, e na nossa perspetiva, a principal barreira surge na sociedade, no caso concreto da escola, apontamos as atitudes dos professores e dos alunos sem necessidades educativas (NE). Em forma de esclarecimento, quando referimos atitudes não estamos a afirmar que existe um desprezo consciente por parte da comunidade escolar, mas sim uma falta de informação, assim como de estratégias de inclusão.

Surge então o tema de investigação, de forma a compreender as atitudes dos alunos sem NE, do 7º ano do 3º ciclo do ensino básico da Escola Básica com Secundário José Falcão, relativamente ao tema. Após a primeira abordagem temos como objetivo

desenvolver uma atividade inclusiva para mostrar aos alunos que a educação física (EF) e o desporto são abrangentes a toda comunidade escolar, e deste modo a provocar uma mudança positiva face ao tema em questão. No final desta intervenção, iremos avaliar novamente a perceção dos alunos e comparar com os resultados iniciais, de forma a identificar a eficácia da intervenção, face aos objetivos pretendidos.

3.2. Enquadramento Teórico

Num estudo realizado com 683 alunos de idades compreendidas entre os 11 e 16 anos, dos quais 316 do sexo feminino e 367 do sexo masculino, foi essencialmente provado que a versão portuguesa do questionário CAIPE-R é um instrumento válido e confiável para a obtenção de respostas sobre as atitudes e comportamentos dos alunos sem NE face à inclusão nas aulas de EF (Maria J. Campos, Ferreira, & Block, 2013).

Campos e Fernandes (2015), analisaram 109 alunos do 7º ano de escolaridade, 56 do sexo masculino e 53 do sexo feminino, através da versão portuguesa do *Children's Attitudes Towards Integrated Physical Educations-revised (CAIPE-R)*, Block (1995), validado por Campos, Ferreira e Block (2013). O objetivo deste estudo foi analisar e avaliar o impacto que a intervenção inclusiva poderá ter nas atitudes dos alunos sem NE. Através desta análise, os autores concluíram que a “Semana Paralímpica” proporcionou uma grande melhoria, influenciando as atitudes de forma ainda mais positiva face à inclusão escolar. No entanto estes autores defendem que será necessária uma maior investigação nesta área de maneira a encontrar respostas mais eficazes e eficientes face à inclusão nas aulas de EF (Maria João Campos & Fernandes, 2015).

Ao realizar um estudo de revisão, Ruscitti, Thomas e Bentley (2017) procuraram identificar, analisar e criticar os efeitos das aulas de EF inclusivas em alunos sem NE, tendo por base vários estudos já publicados sobre este tema, concluíram que após contacto com atividades inclusivas, os alunos sem NE melhoram o seu ponto de vista e aceitação de alunos com NE, sendo que nem todos os intervenientes da aula (alunos) concordam completamente com as regras e jogos de inclusão na Educação Física (Maria J. Campos, Ferreira, & Block, 2014).

Ao realizar a análise destes estudos foi possível verificar que a prática de atividades inclusivas nas aulas de EF, conseguem alterar e melhorar as perspetivas e

atitudes dos alunos sem NE face à inclusão de sujeitos com NE. Visto que o questionário (CAIPE-R), como referido em cima por Maria J. Campos et al. (2013), foi aprovado, é uma boa ferramenta de análise das perceções de alunos sem NE face à inclusão. Estando todos os estudos analisados em concordância relativamente a esta temática, alertando ainda para a necessidade de serem realizados mais estudos de carácter mais específico.

3.3. Objetivos

3.3.1. Objetivos Gerais

Este estudo tem como objetivo, perceber se após aplicar uma prática de atividades inclusivas na aula de EF, existe mudanças nas atitudes e perceções dos alunos face à inclusão de alunos com NE nas aulas de Educação Física.

3.3.2. Objetivos Específicos

Com base no objetivo geral já descrito, definimos dois objetivos mais específicos:

- Perceber se o facto de ter um amigo ou familiar com deficiência, influência a resposta dos alunos;
- Determinar se existe influência na resposta face ao nível de competitividade dos alunos.

3.4. Metodologia

3.4.1. Participantes

A amostra utilizada neste estudo são, 73 alunos pertencentes a quatro turmas do 7.º ano de escolaridade da Escola Básica com Secundário José Falcão, com idades compreendidas entre os 11 e os 14 anos.

3.4.2. Instrumentos

Foi utilizado como instrumento de medida das atitudes dos alunos face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física, o *Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education – revised – CAIPE-R* (Block, 1995), este que foi traduzido e validado para a língua portuguesa por Campos, Ferreira e Block (2013). O *CAIPE-R*, e procura conferir quais são as atitudes que os alunos têm face à inclusão de alunos com NE nas aulas de Educação Física.

O questionário permite realizar uma descrição de tarefas e comportamentos que são normalmente encontrados num ambiente de inclusão. Este encontra-se dividido em questões acerca do género, idade, ano de escolaridade, contacto prévio existente com pessoas com deficiência e sobre o nível de competitividade dos participantes. Outra parte do questionário, é apresentada e descrita uma situação de um aluno com deficiência física em cadeira de rodas a participar num jogo de basquetebol, esta é constituída por onze perguntas que avaliam a atitude global existente na Educação Física, onde todos os alunos que foram inquiridos devem exprimir a sua concordância, este está dividido em duas escalas: Atitudes gerais de inclusão na aula de EF e Atitudes específicas face às alterações das regras desportivas. Para cada resposta é atribuída uma escala tipo *Likert*, com quatro pontos (Sim; Provavelmente Sim; Provavelmente Não; Não).

3.4.3. Procedimentos

Os procedimentos adotados foram: uma aplicação inicial do teste (CAIPE-R) às quatro turmas. Antes de iniciar a entrega e preenchimento do questionário, foi explicado como este estava construído, a sua forma de preenchimento, que o mesmo era anónimo, não existia repostas corretas ou incorreta e que deveriam responder consoante aquilo que sentiam face as diferentes situações descritas, após estas instruções iniciais, foi ainda dado um exemplo de como responder as questões para nos certificar-mos de que os alunos compreenderam corretamente a forma de preenchimento, sempre que existiram dúvidas estas foram esclarecidas para todo grupo ou individualmente. O questionário foi preenchido durante uma aula teórica de EF, tendo demorado, em média aproximadamente 15 minutos.

Após esta primeira intervenção, foi realizada uma atividade inclusiva com a duração de 50 minutos em cada uma das turmas. Neste dia os alunos tiveram a oportunidade de praticar um aquecimento adaptado (estafetas para indivíduos com Deficiência Visual), seguido de duas modalidades também adaptadas, nomeadamente, voleibol e basquetebol (sentados, para indivíduos com Deficiência Motora). A organização da aula foi pensada em circuito, as diferentes atividades estavam distribuídas por estações, com a duração de 10 minutos cada. Após a atividade foi novamente aplicado o questionário às quatro turmas.

3.4.4. Tratamento dos Dados

Foi realizada a comparação entre as respostas obtidas no primeiro e segundo questionário, concluindo assim se a prática e experimentação de atividades inclusivas traz benefícios para uma melhor inclusão de alunos com NE, por parte de alunos sem NE. Para isso foi executado o tratamento estatístico dos dados, recorrendo ao programa informático IBM SPSS Statistics, na versão 25, para o Windows.

3.5. Apresentação dos Resultados

		Familiar ou amigo com deficiência ou necessidades especiais			
		Sim		Não	
		Frequência	%	Frequência	%
Seria bom ter o João na minha aula de Educação Física.	Sim	14	58,3%	20	40,8%
	Provavelmente Sim	10	41,7%	21	42,9%
	Provavelmente Não	0	0,0%	8	16,3%
	Não	0	0,0%	0	0,0%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu conversaria com ele e seria seu amigo.	Sim	23	95,8%	33	67,3%
	Provavelmente Sim	0	0,0%	12	24,5%
	Provavelmente Não	1	4,2%	4	8,2%
	Não	0	0,0%	0	0,0%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, gostaria de ajudá-lo a jogar.	Sim	17	70,8%	36	73,5%
	Provavelmente Sim	7	29,2%	9	18,4%
	Provavelmente Não	0	0,0%	4	8,2%
	Não	0	0,0%	0	0,0%
Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo.	Sim	21	87,5%	39	79,6%
	Provavelmente sim	2	8,3%	6	12,2%
	Provavelmente Não	0	0,0%	4	8,2%
	Não	1	4,2%	0	0,0%

Tabela 2 - Familiares ou amigos com NE

Acima temos representada a tabela com as respostas dadas pelos alunos com familiares e/ou amigos com Necessidade Educativas Especiais, relativamente a quatro perguntas que destacamos devido ao facto destas representarem quatro questões essenciais, nomeadamente, a questão inclusiva (primeira pergunta), a questão social (segunda pergunta), a questão relativa à interajuda e cooperação (terceira pergunta) e a questão referente à alteração de regras (quarta pergunta).

Foi possível observar, através dos resultados obtidos, que as respostas, de todos os alunos, com e sem familiares e/ou amigos com NE, foram bastante positivas, sendo possível afirmar que os alunos com familiares e/ou amigos com NE apresentaram respostas ainda mais positivas, sendo que na primeira e terceira perguntas, 100% dos inquiridos, responderam que “seria bom ter o João na aula de EF” e que “gostariam de ajudá-lo”. Na segunda e quarta pergunta, também com uma percentagem bastante significativa (95,8%), os inquiridos, afirmaram que conversariam com o João e seriam seus amigos e ainda que estavam dispostos a adaptar as regras da modalidade em prol do benefício do colega.

Desta forma, que apesar da aceitação geral de todos os alunos, é possível concluir, que os alunos com contacto prévio com indivíduos com NE, demonstram uma maior aceitação face à inclusão dos mesmos.

		Nível de competitividade					
		Muito competitivo		Mais ou menos competitivo		Não competitivo	
		Frequência	%	Frequência	%	Frequência	%
Seria bom ter o João na minha aula de Educação Física.	Sim	3	37,5%	26	48,1%	5	45,5%
	Provavelmente sim	3	37,5%	22	40,7%	6	54,5%
	Provavelmente não	2	25,0%	6	11,1%	0	0,0%
	Não	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu conversaria com ele e seria seu amigo.	Sim	6	75,0%	39	72,2%	11	100,0%
	Provavelmente sim	1	12,5%	11	20,4%	0	0,0%
	Provavelmente não	1	12,5%	4	7,4%	0	0,0%
	Não	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, gostaria de ajudá-lo a jogar.	Sim	6	75,0%	37	68,5%	10	90,9%
	Provavelmente sim	2	25,0%	13	24,1%	1	9,1%
	Provavelmente não	0	0,0%	4	7,4%	0	0,0%
	Não	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo.	Sim	7	87,5%	45	83,3%	8	72,7%
	Provavelmente sim	1	12,5%	5	9,3%	2	18,2%
	Provavelmente não	0	0,0%	4	7,4%	0	0,0%
	Não	0	0,0%	0	0,0%	1	9,1%

Tabela 3 - Nível de Competitividade

Relativamente à tabela apresentada acima, em que são cruzadas as respostas dos alunos com o seu nível de competitividade, mais uma vez, deparamo-nos com um cenário bastante positivo no que toca à generalidade da amostra. Sendo possível observar, nos resultados dos alunos que afirmaram ser pouco competitivos, que a sua aceitação foi sempre positiva na primeira, segunda e terceira pergunta, enquanto que na quarta pergunta um aluno se apresentou contra a mudança das regras da modalidade para o aluno com NE. Os resultados dos alunos que se identificaram como mais ou menos competitivos, diferiram ligeiramente, sendo que a aceitação face à inclusão teve uma percentagem positiva considerável, mas ainda assim, podemos constatar a incerteza de alguns alunos, que optaram pela resposta “provavelmente não” relativamente às quatro questões que destacamos.

Por outro lado, nos alunos que afirmaram ser muito competitivos, foi possível verificar a existência de resultados mais negativos, com 25% na primeira pergunta e 12% na segunda pergunta, percentagem que consideramos pouco relevantes.

O resultado mais inesperado prende-se com as respostas à pergunta quatro, estando nós a falar de alunos que admitem ser muito competitivos, era de esperar que estes se apresentassem contra a mudança das regras das modalidades em benefícios do aluno com NE, o que não aconteceu, sendo que estes apresentaram uma percentagem igual a 100%, de resposta positivas.

Questão	Respostas	1ª intervenção		2ª intervenção	
		Frequência	%	Frequência	%
Seria bom ter o João na minha aula de Educação Física.	Sim	34	46,58%	54	73,97%
	Provavelmente Sim	31	42,47%	17	23,29%
	Provavelmente Não	8	10,96%	2	2,74%
	Não	0	0,00%	0	0,00%
Uma vez que o João não consegue jogar muito bem, ele iria tornar o jogo mais lento para todos.	Sim	9	12,33%	6	8,22%
	Provavelmente Sim	41	56,16%	32	43,84%
	Provavelmente Não	16	21,92%	16	21,92%
	Não	7	9,59%	19	26,03%
Se estivéssemos a praticar um jogo de equipa como o basquetebol, seria bom ter o João na equipa.	Sim	12	16,44%	32	43,84%
	Provavelmente Sim	20	27,40%	26	35,62%
	Provavelmente Não	34	46,58%	14	19,18%
	Não	7	9,59%	1	1,37%
A educação Física seria divertida se o João estivesse nas minhas aulas.	Sim	37	50,68%	44	60,27%
	Provavelmente Sim	24	32,88%	27	36,99%
	Provavelmente Não	12	16,44%	1	1,37%
	Não	0	0,00%	1	1,37%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu conversaria com ele e seria seu amigo.	Sim	56	76,71%	59	80,82%
	Provavelmente Sim	12	16,44%	10	13,70%
	Provavelmente Não	5	6,85%	4	5,48%
	Não	0	0,00%	0	0,00%
Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu gostaria de ajudá-lo a jogar.	Sim	53	72,60%	59	80,82%
	Provavelmente Sim	16	21,92%	11	15,07%
	Provavelmente não	4	5,48%	3	4,11%
	Não	0	0,00%	0	0,00%
Se estivéssemos a jogar basquetebol, eu estaria disposto a passar a bola ao João	Sim	49	67,12%	50	68,49%
	Provavelmente Sim	17	23,29%	19	26,03%
	Provavelmente Não	3	4,11%	4	5,48%
	Não	4	5,48%	0	0,00%
Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João Lançasse a bola para um cesto mais baixo	Sim	60	82,19%	62	84,93%
	Provavelmente Sim	8	10,96%	11	15,07%
	Provavelmente Não	4	5,48%	0	0,00%
	Não	1	1,37%	0	0,00%
Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João estivesse na área restritiva ("garrafão"), permitiria que ele permanecesse por mais tempo (cinco segundo em vez de três).	Sim	54	73,97%	57	78,08%
	Provavelmente Sim	13	17,81%	13	17,81%
	Provavelmente Não	5	6,85%	3	4,11%
	Não	1	1,37%	0	0,00%
Seria bom deixar o João fazer passes livremente para um colega de equipa (ou seja, ninguém poderia roubar a bola ao João).	Sim	28	38,36%	43	58,90%
	Provavelmente Sim	28	38,36%	15	20,55%
	Provavelmente Não	11	15,07%	13	17,81%
	Não	6	8,22%	2	2,74%
Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João pegasse na bola, ajudaria e cooperaria para que ele marcasse um cesto (estando o João na minha equipa)	Sim	46	63,01%	52	71,23%
	Provavelmente Sim	18	24,66%	17	23,29%
	Provavelmente Não	8	10,96%	4	5,48%
	Não	1	1,37%	0	0,00%

Tabela 4 - Comparação entre a primeira e segunda intervenções

A tabela apresentada, representa a comparação dos resultados entre a primeira e a segunda intervenção. Podemos verificar que a generalidade da amostra apresentou resultados mais positivos, o que sugere que a sua perceção relativamente à inclusão de alunos com NE na aula de Educação Física, melhorou após a intervenção prática de exercícios inclusivos.

Podemos desta forma concluir que os alunos que constituem a amostra, apesar de demonstrarem inicialmente uma atitude bastante positiva no que toca à inclusão de alunos com NE, ficaram a entender, após a intervenção prática, que é possível adaptar as modalidades, o espaço e o método de trabalho, de forma a inserir todos os alunos na tarefa e fazer com que esta seja didática, divertida e motivadora para todos.

3.6. Discussão dos Resultados

Como foi referido acima, no ponto do enquadramento teórico e após a análise das conclusões obtidas nos estudos elaborados anteriormente, era de esperar que os resultados alcançados no presente estudo fossem positivos, mesmo antes da intervenção pedagógica prática, o que foi efetivamente comprovado.

Optámos por cruzar os resultados com as questões relativas à inclusão de um aluno com NE nas aulas, com as variáveis correspondentes, há existência de um amigo e/ou familiar com NE e à classificação relativa ao seu nível de competitividade, por pensarmos que estas teriam uma maior influência nos resultados. Este aspeto foi confirmado, na medida que os alunos que já tinham contactado previamente com alguém portador de algum tipo de deficiência, tenha sido um familiar ou amigo, e mostraram logo na primeira intervenção respostas bastante positivas face à interação e inclusão destes indivíduos na aula de Educação Física, talvez por terem uma maior noção do que eles são capazes de fazer, deixando de parte algum possível preconceito. A competitividade, também se apresentou como uma barreira para a inclusão, uma possível explicação que encontramos foi a vontade que os alunos têm de ganhar, o que poderá fazer com que estes tenham algumas incertezas e receios face ao desempenho do aluno com NE. Apesar de tudo o que foi referido e mesmo existindo uma pequena minoria com uma perceção mais negativa, a totalidade demonstrou mais uma vez uma boa aceitação e consequentemente resultados mais positivos.

Em suma, e reforçando mais uma vez a análise da Tabela 4 que representa a comparação entre os primeiros e segundos resultados, tendo em consideração que os segundos resultados foram recolhidos após uma intervenção pedagógica inclusiva, podemos afirmar com convicção que esta experiência reforçou positivamente a perceção dos alunos de uma forma global.

3.7. Limitações e Extensão do Estudo

A principal limitação, na nossa perceção, prendeu-se com a faixa etária da amostra, na medida em que os questionários foram aplicados a quatro turmas do 7.º ano, e apesar de termos explicado várias vezes como preencher o questionário, apercebemo-nos de algumas incoerências por parte dos alunos, por exemplo no segundo momento de preenchimento do questionário, após a atividade inclusiva prática, nas perguntas, “Já alguma vez experimentaste alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência?” e “Já alguma vez assististe a alguma modalidade desportiva ou a algum evento desportivo para pessoas com deficiência?”, existiram algumas respostas “não”, quando a única resposta possível era o “sim”, o que tinha sido previamente explicado pelo professor.

Outra limitação, ainda que não tenha tido um grande impacto nos resultados, prendeu-se com o facto de no dia da intervenção prática, existirem alguns alunos de fora, por motivo de lesão ou simplesmente porque não trouxeram equipamento, no entanto estes estiveram a assistir à atividade.

3.8. Conclusão

Por entendermos todas as condicionantes que giram em torno dos alunos com deficiência, consideramos este tema bastante importante e interessante, sendo que o objetivo inicial passava por entender se seria possível contar com a ajuda dos colegas de turma para trabalhar nesta integração e cooperação. Para isso, antes de iniciar este trabalho de mudança, entendemos ser importante conhecer a nossa amostra, principalmente para que fosse possível ter um ponto de partida e constatar se a intervenção prática estava efetivamente a surtir efeito face aos resultados positivos que procurávamos atingir.

Desta forma, podemos afirmar, que este estudo permitiu-nos entender a percepção dos alunos relativa à inclusão de alunos com Necessidades Educativas. Mais do que entender e aprofundar o tema em questão, o trabalho/intervenção feito/a permitiu-nos também mudar algumas opiniões e quebrar alguns preconceitos relativos a este tema tão delicado. Podemos afirmar com convicção que os objetivos foram atingidos e que a população está cada vez mais informada e sensibilizada, relativamente ao tema em questão, sendo possível observar notoriamente essa mudança por parte dos alunos, deixando a ideia de que “mantem-se a convicção de que alunos e professores se constituem como elementos chave e facilitadores das relações intergrupais para a implementação de uma verdadeira inclusão educativa e, como tal, torna-se crucial a promoção de atitudes positivas nas aulas de Educação Física” (Campos & Fernandes, .

CONCLUSÃO

Este documento pretende demonstrar e descrever todo o trabalho realizado ao longo deste ano letivo, focando todas as aprendizagens adquiridas e dificuldades sentidas durante o estágio pedagógico.

Entramos nesta etapa, conscientes da grande responsabilidade que estávamos a assumir, existindo um constante cuidado por corresponder da melhor forma a todos os desafios que nos eram propostos, tendo sempre como base a importância dos valores básicos pessoais e sociais e procurando não só ensinar, como também educar os alunos da melhor forma, o que conseqüentemente se refletiu na melhoria do processo de ensino aprendizagem.

Esta foi uma experiência única, apresentando-se como o nosso primeiro contacto como professores no contexto escolar real. O início foi marcado por alguns receios, face ao desconhecido e principalmente ao medo de falhar, no entanto, neste momento restamos um sentimento de gratidão face a todas as oportunidades, aprendizagens e às habilidades que nos foram proporcionadas, conduzindo a um desenvolvimento e melhoria da nossa atividade enquanto docente, culminando com a sensação de dever cumprido e com a consciência de que há muito mais para aprender.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado, J. (2010). A indisciplina e a formação do professor competente. . Lisboa: Alameda da Universidade.
- Amado, J. (2001). *Interacção Pedagógica e Indisciplina na Aula*. Porto: Edições ASA .
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bueno, C., & Salvador, M. (21 de 05 de 2017). (s.d.). Ministério da Educação. Obtido de http://portal.mec.gov.br/secad/arquivos/pdf/eja_caderno4.pdf
- Campos, M. J., & Fernandes, C. (2015). (s.d.). Im pact of the Paralympic Week in Students ' Attitudes Toward I nclusion Impacto da Semana Paralímpica nas Atitudes dos Alunos Face à inclusão. *Revista Científica Da FPDD*, 1(1), 5–11.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (s.d.). (2013).An Analysis Into the Structure, Validity and Reliability of the Children'S Attitudes Towards Integrated Physical Education-Revised (Caipe-R). *European Journal of Adapted Physical Activity*, 6(2), 29–37.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (s.d.). (2014). Influence of an Awareness Program on Portuguese Middle and High School Students' Perceptions of Peers with Disabilities. *Psychological Reports*, 115(3), 897–912. <https://doi.org/10.2466/11.15.pr0.115c2>.
- Feiman-Nemser, S. (s.d.). Teacher preparation: Structural and conceptual alternatives. In W.R.Houston, M. Huberman, & J. Sikula (Eds.), *Handbook of research in teacher education* (pp. 212-223). New York: Macmillan.
- Ferry, G. (s.d.). *Le trajet de la formation*. Paris: Dunod.
- Filho, L., Soares, C., Taffarel, C., Varjal, E., Escobar, M., & Bracht, V. (2009). *Metodologia do Ensino de Educação Física* (2ª ed.). São Paulo: Cortez.
- Hadji, C. (1994). *Avaliação, regras do jogo*. Porto: Porto Editora. (s.d.).
- Klosouski, S. & Reali, K. Planejamento de ensino como ferramenta básica do processo. *Revista Eletrônica Lato Sensu*. Obtido em 6 de maio de 2019, de <https://sistemas.ufrn.br/shared/verArquivo?idArquivo=2557996&key=07374bb66a6bb990ca1fe6966ad1ea3c>
- McCaughtry, N., Tischler, A. & Flory, S. (2008). The Ecology of the Gym: Recomceptualized and Extended, *Quest*, 60, pp 268-289.
- Nobre, P. R. (2009). *295-Contributos Para Uma Avaliação Curricular da Escola: A Avaliação do PCE*. Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

- Oliveira, M. T. (2002). A Indisciplina em Aulas de Educação Física - Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de educação física do 2º e 3º ciclos do ensino básico. Viseu: Instituto Superior Politécnico de Viseu .
- Peralta, M. H. (2002). Projetos curriculares e trabalho colaborativo na escola. IN ME/DED, Gestão Flexível do Currículo. Reflexões de formadores e investigadores. Lisboa: Departamento de Educação Física.
- Piéron , M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las físico-deportivas. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Quina, J. (2009). A Organização do Processo de Ensino em Educação Física. Série Estudos. Instituto Politécnico de Bragança. 91. p.77.
- Rezer, R. (2014). Educação Física na Educação Superior: trabalho docente, epistemologia e hermenêutica. Chapecó: Argos Editora da Unochapecó.
- Ribeiro-Silva, E.; Fachada, M.; Nobre, P. (2018), Prática Pedagógica Supervisionada II, Edição FCDEFUC, Coimbra, ISBN 978-989-96807-7-7.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). Melhorar a Aprendizagem Optimizando a Instrução. In António Rosado e Isabel Mesquita, (eds). Pedagogia do Desporto, (pp. 69-130). Lisboa, Cruz Quebrada: FMH.
- Rosenshine, B. (1970). Evaluation os classroom instruction. Review of Educational Research. 40, 279-300.
- Ruscitti, R. J., Thomas, S. G., & Bentley, D. C. (s.d.). (2017). The experiences of students without disabilities in inclusive physical education classrooms: a review of literature*. Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education, 8(3). <https://doi.org/10.1080/17447357.2017.1380000>
- Siedentop, D. (2008). Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona: INDE.
- Silva, E. & Nobre, P. (2015). O Perfil do Professor de Educação Física na Perspectiva dos Alunos em Formação Inicial. Comunicação apresentada no ÁGORA para la educación física y el deporte. Coimbra: Universidade de Coimbra.
- Tani, G; Junior, C. M.; Catuzzo, M. T. (2010). Aprendizagem Motora e Educação Física: pesquisa e intervenção. In J. O. Bento; G. Tani; A. Prista. (org.). Desporto e educação física em português. Porto: Universidade do Porto.
- Tenbrink, T. (1999). Evaluación: Guia Práctica para Profesores (5ª Ed.). Madrid: Narcea Ediciones.
- Zeichner, K. (1983). Alternative paradigms of teacher education. Journal of Teacher Education, 34(3), 3-9.

Decreto de Lei:

Decreto Lei nº 54/2018. de 6 de julho de 2018. Estabelece o regime jurídico da educação inclusiva. Diário da República Eletrónico, Ministros, P.C. pp. 2918 - 2928.

ANEXOS

Anexo I – Ficha Individual do Aluno

FICHA INDIVIDUAL DE ALUNO

1. IDENTIFICAÇÃO DO ALUNO

Nome _____ Turma: 7º ___ N.º: ___ Idade: _____

2. MEIO DE TRANSPORTE

Habitualmente, como é que te deslocas para a escola?

A pé Mota
Automóvel Bicicleta
Transporte público

Quanto tempo demoras a chegar à escola? _____ minutos.

3. SAÚDE E HÁBITOS DE HIGIENE

Tens dificuldades de audição?

Sim Não

Tens dificuldades de visão?

Sim Não

Tens alguma doença crónica ou problema de saúde?

Sim Não

Se sim, qual/quais? _____.

Tiveste alguma lesão desportiva recentemente?

Sim Não

Se sim, qual e quando? _____

4. VIDA ESCOLAR

Gostas de frequentar a escola? Sim Não

O que mais gostas na escola?

Convívio com os teus colegas	Fazer novos amigos	Aprender	
Professores	Tempos livres	Outro motivo? Qual?	

O que gostarias que a escola tivesse e não tem?

_____.

Qual a tua disciplina preferida? _____.

Qual a(s) disciplina(s) em que tens mais dificuldades? _____.

Quais as razões para essas dificuldades:

Falta de estudo	Dificuldades de compreensão	Ensino dos professores	
Falta de interesse	Pouco tempo para aprender a matéria	Problemas de saúde	

Outra, Qual? _____

4. ALIMENTAÇÃO

Que refeições fazes diariamente?

Pequeno-almoço	
Meio da manhã	
Almoço	
Lanche	
Jantar	
Ceia	

Onde costumás almoçar?

Casa	
Cantina da escola	
Bar da escola	
Café	
Não almoço	

6. TEMPOS LIVRES

Ordena de 1 a 5 as atividades de tempos livres a que dedicas mais tempo:

- 1 – Passo pouco tempo
- 2 – Passo algum tempo
- 3 – Passo com alguma frequência
- 4 – Passo muito tempo
- 5 – Passo com muita frequência

Ver Televisão		Ir às compras	
Conversar com amigos		Auxílio dos familiares	
Ler		Estar sozinho	
Computador		Ir ao cinema/teatro/concertos	
Fazer trabalhos escolares		Playstation	

7. HÁBITOS DESPORTIVOS

Praticas algum desporto (fora da escola)? Sim Não

Se sim, qual / quais? _____

Quanto tempo passas por semana? _____

Se não porquê? _____

8. EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

Desde quando tens E.F. na escola?

Pré-Primária		1º Ciclo		2º Ciclo	
--------------	--	----------	--	----------	--

Que mais gostas na aula de E.F.?

Praticar Desporto		Benefícios para a saúde		Ajuda a libertar o stress	
Aprender e evoluir nas várias Matérias lecionadas		Convivência com os colegas/ Trabalho de equipa		Experimentar novas modalidades	

Que menos gostas na aula de E.F.

Correr/ Praticar exercício físico		Jogos Desportivos Coletivos		Jogos Tradicionais: Ex: jogo da mata, jogo da bola ao Capitão	
Tomar banho		Jogos Desportivos Individuais		Aquecimento	

Qual a nota final que tiveste no ano passado a Educação Física? _____

O ano passado estiveste envolvido no Desporto Escolar? Sim Não

Se sim, em qual/quais modalidades?

Na tua opinião qual a utilidade da E.F. na escola?

Benefícios para a saúde		Controlo de peso	
Aprendizagem de novos desportos		Preparação/ aptidão Física	

Quais as modalidades que gostavas de praticar (Educação Física)?

Futebol		Ténis	
Voleibol		Patinagem	
Andebol		Ginástica de solo	
Basquetebol		Ginástica acrobática	
Tag Rugby		Ginástica de aparelhos	
Badminton		Atletismo	
Natação		Dança	

Quais as modalidades que NÃO gostavas de praticar (Educação Física)?

Futebol		Ténis	
Voleibol		Patinagem	
Andebol		Ginástica de solo	
Basquetebol		Ginástica acrobática	
Tag Rugby		Ginástica de aparelhos	
Badminton		Atletismo	
Natação		Dança	

Obrigado pela tua colaboração!

Anexo II – Plano Anual

Planeamento Anual – 2018/2019

Calendário letivo e respetivas interrupções

1º PERÍODO: De 14 de setembro até 14 de dezembro	1ª INTERRUPTÃO: De 14 de dezembro a 2 de janeiro
2º PERÍODO: De 3 de janeiro a 5 de abril	2ª INTERRUPTÃO: De 4 a 6 março
3º PERÍODO: De 23 de abril a 5 de junho	3ª INTERRUPTÃO: De 8 a 22 de abril

Distribuição de Aulas

3 blocos de 50 minutos/semana		
1º PERÍODO	2º PERÍODO	3º PERÍODO
13 Semanas	12 Semanas	8 Semanas
13 (2ªs feiras)	12 (2ªs feiras)	7 (2ªs feiras)
13 (3ªs feiras)	12 (3ªs feiras)	8 (3ªs feiras)
13 (4ªs feiras)	12 (5ªs feiras)	7 (5ªs feiras)
39 blocos de 50 minutos	36 blocos de 50 minutos	22 blocos de 50 minutos
TOTAL ANO: 97 AULAS de 50 minutos		

Rotação de Espaços

Espaços utilizados	Rotações de espaços
A1 – Pista de corridas e Caixa de areia; R2 – Campo exterior descoberto; R1 – Campo exterior descoberto; G1 – 1/3 do Pavilhão; G2 – 1/3 do Pavilhão; G3 – 1/3 do Pavilhão; - Piscina.	1ª Rotação - 17/09 a 02/11/2018 2ª Rotação - 05/11 a 14/12/2018 3ª Rotação - 03/01 a 15/02/2019 4ª Rotação - 18/02 a 05/04/2019 5ª Rotação - 23/04 a 17/05/2019 6ª Rotação - 20/05 a 14/06/2019

Distribuição das Matérias/Modalidades

- Ginástica;
- Badminton;

- Atletismo;
- Basquetebol;
- Tag Rugby;
- Voleibol;
- Natação;
- 2 avaliações de condição física, uma no 1º período, e uma no 2º período em que serão realizados os testes de FITescola que foram selecionados pelo grupo;
- 3 testes escritos, um por período letivo.

Período	Espaço	Modalidade/Conteúdo	Nº de aulas 50 minutos	Total de aulas 50 minutos
1º Período	R1	Apresentação	1	39
		BASQUETEBOL	17	
		1ª Avaliação - Testes FITescola	3	
	G1	VOLEIBOL	17	
		Teste Escrito	1	
2º Período	Piscina	NATAÇÃO	11	36
		Condição Física	5	
		Desporto Escolar	2	
	G2	2ª Avaliação - Testes FITescola	3	
		Teste Escrito	1	
		BADMINTON	13	
		Desporto Escolar	1	
3º Período	R2/A1	TAG RUGBY	5	22
		ATLETISMO	4	
		Desporto Escolar	1	
	G3	Teste Escrito	1	
		GINÁSTICA	11	

Anexo III – Planejamento e Extensão de Conteúdos da Unidade Didática (exemplo)

7º Ano	Basquetebol																				
Mês	Setembro						Outubro														
Data	17	18	19	24	25	26	1	2	3	8	9	10	15	16	17	22	23	24	29	30	31
Nº de aula	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Conteúdos																					
Pega da Bola	Apr	AFI		I	E	E	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Posição base	Apr	AFI		I	E	E	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Passê Picado	Apr	AFI		I	E	E	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Passê de Peito	Apr	AFI		I	E	E	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Recepção	Apr	AFI		I	E	E	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Drible	Apr	AFI				I	E	E / AF	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Lançamento em apoio	Apr	AFI						I	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Lançamento na passada	Apr	AFI						I	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Ressalto	Apr							I	E	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Paragem a 1 e 2 tempos	Apr								I	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.
Jogos Reduzidos	Apr		AFI						I	Fitescola	Fitescola	Fitescola	E	E / AF	E / AF	E	C / AF	C / AF	Av. Sum.	Av. Sum.	Av. Sum.

Legenda:
Apr - Apresentação
AFI - Avaliação Formativa Inicial
AF - Avaliação Formativa
Av. Sum. - Avaliação Sumativa
I - Introdução
E - Exercitação
C - Consolidação
Fitescola

Anexo IV – Plano de Aula (exemplo)

Plano Aula			
Professor(a):		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Período: 2	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula: -- min
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			

Tempo		Objetivos específicos	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito	Observações
T	P					
Parte Inicial da Aula						
Parte Fundamental da Aula						
Parte Final da Aula						

Fundamentação/Justificação das opções tomadas (tarefas e sua sequência):

--

Reflexão Crítica / Relatório da Aula:

<u>Instrução:</u>
<u>Gestão:</u>
<u>Clima e Disciplina:</u>
<u>Decisões de ajustamento:</u>
<u>Aspetos positivos mais salientes:</u>
<u>Oportunidades de melhoria:</u>

Anexo V – Grelha de Avaliação Formativa Inicial (exemplo)

GRELHA DE AVALIAÇÃO FORMATIVA INICIAL - 7ºC												
Unidade Didática		BADMINTON										
CONTEÚDOS		Posição Base	Pega	Clear		Lob		Serviço		Deslocamento	Domínio Socio Afetivo	Nível
Nº	Nome do Aluno			Cooperação	Jogo	Cooperação	Jogo	Curto	Comprido			
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												

LEGENDA	
1	Insuficiente
2	Suficiente
3	Bom

Legenda	
Introdutório	
Elementar	

LEGENDA	
1	Não executa
2	Executa com dificuldade
3	Executa

Anexo VI – Grelha de Avaliação Formativa (exemplo)

Avaliação Formativa - (7°C)																			
Unidade Didática		Badminton																	
Mês		Fevereiro						Março							Abril				
Data		18	19	20	25	26	27	11	12	13	18	19	20	25	26	27	1	2	3
Aula		58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
1		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
2		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
3		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
4		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
5		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
6		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
7		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
8		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
9		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
10		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
11		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
12		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
13		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
14		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
15		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
16		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	
17		Fitescol.	Fitescol.	Fitescol.	Teste				D.E								Av. Sum.	Av. Sum.	

Legenda:
PB - Posição Base
P - Pega da Raquete
DS - Deslocamento
S.Curto - Serviço Curto
S.Comp. - Serviço Comprido
L - Lob
C - Clear
J - Situação de Jogo
DSA - Domínio Socio-Afetivo
DC - Domínio Cognitivo

Legenda	
Muito Insuficiente	1
Insuficiente	2
Suficiente	3
Bom	4
Muito Bom	5

Anexo VII – Grelha de Avaliação Sumativa (exemplo)

GRELHA DE AVALIAÇÃO SUMATIVA - (7ºC)																			
Unidade Didática		BADMINTON																	
Conteúdos		PRÁTICA										ATTITUDES E VALORES							
		Posição Base	Pega	Clear		Lob		Serviço		Deslocamento	Nível	Nível	D/O	R/R	E/E	R/E	M	Nível	Nível
Cooperação	Jogo			Cooperação	Jogo	Curto	Comprido												
Nº	Nome do Aluno																		
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			

LEGENDA	
1	Muito Insuficiente
2	Insuficiente
3	Suficiente
4	Bom
5	Muito Bom

NÍVEL	
1	1 - 19
2	20 - 49
3	50 - 69
4	70 - 89
5	90 - 100

ATTITUDES E VALORES	
D/O	Intervém de forma disciplinada e oportuna
R/R	Respeita o outro e a diferença
E/E	Revela espírito e entreatajuda
R/E	Atua com responsabilidade e empenho
M	Traz o material necessário para a aula

Anexo IX – Ficha de Autoavaliação do Aluno (exemplo)

Nome: _____ N.º ____ Ano: ____ Turma: ____

Para fazeres a tua **AUTOAVALIAÇÃO** assinala com uma cruz de forma consciente no critério qualitativo correspondente.

	I Período			II Período			III Período		
	Nunca	Às vezes	Sempre	Nunca	Às vezes	Sempre	Nunca	Às vezes	Sempre
Domínio das Atitudes e Valores (25%)									
Intervenho de forma disciplinada e oportuna									
Respeito o outro e a diferença									
Revelo espírito de entreajuda									
Atuo com responsabilidade e empenho									
Trago o material necessário para a aula									
Domínio Cognitivo (20%)									
Relaciono aptidão física e saúde e sei identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável									
Interpreto a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos									
Domínio Psicomotor (55%)									
Domino exigências de carácter técnico									
Domino exigências de carácter tático									
Desenvolvo capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola.									
Classificação	Basquetebol			Natação			Atletismo		
	Voleibol			Badminton			Bitoque Rugby		
				FITescola			Ginástica		
Autoavaliação	I Período			II Período			III Período		

Anexo X – Questionário “Atitudes dos Alunos Face à Educação Física Inclusiva” – Preenchido pelos alunos (exemplo)



FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

ATITUDES DOS ALUNOS FACE À EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA

Tradução autorizada e efetuada por Campos & Ferreira, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, a partir do questionário *Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education - Revised (CAIPE - R)*, Block (1995).

Orientações gerais:

Este questionário contém uma série de afirmações sobre as aulas de Educação Física. Não há respostas certas ou erradas, apenas se pretende saber a tua opinião sobre a possível participação de um aluno, a quem vamos chamar João, que poderia vir a frequentar a tua aula de Educação Física. As respostas são anónimas e confidenciais.

O João tem a mesma idade que tu, mas não consegue andar e usa uma cadeira de rodas para se deslocar. O João gosta de participar nos mesmos jogos que tu, mas não o faz muito bem. Apesar de conseguir impulsionar a cadeira de rodas, ele é mais lento que tu e cansa-se facilmente. O João consegue lançar uma bola, mas não muito longe. Ele consegue segurar as bolas que são jogadas directamente para ele, e consegue acertar numa bola com uma raquete, mas não consegue lançar uma bola de basquetebol com altura suficiente para encestá-la. Pelo facto das suas pernas não se moverem, ele não consegue chutar uma bola.

Pensa no João ao ler as frases e assinala com uma cruz a resposta que melhor descreve a tua opinião.

	SIM	PROVAVEL- MENTE SIM	PROVAVEL- MENTE NÃO	NÃO
1) Seria bom ter o João na minha aula de Educação Física.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Uma vez que o João não consegue jogar muito bem, ele iria tornar o jogo mais lento para todos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Se estivéssemos a praticar um jogo de equipa como o basquetebol, seria bom ter o João na equipa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) A Educação Física seria divertida se o João estivesse nas minhas aulas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu conversaria com ele e seria seu amigo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, gostaria de ajudá-lo a jogar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Se estivéssemos a jogar basquetebol, eu estaria disposto a passar a bola ao João.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Que alterações nas regras acharias correcto fazer, para que um aluno como o João pudesse jogar basquetebol?				
8) Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João estivesse na área restritiva ("garrafão"), permitiria que ele permanecesse por mais tempo (cinco segundo em vez de três).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Seria bom deixar o João fazer passes livremente para um colega de equipa (ou seja, ninguém poderia roubar a bola ao João).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João pegasse na bola, ajudaria e cooperaria para que ele marcasse um cesto (estando o João na minha equipa).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Iniciais do Nome: _____ Ano e Turma _____

Idade: _____ Data de nascimento ____/____/____

Género: Masculino Feminino

.....
Assinala com uma cruz (X) a opção :

1) **SIM**, alguém da minha família ou um amigo meu tem uma deficiência ou com necessidades especiais.

NÃO, eu não tenho nenhum membro da minha família, nem amigos com deficiência ou com necessidades especiais.

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tem? _____

2) **SIM**, na minha turma tenho ou já tive um aluno com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um colega na turma com deficiência ou com necessidades especiais

3) **SIM**, nas minhas aulas de Educação Física tenho ou já tive um aluno com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um colega na aula de Educação Física, com deficiência ou com necessidades especiais.

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tinha? _____

4) Eu sou:

MUITO COMPETITIVO(A)
(Eu gosto de vencer, e fico frustrado(a) quando perco).

MAIS OU MENOS COMPETITIVO(A)
(Eu gosto de vencer, mas não importa se perco algumas vezes).

NÃO COMPETITIVO(A)
(Realmente não importa se ganho ou perco, eu só jogo para me divertir).

5) Já alguma vez experimentaste alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência?

Sim Não

Se sim, onde: _____

6) Já alguma vez assististe a alguma modalidade desportiva ou a algum evento desportivo para pessoas com deficiência?

Sim Não

Se sim, onde: _____

Muito Obrigado pela colaboração!

Data: ____ / ____ / ____

Anexo XI – Cartaz Atividade “PáscoAbrir”

INSCRIÇÕES
ATÉ DIA 30 DE MARÇO

2º e 3º CICLO



PÁSCOABRIR'19

QUINTA DA PAIVA DIA 08/04	PAVILHÃO MUNICIPAL DIA 09/04	PISCINA MUNICIPAL DIA 09/04
PEDDY PAPPER SLACKLINE FUTEBOL RUGBY BOCCIA PARALELAS CIRCUITO TIRO (ARCO & ZARABATANA)	CORFEBOL DANÇA JOGOS TRADICIONAIS HÓQUEI EM CAMPO	HIDROGINÁSTICA CIRCUITO POLO AQUÁTICO PADDLE



Co-financiada por



Anexo XII – Certificado Ação de Formação – Programa FITescola



CERTIFICADO

Ação de formação - Programa FITescola

Para os devidos efeitos se declara que **João Filipe Silva Lucas** participou na **Ação de Formação – Programa FITescola**, organizada pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, que teve lugar no dia 7 de setembro de 2018. A formação teve a duração de cinco horas.

D. S.
O Diretor
UNIVERSIDADE DE COIMBRA
(Prof. Doutor António Figueiredo)

Anexo XIII – Certificado de Participação – VIII Oficina de Ideias em Educação Física

FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO
E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

Avelar Brotero
ESCOLA SECUNDÁRIA - COIMBRA

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

VIII Oficina de Ideias em Educação Física

Certifica-se que JOÃO FILIPE SILVA LUCAS esteve presente neste evento, realizado pelo Núcleo de Estágio Pedagógico em Educação Física da Escola Secundária Avelar de Brotero, no âmbito da unidade curricular de Estágio Pedagógico, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, sob o tema “*A Progressão do Ensino em Educação Física – Uma espiral ascendente dos conteúdos*”.

O Diretor da F-DEF-UC

(Prof. Doutor António Aguiaredo)

O Diretor da ESAB

(Eng.º Manuel Esteves da Fonseca)

Coimbra, 03 de abril de 2019



Anexo XIV – Certificado 8º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física - FICEF

8º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física



Educação Física: Espaço e Identidade

João Lucas

Assistiu ao evento, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Coimbra, 16 e 17 de maio de 2019



Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário