

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

António Miguel Nunes Bernardes

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
ENGENHEIRO ACÁCIO CALAZANS DUARTE JUNTO
DA TURMA DO 9.º C NO ANO LETIVO DE
2018/2019**

**A IMPORTÂNCIA DO USO DE MATERIAIS DIDÁTICOS
DIGITAIS NA PERCEÇÃO DE MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS NA
GINÁSTICA DE SOLO.**

Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, orientado pelo Professor Doutor Paulo Renato Bernardes Nobre e apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

Setembro de 2019

António Miguel Nunes Bernardes
2017217399

**A IMPORTÂNCIA DO USO DE MATERIAIS
DIDÁTICOS DIGITAIS NA PERCEÇÃO DE MOTIVAÇÃO
DOS ALUNOS NA GINÁSTICA DE SOLO.**

Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino
da Educação Física nos Ensinos Básico e
Secundário, orientado pelo Professor Doutor
Paulo Renato Bernardes Nobre e apresentado
à Faculdade de Ciências do Desporto e
Educação Física da Universidade de Coimbra

**COIMBRA
2019**

Esta obra deve ser citada como:

Bernardes, A. (2019). *Relatório de Estágio desenvolvido na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte junto da turma C do 9º ano no ano letivo de 2018/2019*. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

TEOR DO COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO

António Miguel Nunes Bernardes, aluno nº 2017217399 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no 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.

Data e Assinatura.

____/____/____ _____

Agradecimentos

O presente Relatório de Estágio, apesar de se constituir num documento individual e específico, não teria sido concluído sem a ajuda e a colaboração de pessoas que, direta ou indiretamente, colaboraram para a sua realização.

À minha família mais próxima, em especial à minha mãe, ao meu filho, à minha esposa e ao meu Pai (*in memoriam*). A todos agradeço pelo apoio, preocupação e ajuda.

Ao Professor Doutor Paulo Nobre, pela disponibilidade, compreensão e exemplo.

Ao Professor Cláudio Sousa, pelo exemplo de profissionalismo, disponibilidade, compreensão, exemplo e acima de tudo pela amizade.

Aos meus amigos que fiz durante o estágio académico, em especial ao Joaquim, ao João e à Maria João pelos bons momentos passados, pela disponibilidade e amizade.

Aos professores, pessoal não docente e em especial aos alunos do 9º C, do Escola Secundária Calazans Duarte, que estiveram presentes nesta etapa da minha formação.

Resumo

O presente relatório pretende expor o trabalho efetuado ao longo do estágio pedagógico, que se desenvolveu na Escola Secundária Eng. Calazans Duarte, no ano letivo de 2018/2019. O núcleo de estágio da respetiva instituição educativa foi constituído por quatro professores estagiários, finalistas do Mestrado em Ensino Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF), tendo um Orientador Pedagógico e um Orientador Científico, que acompanharam todo o trabalho realizado ao longo do ano letivo, procurando sempre potenciar o nosso desenvolvimento contínuo e integral.

Assim, e para uma melhor compreensão dos assuntos a abordar, o relatório encontra-se estruturado por capítulos.

O estudo que realizamos procura perceber a importância do uso de materiais didáticos digitais na perceção da motivação dos alunos nas aulas de ginástica de solo.

No estudo participaram 22 alunos da turma, com uma média de idades de quatorze anos. Foi analisada a importância das TIC na perceção da motivação dos alunos nas aulas de Ginástica de Solo, através de um questionário e os resultados apontam para uma perceção de motivação quando realizaram a atividade do fotopaper ou quando tinham simultaneamente a visualização dos vídeos e os colegas/professor a auxiliar no decurso do exercício.

Palavras-chave: ginástica de solo, materiais didáticos digitais, TIC, perceção da motivação.

Abstract

This report aims to expose the work done during the pedagogical internship, which was developed at the Eng. Calazans Duarte Secondary School, in the 2018/2019 school year. The group of preservice teachers internship nucleus of the respective educational institution consisted of four trainee teachers, finalists of the Master in Basic and Secondary Education of the Faculty of Sport Sciences and Physical Education (FCDEF), having a Pedagogical Supervisor and a Scientific Supervisor, who accompanied all the work carried out throughout the school year, always seeking to enhance our continuous and integral development.

Thus, for a better understanding of the subjects to be addressed, the report is structured by chapters.

The study we conducted aims to understand the importance of the use of digital teaching materials perception of students about their motivation in solo gymnastics classes.

The study included 22 students from the class with an average age of fourteen years old. The influence of ICT on the perception of students' motivation in Solo gymnastics classes was analyzed through a questionnaire and the results point to a motivation when they performed the photopaper activity or when they had both videos and peers / teacher watching to assist during the exercise.

Keywords: solo gymnastics, digital learning materials, ICT, perception of motivation.

Índice

Agradecimentos	IV
Resumo	V
Abstract	VI
Abreviaturas	XI
Introdução	1
Capítulo I – Contextualização da Prática Desenvolvida.....	2
1. Expectativas Iniciais.....	2
2. Projeto formativo.....	3
3. Enquadramento do Meio Escolar	4
3.1. Contexto Escolar.....	4
Caracterização da Escola.....	5
Espaços Exteriores	7
Instalações Desportivas.....	8
Espaços Desportivos	8
1.1. Núcleo de Estágio de E.F.	9
1.2. Orientadores de estágio.....	9
1.3. Caracterização da Turma;.....	10
1.1. Planeamento.....	11
1.2. Plano anual	13
1.1.3 – Planos de aulas	18
2.1.2 – Realização/ Intervenções Pedagógicas;.....	21
2.1.2.1 – Dimensão Instrução	22
2.1.2.2 – Dimensão gestão.....	24
2.1.2.3 – Dimensão clima	26
2.1.2.4 – Dimensão da disciplina	28
2.1.2.5 – Dimensão de ajustamento.....	28
2.1.3 Avaliação	29
2.1.3.1 Avaliação Inicial.....	30
2.1.3.2 Avaliação Formativa	30
2.1.3.3 Avaliação Sumativa	31
2.1.3.4 Autoavaliação.....	32

2.1.3.5 Avaliação Coparticipada.....	33
2. Área 2 - Atividades de Organização e Gestão Curricular.....	33
3. Área 3 – Projeto e Parcerias educativas.....	35
3.1. Torneio Fairplay	35
3.2. Dia da Criança	37
4. Componente Ético-Profissional	39
4.1. Questões dilemáticas	40
Capítulo III – Aprofundamento do Tema/Problema:.....	41
I. Quadro Teórico	41
Tecnologias da Informação e Comunicação na Sociedade	42
TIC na Escola.....	43
TIC na Educação Física	44
Materiais e recursos TIC	45
A motivação dos alunos para a Educação Física.....	45
TIC plataformas digitais vantagens e desvantagens	47
Vantagens na utilização das plataformas digitais.....	47
Desvantagens na utilização das plataformas digitais nas aulas de EF	47
II. Problema e Objetivos.....	48
Problema.....	48
Objetivos Específicos	48
III. Metodologia	48
Caraterização do estudo	49
Os participantes	49
Instrumentos.....	49
Questionário.....	50
Procedimentos	50
Tratamento de dados	52
IV. Apresentação e discussão dos resultados.....	53
Conclusão	59
Capítulo IV Reflexões.....	61
Bibliografia	Erro! Marcador não definido.
Anexos	62

Índice de Imagens

Figura 1 Localização da escola	6
Figura 2 Mapa do recinto da ESEACD	6
Figura 3 Ambas as escolas- Calazans Duarte e Guilherme Stephens	6
Figura 4 Ginásio	8
Figura 5 Polivalente	8
Figura 6 Relvado	8
Figura 7 Campo de Ténis	8
Figura 8 Parque dos Mártires	8
Figura 9 Estádio Marinha Grande	8
Figura 10 Fotografia do recinto da Escola Calazans Duarte alterada	51
Figura 11 Vídeo retirado do youtube e alterado em https://www.youtube.com/watch?v=3PX-H-_i3a0	52
Figura 12 Página da Internet em: http://www.educacaofisica9.webnode.pt	52

Índice de Tabelas

Tabela 1 Equipamentos desportivos - Instalações	8
Tabela 2 Relatório de Escola das Provas de Aferição 2018 - 8.º C	11
Tabela 3 Composição da turma 9.º C.....	11
Tabela 4 Comparação do perfil de motivação entre sexos	56

Abreviaturas

AEMGPoente – Agrupamento de Escolas da Marinha Grande Poente

DT – Diretor de turma

EF – Educação Física

FCDEF – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

INE – Instituto Nacional de Estatística

UC – Universidade de Coimbra

UD – Unidade didática

NEEF – Núcleo de estágio de Educação Física

Introdução

O estágio pedagógico surge no âmbito da unidade curricular de Estágio Pedagógico, inserida no segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF) da Universidade de Coimbra (UC). A prática pedagógica decorreu na Escola Secundária Engenheiro Calazans Duarte, junto de uma turma do 3.º ciclo, do 9.º ano de escolaridade, sob a orientação do professor orientador da FCDEF e do professor orientador da escola Secundária. As vantagens pedagógicas da formação em estágio são a aproximação dos alunos à "vida real" e o desenvolvimento de competências dos estudantes, sobretudo a dois níveis: o desenvolvimento de competências técnicas e o desenvolvimento de competências interpessoais e sociais

Para descrever todas as vivências e aprendizagens realizadas este relatório divide-se em três capítulos:

O primeiro capítulo refere-se à contextualização da prática desenvolvida onde contará com as expectativas iniciais enquanto professores estagiários, o projeto formativo e o enquadramento do meio escolar, a relação com o grupo de professores de Educação Física, o Núcleo de Estágio, os orientadores e a caracterização da turma.

O segundo capítulo refere-se à análise reflexiva sobre o trabalho pedagógico realizado, onde serão apresentadas as aprendizagens obtidas, as principais dificuldades, o planeamento, as diversas dimensões de intervenção pedagógica, as diversas formas de avaliação, a ética profissional e as atividades complementares à intervenção pedagógica.

O último capítulo diz respeito ao aprofundamento do Tema/Problema **“A importância do uso de materiais didáticos digitais na perceção de motivação dos alunos na ginástica de solo”**, onde estarão descritos todos os passos efetuados para chegar às conclusões obtidas.

Capítulo I – Contextualização da Prática Desenvolvida

Neste capítulo abordamos a forma como decorreu o estágio pedagógico, tendo em conta as expectativas iniciais, o projeto formativo, enquadramento do meio escolar, Educação física, o Núcleo de Estágio de Educação Física e os seus Orientadores e a turma.

1. Expectativas Iniciais

O grande objetivo deste estágio é a aquisição de competências para o desempenho da atividade a que este mestrado habilita, que é poder exercer como professor profissionalizado de Educação Física no grupo 620.

Após cerca de quinze anos de trabalho como docente (5035 dias), sentimos necessidade de acrescentar à formação inicial, a habilitação profissional do grupo 620 que permite lecionar no terceiro ciclo e secundário, tendo a possibilidade de adquirir novas competências e complementar a sua formação.

Obviamente, e apesar de alguns anos de experiência, e sendo o 3.º estágio pedagógico realizado, uma vez que já realizamos Estágio Pedagógico nos 1.º e 2.º Ciclos do Ensino Básico, o conceito “Estágio” é indissociável de sentimentos tais como o nervosismo, a ansiedade, o receio de errar, mas também, de motivação e superação.

Acresce, um conjunto de dificuldades inerentes à capacidade/necessidade de articulação das tarefas a realizar no Estágio Pedagógico com as funções a desempenhar no estabelecimento de ensino (Agrupamento de Escolas da Venda do Pinheiro) onde desenvolve a atividade profissional. Conscientes das dificuldades e obstáculos a superar, e com a enorme vontade de concluir com sucesso o Mestrado nos dois anos previstos, mobilizou toda a sua energia a fim de alcançar todos os objetivos delineados.

Em relação a não termos conhecimento da forma de trabalhar dos restantes elementos do Núcleo de Estágio, constituí um fator de preocupação, que depressa se desvaneceu com a realização das primeiras tarefas. A vontade de todos os membros deste grupo em desenvolver um trabalho responsável, criativo, ativo e dinamizador, foram aspetos preponderantes na qualidade de trabalho desenvolvido pelo grupo.

A forma como iríamos ser recebidos no seio de comunidade educativa constituía também um fator de apreensão.

No que diz respeito ao relacionamento com os alunos, pretende-se atingir um grau de competência elevado e manter uma excelente relação com os mesmos, bem como os colegas de estágio e orientadores.

2. Projeto formativo

Após o início das aulas surgiram as principais dificuldades sentidas com o início do estágio, assim foram delineados objetivos necessários para colmatar essas dificuldades. Um dos objetivos da fase inicial do estágio, pretende-se que se reflita sobre as práticas, apoiando na experiência vivenciada ao longo da carreira docente, na investigação e na partilha de experiências dos nossos orientadores, o outro objetivo era de desenvolver as competências pessoais, sociais e profissionais, numa perspetiva de formação, ponderando-se as diferenças e semelhanças encontradas no contexto escolar.

Apesar de uma considerável experiência, há sempre alguma ansiedade em relação à primeira aula de cada ano letivo, sobretudo quando se está pela primeira vez numa Escola, estando conscientes que esse primeiro contacto com os alunos seria determinante no desenrolar do ano letivo.

Só após a concretização desses objetivos é que seria possível oferecermos aulas de qualidade aos alunos e, para que tal acontecesse, foram essenciais as reflexões realizadas com o núcleo de estágio bem como dos professores orientadores.

Outro ponto importante para a superação das fragilidades já mencionadas foi a observação semanal de aulas de professores de Educação Física, de outros Núcleos de estágio, apesar de não assistir a todas as aulas dos outros elementos do Núcleo de Estágio por impedimentos de nível profissional, como já foi referido anteriormente durante estas observações era preenchida uma grelha de observações de aulas (anexo n.º 1), realizando assim uma reflexão sobre o que tinha sido desenvolvido nas mesmas. Estas observações foram úteis para que não cometêssemos os mesmos erros observados.

3. Enquadramento do Meio Escolar

O enquadramento do meio escolar é fundamental para o exercício da nossa atividade, pois através dela é possível obter informação sobre o meio onde a escola está inserida, sobre os seus recursos, potencialidades, regras de funcionamento ou, ainda, sobre o tipo de alunos que a frequentam. Estas, e outras, informações revelam-se de grande importância para o processo de ensino.

3.1. Contexto Escolar

O Agrupamento de Escolas da Marinha Grande Poente, situa-se na cidade da Marinha Grande que está situada na Orla Oriental do Pinhal de Leiria e na margem esquerda do rio Lis. Localiza-se no distrito de Leiria, a 10 quilómetros do mar, no limite norte da Estremadura e a 12 quilómetros da sede de distrito. Dista 147 quilómetros de Lisboa e 196 do Porto. É servida por várias estradas secundárias, pelas autoestradas A8 e A17 e pela via-férrea do Oeste.

O concelho tem uma extensão de 187,2 Km² (dados do INE, 2019) e está implantado numa extensa planície de chão arenoso e saibrento. É rodeado, em cerca de 2/3 da sua extensão, pelo Pinhal de Leiria, antigamente conhecido por Pinhal do Rei e é composto por três freguesias: Marinha Grande, Vieira de Leiria e Moita.

3.2. Cultura, Desporto e Património da Marinha Grande

As associações desportivas mais antigas do concelho são, também, as que mais modalidades e mais atletas mobilizam: Sport Lisboa e Marinha (Futebol), Atlético Clube Marinhense (Futebol), Futebol Belenenses (Feminino), Clube de Atletismo da Marinha Grande, Desportivo Náutico da Marinha Grande (Natação), Sporting Clube Marinhense (Patinagem Artística, Hóquei em Patins e Basquetebol), o SIR 1.º de Maio (Andebol) e o Sport Operário Marinhense (Voleibol e Xadrez).

Estes e outros clubes/associações fomentam ainda a prática de outras modalidades: artes marciais, ciclismo, futsal, patinagem em velocidade e ginástica de manutenção.

O judo, especialmente através do Judo Clube da Marinha Grande, tem-se destacado nos últimos anos, na Marinha Grande, com excelentes resultados a nível nacional e internacional.

O património arquitetónico, histórico e artístico está acessível em instituições variadas e em locais como o Museu do Vidro, Museu Joaquim Correia, Casa do Vidreiro, Monumento ao 18 de janeiro, Museu Santos Barosa, Parque do Engenho, Alto-forno de Pedreanes, Farol de São Pedro, Casa Museu Afonso Lopes Vieira e o Edifício da Resinagem.

Caracterização da Escola

Como refere Nóvoa (1995, cit. por Carvalho, 2006, p. 6), as organizações escolares (...) produzem uma cultura interna que lhes é própria e que exprime os valores e as crenças que os membros da organização partilham”.

Perante esta afirmação, a caracterização do contexto escolar é um aspeto muito importante para o exercício da nossa atividade. Através da caracterização é possível obter informação, sobre os seus recursos, potencialidades, regras de funcionamento e sobre o tipo de alunos que a frequentam. Estas, e outras, informações revelam-se de grande importância para o processo de ensino.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS MARINHA GRANDE POENTE

Contexto Histórico

O Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente (AEMG Poente), oficialmente instituído através do despacho 01/04/2013, do Secretário de Estado da Administração Educativa, pertence à quarta geração de agregações levadas a cabo pelo Ministério da Educação. Resultou da agregação do Agrupamento de Escolas Guilherme Stephens, instituído em 2003, com a Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, que é a escola sede.

A Escola Secundária Calazans Duarte

Desde a sua criação, o AEMG Poente integra 10 estabelecimentos de ensino: os Jardins de Infância da Amieirinha e da Ordem, as escolas básicas da Amieirinha, Casal de Malta, Fonte Santa, Francisco Veríssimo, Moita e Várzea, a Escola Básica Guilherme Stephens e a Escola Secundária Eng^o Acácio Calazans Duarte. Em termos de população escolar, o AEMG Poente inclui 2698

alunos, 210 professores incluindo Técnicos Especializados, e 76 funcionários, entre assistentes Técnicos Operacionais e Técnicos Superiores.

Localização Geográfica e Enquadramento

A escola fica situada na zona Poente da cidade de Marinha Grande.



Figura 1 Localização da escola



Figura 2 Mapa do recinto da ESEACD



Figura 3 Ambas as escolas- Calazans Duarte e Guilherme Stephens

A ESEACD é constituída por um único edifício com uma tipologia arquitetónica centrada num pátio à volta do qual se vive, se estuda e se aprende. Foram constituídos núcleos com os espaços de ensino específicos como a área das salas de Ciência e Tecnologias (laboratórios de Química, Física, Biologia e Geologia e salas de preparação respetivas); a área das salas das artes; a área das oficinas (de Eletricidade e Mecânica); a área da Cozinha Pedagógica; a área

das salas de aula; a área desportiva (pavilhão coberto, campo relvado sintético e ginásio); a área social e restauração (refeitório, bar, auditório e átrio); área de biblioteca/mediateca e sala polivalente; área de docentes e administrativa; e o centro para a educação de adultos.

As instalações e os equipamentos existentes em cada uma das áreas referidas permitem o desenvolvimento da formação em diversos domínios e possibilitam a diversificação da oferta educativa e formativa e a prestação de um serviço de melhor qualidade. Em cada sala de aula, existe um computador e um projetor.

Espaços Exteriores

O pavilhão Polivalente sofreu algumas obras de requalificação, tendo sido feita alteração do piso (mais abrasivo, mas menos escorregadio em caso de estar molhado) novas marcações para voleibol, basquetebol, badminton andebol e futsal. Este espaço, apesar de coberto, fica exposto do lado norte à chuva e ao vento. Existe ainda um relvado exterior sintético, com marcações para andebol e futsal, para além de campos de basquetebol dispostos de forma transversal, com as respetivas tabelas.

Existe ainda na escola um ginásio, equipado com aparelhos para a ginástica, e onde poderá ser lecionada dança, ginástica de solo, acrobática e de aparelhos, badminton, escalada, visto que o ginásio tem instalada no topo norte uma parede com 5 metros de altura e ainda o salto em altura.

Para além destes espaços, existem ainda outros espaços que, e não pertencendo à escola podem ser usados nas aulas de educação física, são eles o Estádio Municipal da Marinha Grande, no qual podem ser lecionadas as várias disciplinas do Atletismo, uma vez que o mesmo dispõe de uma pista oficial de tartan, e de 2 caixas de areia, para além de 2 zonas de lançamento do peso e 2 espaços para a realização de salto em altura. Pertencente igualmente ao Município da Marinha Grande, pode ainda ser usado outro recinto exterior com 5 campos de Ténis, situado junto à escola bem como o Parque dos Mártires do Colonialismo, no qual existem dois campos de futsal e toda uma estrutura de zona verde onde o Grupo de Educação Física organiza o corta mato escolar do agrupamento, existe ainda ao lado a escola Guilherme Stephens onde se realizou as aulas de 45 minutos.

Instalações Desportivas

Em cada um dos espaços disponíveis para a lecionação das aulas de Educação Física existem materiais fixos que apresentamos no quadro, bem como as modalidades que estão estipuladas por Departamento, para se lecionar em cada espaço:

Tabela 1 Equipamentos desportivos - Instalações

Espaços	Modalidades	Material
Polivalente	- Badminton; - Voleibol; - Andebol; - Futsal; - Basquetebol	Marcações de vários campos de diferentes modalidades (oficiais e de aprendizagem), 4 tabelas de basquetebol (2 fixas e 4 amovíveis), postes (5) e redes de voleibol (3), 1 escadote para árbitro), duas balizas de andebol/futsal.
Ginásio	- Ginástica; - Badminton; - Escalada; - Salto em Altura.	18 Espaldares, 1 parede de escalada e todo o material de Ginástica
Relvado	- Basquetebol; -Andebol; -Futsal.	4 Tabela fixas de basquetebol, 1 campo de Futebol e Andebol com 2 balizas.
Exterior (Estádio Municipal MG; Campos de Tênis MG e Parque dos Mártires do Colonialismo)	- Atletismo; - Futsal; - Tênis.	Estádio Municipal com todo o material necessário para a prática de atletismo; parque da cidade com dois campos de futsal com 4 balizas e clube de ténis com 5 campo de ténis, cada um com uma rede.

Espaços Desportivos



Figura 6 Relvado



Figura 5 Polivalente



Figura 4 Ginásio



Figura 8 Parque dos Mártires



Figura 9 Estádio Marinha Grande

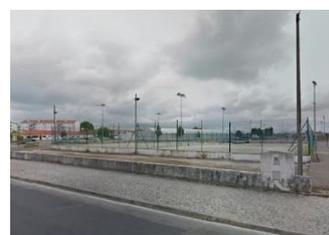


Figura 7 Campo de Tênis

Em suma a escola possui material e instalações para abordar todas as modalidades presentes no programa de Educação Física.

Caracterização do Grupo de Educação Física;

O Grupo de Educação Física, coordenado pelo Professor Orientador Cláudio Sousa, insere-se no Departamento das Expressões, coordenado pelo professor Paulo Tojeira, também ele professor de educação física. O Grupo disciplinar de Educação física (620), era composto por catorze Professores, e por quatro elementos do Núcleo de Estágio.

1.1. Núcleo de Estágio de E.F.

Fazendo uma análise ao Núcleo de Estágio, consideramos que, apesar das grandes diferenças entre cada um dos elementos, o grupo teve a capacidade de superar todas as dificuldades e divergências, conseguindo realizar um trabalho contínuo baseado, sempre que possível, num clima de compreensão recíproca.

Sendo um grupo constituído por quatro elementos (três masculinos e um feminino), dois deles trabalhadores, cada um dos elementos teve de se adaptar aos seus colegas, às suas ideias e maneiras de ser e estar. Nem sempre foi fácil conciliar ideias e formas de atuar já que os pontos de vista eram diversificados, mas que foi melhorando ao longo do percurso do estágio. No entanto, com o conhecimento e relação de amizade que se foi desenvolvendo ao longo do ano, muitas diferenças foram atenuadas, pois somente com um clima equilibrado entre Estagiários seria possível levar a bom porto todo este processo. Com determinadas características, cada um tentou investi-las em prol do grupo, cooperando entre si, de modo a atingir o sucesso em todas as atividades desempenhadas.

O Professor Estagiário está convicto que todos os elementos ganharam e cresceram como pessoas e como profissionais, já que partilharam e colocaram em prática o espírito de entreatajuda, ultrapassando juntos obstáculos que sozinhos seriam difíceis de superar.

1.2. Orientadores de estágio

Durante o ano letivo o Prof. Dr. Paulo Nobre assistiu a várias aulas, tendo sempre mostrado uma elevada competência para observar e analisar todos os

pormenores, discutindo-os e utilizando-os como forma a melhorar a qualidade de ensino dos Estagiários.

O seu método contribuiu para uma melhor gestão ao nível do trabalho por parte dos Estagiários, pois ao longo do ano letivo foi solicitando uma atualização de todos os documentos, o que ajudou à não acumulação ou atrasos no trabalho a efetuar.

Foi sempre uma pessoa disponível e que motivou todos os elementos do Núcleo para melhorar a sua intervenção pedagógica.

Professor Cláudio Sousa orientador da escola Calazans Duarte desempenha um papel de grande importância ao auxiliar e guiar o professor estagiário neste processo complexo e variado, resultante da diversidade de tarefas exigidas aos professores nos dias de hoje, os quais criam situações que nos facilita a integração nesta nova realidade.

O professor Cláudio comportou-se, do meu ponto de vista, para além do o professor e amigo, sempre que necessário se demonstrou disponível, mas nunca nos indicou o caminho a seguir, deu-nos antes a opção de escolha de direção a tomar.

1.3. Caracterização da Turma;

Cada aluno constitui-se como um indivíduo diferente, com possibilidades, necessidades, interesses e aptidões diferentes, (Shigunov,1997).

Devemos ter conhecimento da turma com a qual iremos trabalhar, conseguindo assim individualizar o ensino e resolver alguns problemas iniciais que possam surgir. Para superar esta fase, na primeira aula foram distribuídos inquéritos aos alunos onde estes respondem a vários grupos de questões:

- os seus dados biográficos;
- dados dos encarregados de educação;
- o seu percurso escolar e as suas atividades desportivas.

Para ajudar na caracterização da turma também foi analisado as RIPAS¹ e REPAS².

Em relação ao relatório de Escola das Provas de Aferição 2018 (REPAS) permitiu-nos obter o conhecimento prévio das dificuldades dos alunos.

¹ Relatório Individual das Provas de Aferição do 8.º ano

² Relatório da Escola das Provas de Aferição do 8.º ano

Tabela 2 - Relatório de Escola das Provas de Aferição 2018 - 8.º C

Domínios Conteúdos	Desempenho %			
	C	CM	RD	NC
Raquetas	27,3	36,4	31,8	4,5
Ginástica	13,6	0,0	18,2	59,1
<i>Ginástica no solo</i>	13,6	0,0	13,6	63,6
<i>Ginástica de aparelhos</i>	18,2	9,1	31,8	27,3
Aptidão Física	95,5	-	-	4,5
Jogos desportivos Coletivos	31,8	13,6	22,7	31,8
<i>Jogo de Invasão</i>	27,3	22,7	45,5	4,5
<i>Voleibol</i>	13,6	31,8	22,7	31,8

Legenda:

C - Conseguiu... (o aluno respondeu de acordo com o esperado, ou fê-lo com falhas pontuais);

CM – Conseguiu... mas ... (o aluno respondeu de acordo com o esperado, mas pode ainda melhorar);

RD - Revelou dificuldades... (o aluno mostrou dificuldades na resposta);

NC - Não conseguiu... (o aluno não respondeu de acordo com o esperado).

Assim sendo, o 9.º ano da turma C é constituída por 24 discentes, existindo 9 alunos do género masculino e 15 alunos do género feminino. Os alunos apresentam idades que variam entre os 14 e os 16 anos com uma média de idades de 14 anos

Tabela 3: composição da turma 9.º C

Alunos	Total
Alunos	24
Alunos do género feminino	15
Alunos do género masculino	9
Média das idades	14,0

Capítulo II – Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica

1. Área 1 - Atividades de ensino/aprendizagem

1.1. Planeamento

O planeamento iniciou-se com a reunião do grupo de Educação Física,

elaborou-se a Planificação Anual da disciplina, onde constam todas as modalidades obrigatórias a serem abordadas ao longo do ano letivo e para cada ano de escolaridade.

Apesar de o grupo de Educação Física definir quais as modalidades que deveriam ter um maior relevo, ficava ao critério de cada professor a gestão dessas modalidades, nomeadamente o número de aulas e conteúdos a lecionar.

Assim, tendo em consideração as orientações do Programa Nacional de Educação Física para o terceiro ciclo, as decisões tomadas pelo grupo de Educação Física, as aulas a “dedicar” a cada modalidade e os espaços disponíveis para a prática, demos início à construção dos três níveis de planeamento (anual, unidade temática e aula).

Dada a obrigatoriedade de atribuir maior relevo a determinadas modalidades, na definição do planeamento anual optamos por distribuir as mesmas em função do tempo de aula. Desta forma, as modalidades de “maior relevo”, foram lecionadas nos blocos de 90 minutos e as restantes nos de 45 minutos. Esta alternância, permite a observação de dois aspetos positivos: mais tempo para reter a informação, evitando assim a saturação que a prática constante de uma modalidade pode desencadear.

Após este nível de planeamento foi necessário analisar e conhecer de forma aprofundada os conteúdos a serem ensinados. Esse aprofundamento do conhecimento foi determinante para a realização das unidades didáticas. Nelas é feito um ordenamento da matéria a ensinar em cada aula e definido os momentos de avaliação, neste nível de planeamento tivemos de ser precisos nos objetivos a atingir, principalmente porque o número de aulas destinado para o ensino de cada modalidade era reduzido, aproximadamente doze aulas.

As unidades didáticas funcionaram como uma linha orientadora para o ensino de cada modalidade, e com a preparação de cada uma fomos enriquecendo e consolidando as bases essenciais para uma leção fundamentada e específica. Ou seja, com o avançar do tempo a informação presente em cada documento foi sendo cada vez mais sintética e revelante.

Porém, ao longo do estágio profissional foram vários os aspetos que tive a necessidade de reformular e melhorar. Um desses aspetos esteve relacionado com as progressões pedagógicas dos conteúdos de ensino, já que as mesmas devem ser criadas, sempre, em função dos nossos alunos. Apesar de ter utilizado

uma sequência da base para o topo (Vickers, 1987), o que me facilitou a elaboração das progressões, só consegui ajustar as mesmas aos meus alunos quando comecei a dedicar maior atenção aos seus níveis iniciais de desempenho.

Na tentativa de realizar um ensino o mais individualizado e específico possível para cada turma, optei por realizar a avaliação inicial para cada modalidade, no início do ensino da mesma. Só assim se torna possível a realização de um plano de Educação Física da turma, estratégica e operacionalmente, na medida em que as suas características específicas o justificarem.

Exemplo dessas estratégias e características específicas transcrevo a reflexão do plano de aula n.º 18 do dia 29/10/2018.

(reflexão do plano de aula n.º 18 de 29/10/2018)

Assim, quando um professor se depara com uma turma nova, torna-se imprescindível a avaliação inicial, para que este possa planejar, em conformidade com objetivos, importantes e possíveis de alcançar para aquela turma, naquele ciclo de ensino.

1.2. Plano anual

O plano anual é uma planificação a longo prazo, segundo Bento (2003), um plano anual é um plano de perspetiva global que se procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas.

“O objeto da primeira etapa de trabalho com a turma, no começo do ano letivo, é a avaliação inicial, cujo propósito fundamental consiste em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias do respetivo ano de curso, procedendo simultaneamente à revisão/atualização dos resultados obtidos no ano anterior.” (Programa de Educação Física, 2001)

O plano anual (ver anexo VIII) é um trabalho que surge no âmbito do estágio pedagógico 2018/2019, 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.

O Plano Anual constitui assim o primeiro passo em termos de planeamento e calendarização das tarefas a realizar durante o ano. Tem como principais objetivos:

- Definir quais as competências gerais e específicas para a turma e duração de cada modalidade;
- Selecionar os conteúdos a lecionar ao longo do ano letivo;
- Definir estratégias de ensino e os momentos e procedimentos de avaliação;
- Elaborar as linhas gerais orientadoras do processo ensino-aprendizagem da turma ao longo do ano letivo;
- Orientar o processo ensino-aprendizagem e estabelecer uma sequência lógica de atuação;
- Conhecer de forma mais pormenorizada os programas nacionais de Educação Física;
- Conhecer o contexto escolar e do meio;
- Conhecer os recursos materiais disponíveis para a disciplina de Educação Física;
- Conhecer de forma mais detalhada os alunos, não só em relação aos seus contextos socioeconómico e familiar, como também em termos dos níveis de prestação inicial nos domínios psicomotor, sócio afetivo e cognitivo;
- Conhecer os elementos de organização/Regulamento da Educação Física na escola;
- Controlar toda a planificação a curto, médio e longo prazo com maior segurança, controlo e fiabilidade;
- Definir de forma clara e objetiva as matérias a lecionar durante o ano letivo, assim como a sua distribuição no tempo (n.º de horas/dias);
- Inclusão das atividades inscritas no plano de atividades da escola, promovidas pelo grupo disciplinar, incluindo também as de iniciativa do próprio Núcleo de Estágio.

Nas primeiras reuniões de trabalho do Grupo Disciplinar de Educação Física, em função dos espaços atribuídos a cada docente, foram definidas as matérias a abordar no decorrer da primeira Unidade Didática. Por este motivo, o Plano Anual foi-se construindo e complementando progressivamente ao longo dos primeiros dois períodos letivos, no que respeita às matérias a serem abordadas e os espaços a utilizar.

Porém, ao longo do estágio profissional foram vários os aspetos que tivemos a necessidade de reformular e melhorar. Um desses aspetos esteve relacionado com as progressões pedagógicas dos conteúdos de ensino, já que as mesmas devem ser criadas, sempre, em função dos nossos alunos.

Segundo Bento (1987), complementando o que foi dito anteriormente, afirma que existe uma organização metodológica na planificação, construindo o conhecimento acerca de diferentes aspetos, tais como: as instalações e os recursos materiais disponíveis, as matérias a lecionar, as horas disponíveis ao longo do ano assim como as preferências dos alunos acerca das matérias.

Concluindo consideramos que no nosso planeamento, foi realizado tendo em consideração uma lógica bem definida assim como tendo em consideração o sistema de rotação de espaços (roulement), os recursos materiais assim como os recursos espaciais, algo que permitiu o cumprimento do que estava planeado sem ter necessidade de realizar grandes ajustamento.

No decorrer da planificação foi importante poder oferecer aos alunos diversos contextos de prática por forma a aumentar o seu conhecimento teórico/prático de cada modalidade lecionada aliado sempre com o trabalho das habilidades e capacidades físico/motoras, sempre de uma forma lúdica.

Assim as primeiras tarefas a realizar pelos professores, aquando o início do novo ano letivo, é realizarmos o Plano Anual, documento este que permite que tudo seja devidamente organizado, com objetivos bem definidos, tornando-se um aliado na operacionalização de todo o processo de ensino-aprendizagem, permitindo que este ocorra de forma estruturada e consciente ao longo de todo o ano.

2.1.1.2 Unidade didáticas

A Unidade didática é uma estrutura orgânica para aplicar um assunto concreto e coordenado, em todas as suas partes, com uma finalidade, de proporcionar aos discentes alterações favoráveis através de experiências motoras, cognitivas e afetivas, seguras e úteis para a vida. Esta experiência é considerada essencial para continuar outras novas de nível superior, para haver progressos no aluno, para a realização destas unidades didáticas foi muito

importante o modelo de Vickers (1987), modelo esse que se revelou fundamental para a delineação do processo de ensino e aprendizagem.

As Unidades Didáticas são partes fundamentais do programa de uma disciplina, na medida que apresentam quer aos professores quer aos alunos, etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem, assim conclua-se que as unidades didáticas são planificações a médio prazo que representa uma determinada matéria apresentada no plano anual (Bento, 2003).

Costa, (2012) afirma que a planificação de uma unidade didática é importante para a orientação do professor no seu trabalho e deve ser laborada da seguinte forma:

- Objetivos gerais e específicos
- Conteúdos
- Função didática
- Organização didática-metodológica
- Configuração da avaliação.

A unidade didática deve ser estruturada nos vários planos de aula:

- Apresentação para conhecer os objetivos e os conteúdos da unidade;
- As aulas da unidade didática dão a possibilidade de ensinar, corrigir e melhorar os aspetos físicos, técnicos, táticos, artísticos ou gímnicos. As aulas estão condicionadas pelas instalações desportivas, pelo número de alunos da turma, pela situação de jogo a desenvolver e pelo Roulement³.
- Avaliação, de acordo com os conteúdos ensinados, em situação de jogo, em exercício- critério e em situação de teste teórico, para verificar se os objetivos e os conteúdos delineados foram ou não alcançados, simultaneamente, se a evolução individual foi alcançada.

A seleção e a distribuição das unidades no planeamento anual estão dependentes:

- das instalações e do material desportivo;
- do número de aulas por semana e da sua carga horária;
- do número de alunos por turma;
- das condições climatéricas;
- da sua eficiência e rendimento;

³ Rotação de espaços desportivos.

➤ do roulement.

Também é importante referenciar situações imprevistas ou impostas por interesses dos alunos ou de interesses nacionais ou regionais em relação à Educação Física.

Na elaboração de um planeamento é fundamental haver uma ideia coerente e racional, de modo que as diversas experiências das diferentes áreas de ensino sejam adequadas para os alunos.

Segundo Graça e Mesquita (2006), não é possível aprender tudo de uma só vez, sob pena de se incorrer no risco de nada se aprender, é a partir desta afirmação que o número de aulas para cada unidade didática ficou definida em aproximadamente 12 aulas.

É importante salientar que com um maior pormenor de cada unidade, foi criado, para cada modalidade, um quadro de extensão e sequência de conteúdos, dos objetivos e conteúdos a abordar em cada uma delas assim como o local das aulas, permitindo ao professor uma gestão mais eficaz de cada uma, assim como da evolução da UD em causa.

A avaliação inicial é o ponto de partida, pois é realizada no início das diferentes UD, esta tem como objetivo verificar se o aluno “possui as capacidades necessárias para empreender uma nova aprendizagem” (Nobre, 2015), e permite o ajuste dos conteúdos a lecionar. O registo deste momento de avaliação surge sob o preenchimento de grelhas de análise simples e observação direta. É com base neste desempenho que se constrói o quadro de extensão e sequência de conteúdos a lecionar em cada UD, sendo passível de ajustes consoante as metas que se pretendem atingir. A regulação do ensino-aprendizagem é realizada através da avaliação formativa, através do questionamento e da observação de comportamentos no decorrer das aulas. A avaliação sumativa foi realizada nas últimas aulas de cada UD.

A estrutura das UD apresentam a mesma estrutura, estas dividem-se em Módulo 1 – Caracterização da modalidade, onde se referencia a cultura desportiva, a fisiologia do treino, habilidades motoras e os conceitos Psicossociais; Módulo 2 – Análise do envolvimento, que trata dos recursos materiais, temporais e segurança; e o Módulo 3 – Análise dos Alunos, em que se aborda os respetivos critérios de êxito da modalidade. Módulo 4 – Análise da Extensão e Sequência de Conteúdos; Módulo 5 – Configuração da Avaliação

(Inicial, Formativa e Sumativa) e Critérios de Avaliação; e o Módulo 6 – Progressões de Ensino e Tarefas de Aprendizagem.

Após término dos períodos realizaram-se as respectivas reflexões das UD lecionadas contemplando as seguintes dimensões: Objetivos Alcançados, Estratégias e Metodologias; Aprendizagens do Professor; Principais Dificuldades Encontradas.

Assim consideramos que as UD foram orientações essenciais para todas as etapas pedagógicas, auxiliando o docente, embora em alguma UD o curto tempo dispensado para a sua aplicação acabou por reflectir nas aprendizagens dos alunos quer positivamente e negativamente. Foi nestas modalidades onde se verificaram maiores decisões de ajustamento, principalmente nos objetivos a alcançar.

1.1.3 – Planos de aulas

Os Planos de aula tratam-se de uma planificação de curto prazo, planos de ações que decorrem do dia-a-dia e que vão concretizar pequenas frações dos planos a médio prazo. É da inteira responsabilidade do professor e é ele que deve adaptá-lo às características da turma e dos alunos bem como dos recursos disponíveis na escola.

Segundo Graça (2009), ensinar não é uma ciência, é uma interpretação da ciência, visa procurar as questões do intuitivo. Consequentemente o plano de aula dever ser interpretado como um “livro de apoios” e não como uma “Bíblia”, porque é essa a perspectiva curricular adotada no Programa.

Os planos de aula devem ter uma articulação eficaz entre si. Também devem ser ajustados ao nível de desenvolvimento previsto, às necessidades das crianças e dos jovens, às instalações e ao material desportivo por forma a permitir o controle dos resultados. No entanto, cada turma tem o seu ritmo de aprendizagem, pois existem variáveis, tais como o peso, vivências anteriores, desenvolvimento cognitivo, decorrentes do processo educativo, que são influenciadoras na aquisição, afixação e a transferência dos conteúdos acrescidos.

Como refere Bento (1987), o plano de aula assume-se como uma ligação entre o pensamento e a ação intencional do professor. Desta forma, todas as

tarefas que estão associadas à elaboração de cada um desses planos devem ter uma lógica e fazer sentido, estando igualmente contextualizadas.

O plano de aula deve ser dividido em três fases:

1.^a - Fase Preparatória (ativação) duração de \pm 10 minutos

Esta fase deve ser com intensidade crescente, no sentido de criar exercitação funcional.

Os conteúdos devem ser desenvolvidos através de pequenos jogos lúdicos também deve ser destinada à ampliação e manutenção das capacidades motoras. Há duas partes na ativação, a primeira é dirigida para o organismo e a segunda para a preparação dos grupos musculares para o esforço mais intenso e que irá ser utilizado durante a aula.

2.^a fase – Principal – duração de 20 a 65 minutos. Esta fase é dos conteúdos fundamentais da aula e a de maior intensidade. Pode ser dividida em duas partes. A primeira a aquisição exercitação da formação técnico/tático, a segunda parte para a as competências de situações de condição de avaliação.

3.^a fase e última – retorno à calma. – Duração de 10 a 15 minutos. Esta fase deve ser em intensidade reduzida e decrescente. Os conteúdos devem ser de descontração, tendo em vista a recuperação do organismo para o estado em repouso. Deve ser dividida em duas partes: a primeira parte de recuperação fisiológica e a segunda de cuidados de higiene.

O professor, na elaboração e aplicação da aula, deve ter em conta que há vários fatores que condicionam eficácia da aula, antes, durante e no final.

Antes do início da aula, o professor de saber:

- o local da aula;
- a hora e as condições climatéricas
- como o grupo-turma é formado: o número de alunos, o nível etário e a condição física dos mesmos;
- a seleção dos conteúdos
- a flexibilidade do plano de aula
- o material necessário

Durante a aula, o professor deve estar atento:

- à melhor posição no espaço da aula
- à posição no início do exercício;
- ao número de repetições de cada exercício e a sua frequência;

- à ação entre a transição das atividades/exercícios;
- à alternância das atividades/exercícios ao nível do esforço e dos grupos musculares;
- ao ritmo da aula;
- às ajudas;
- à progressão da curva do rendimento, a seleção e a ordem dos exercícios e o ritmo que é sugerido são fundamentais;
- a correção da execução, que pode ser em grupo ou de forma individual;
- ao interesse e o entusiasmo dos alunos
- à disciplina, para existir um adequado ritmo do processo de ensino e aprendizagem
- a todos os discentes, se participam nos exercícios ou estão condicionados realizando outro tipo de atividade.

No final da aula, o professor deve:

- proceder à recolha de material, que pode ser feita pelos alunos de forma rotativa
- realizar a avaliação da aula, quer pelo professor quer pelos seus alunos.

Na conceção dos Planos de Aula, a nossa grande preocupação foi sempre, a seleção de tarefas as mais adequadas possíveis face aos objetivos definidos para cada aula, um número reduzido de episódios de organização e transição, visando sempre promover níveis elevados de motivação nos alunos e, conseqüentemente, de empenhamento motor, sem tempos “mortos” e por isso de tempo potencial de aprendizagem.

De uma forma geral, todos os Planos de Aula foram cumpridos.

O balanço realizado no final de cada aula, permitiu uma análise partilhada acerca dos pontos fortes e das questões menos positivas, constituindo o ponto de partida, em consonância com a extensão e sequência de conteúdos definida na Unidade Didática e para a elaboração do Plano de Aula seguinte.

Concluindo, consideramos que este é um dos aspetos mais importantes e, como tal, procurámos construir cada um dos Planos de Aula baseando-nos nas UD, desta forma permitiu-nos então planificar com rigor, definir objetivos nos vários planos de aula, evitando assim que as aulas fossem improvisadas, existindo um maior controlo sobre todo o processo de ensino/aprendizagem.

2.1.2 – Realização/ Intervenções Pedagógicas;

Uma das maiores preocupações, ou mesmo a maior, dos Estagiários tem sido o comportamento dos alunos e a relação que estes poderão ter com os primeiros. Para nós esta era uma grande preocupação e um dos maiores receios. Sendo necessário o “controle da turma” para que todo o processo de ensino/aprendizagem decorresse de forma mais eficaz. Considera-se que conseguimos interagir com os alunos da turma. Esta aproximação foi realizada de forma natural, numa abordagem de não imposição, nem de hostilidade, mas sim mostrando aos alunos, que o professor era capaz de compreendê-los e ajudá-los. Foi demonstrado à turma como o professor estagiário trabalhava e como gostava que os alunos trabalhassem, tentando não deixar qualquer dúvida aos discentes de que forma pretendia que atingissem o sucesso.

Apesar de tudo isso, o comportamento dos alunos da turma nem sempre foi estável.

À medida que o ano foi avançando, foi estabelecida uma relação mais vinculada com os alunos.

Uma segunda preocupação, que diretamente influencia o comportamento dos alunos, foi estabelecer a rotina de forma a economizar tempo para o aumento da produtividade da aula.

Também as tarefas a desenvolver foram uma preocupação constante, pois dadas as características dos alunos, estes teriam de ser bastante apelativas e interessantes para os motivar para a prática e assim atingir os objetivos da Educação Física.

Visto que estes objetivos dependem, essencialmente, das particularidades de cada aluno, houve a necessidade de conhecer com mais detalhe cada um deles, de modo a orientar o trabalho e a definir estratégias exatas para ir ao encontro do sucesso.

No que concerne às técnicas de intervenção pedagógica e apesar da experiência docente anterior, o Estagiário considera ter havido uma evolução significativa no decorrer da realização do Estágio Pedagógico, fruto da qualidade e pertinência das observações e conselhos veiculados pelo Professor Orientador, associado a um crescente conhecimento quer da turma e dos alunos, quer das condições físicas e recursos materiais da Escola.

No que diz respeito às técnicas de intervenção pedagógica no processo de ensino e de aprendizagem, destacam-se quatro grandes dimensões: Instrução; Gestão; Clima/Disciplina; e Decisões de Ajustamento.

2.1.2.1 – Dimensão Instrução

Segundo Aranha (2007), a dimensão de instrução engloba um conjunto de técnicas de intervenção pedagógica que o professor tem ao seu dispor, com o principal intuito de promover o processo de aprendizagem dos alunos, de acordo com os objetivos propostos. Perante esta afirmação, a presente dimensão engloba todas as técnicas de intervenção pedagógica relacionadas com a preleção, a demonstração, o feedback e o questionamento.

A forma mais eficaz de um Professor comunicar com os seus alunos é através do processo de instrução.

O professor estagiário tentou sempre comunicar com os alunos de uma forma clara e acessível para assim captar a sua atenção. Apesar de nem sempre ser fácil principalmente nas aulas de segunda feira devido ao pavilhão ter uma acústica muito má, tentou limitar a informação ao essencial para que os alunos entendessem o que era realmente importante para a sua aprendizagem. Foi, também, sua preocupação usar a terminologia científica correta para os alunos tomarem conhecimento da mesma. Foi sempre bastante expressivo ao comunicar com os alunos, usando não só a linguagem verbal, mas também a não verbal, como olhares, gestos, ou expressões que levassem os alunos a entender o que pretendia deles.

À medida que o ano foi passando, foi conseguindo criar laços com os alunos da turma, tendo sempre uma boa relação aluno-professor e professor-aluno.

Para auxiliar o processo de instrução, estabeleceram-se rotinas que, ao longo do tempo, os alunos foram interiorizando e mecanizando. No início da aula, a comunicação era feita com a turma, a exposição feita com uma sequência dinâmica e lógica; as demonstrações dos gestos técnicos realizadas pelo Professor ou por alunos com bom nível técnico; foi sempre utilizado o realçar dos aspetos mais importantes da execução dos gestos técnicos (principais componentes críticas).

Ao longo de todo o estágio pedagógico, e de acordo com a idade dos discentes houve sempre o cuidado e preocupação na utilização de uma linguagem clara, ajustada e o mais perceptível possível, durante a comunicação houve a preocupação de ter todos os alunos no campo de visão, e tentando controlar todos os fatores de distração ou perturbação ao redor da turma, tais como alunos de outras turmas, sol e outros; utilizando uma projeção de voz adequada às condições dos espaços utilizados; e reforçando sempre com uma comunicação não verbal, através da utilização de gestos, movimentos, expressões corporais e faciais.

Na Unidade de Didática de Ginástica o recurso a figuras e esquemas foi uma estratégia frequente, centrando a sua preocupação no valor conteúdo, na qualidade gráfica, na legibilidade e acessibilidade por todos os alunos e na visualização de filmes criados para o efeito onde se aborda as componentes críticas do exercício bem como as ajudas a efetuar pelos colegas, também foi utilizado um teste teórico baseado num Fotopaper, ou seja, os alunos tinham acesso às perguntas após terem feito um percurso pelo espaço escola, de forma a encontrar o local da respetiva fotografia e de terem resolvido os erros que a mesma continha.

No decorrer da Unidade Didática de Voleibol, revelou-se bastante útil a utilização de um tablet para a visualização das posições no campo bem como a rotação realizada após o conquistar o ponto, como forma de reforçar a informação verbal transmitida.

Na apresentação dos conteúdos, foi clara a preocupação de identificar as componentes críticas dos exercícios, apresentando-os de forma progressiva, do simples para o mais complexo, identificando e salientando os aspetos mais importantes e centrando a atenção no essencial, face ao gesto técnico abordado.

No que concerne às demonstrações dos exercícios, a utilização de alunos mais proficientes foi a estratégia mais utilizada, tendo-se revelado bastante positiva, uma vez que permitia o reforçar da informação visual com a informação verbal. O questionamento foi a técnica mais utilizada no sentido de controlar a aquisição de conhecimentos, desenvolver a capacidade de reflexão, melhorar a motivação e o clima da aula. (Sarmiento et al., 2001)

No sentido de avaliar e orientar as aprendizagens dos alunos no início das aulas eram transmitidos os conteúdos e definidos os objetivos a atingir,

estabelecendo a relação com o trabalho desenvolvido na aula anterior e, no final de cada aula, era realizada a extensão de conteúdos a abordar nas aulas seguintes.

Considerando-se o Feedback Pedagógico como um dos elementos muito importante na eficácia do professor perante os alunos, é um dos fatores promotores do sucesso na aprendizagem motora, na tentativa da melhoria da “informação de retorno em função de um comportamento observado” (Sarmiento,1998), na tentativa de a realizar de forma frequente, pertinente e de preferência incidindo sobre os aspetos mais relevantes da matéria de ensino abordada.

O desenvolvimento da destreza do feedback pedagógico, exigiu no decurso deste ano de Estágio, o desenvolvimento de competências no sentido de facilitar a rápida identificação das causas do erro e a redefinição de estratégias, assentes numa informação centrada nos aspetos mais relevantes e facilmente captada pelo aluno.

No que concerne à frequência e pertinência dos *Feedbacks* pedagógicos fornecidos, assim como relativamente à sua qualidade e preocupação no completar do ciclo, registou-se uma melhoria significativa ao longo do estágio.

Ao longo do ano letivo, consideramos que o nível de instrução foi aumentando à medida que melhorávamos os nossos conhecimentos ao longo da UD. No que concerne à parte final das aulas, optámos quase sempre por reunir a turma, promovendo um retorno à calma, acompanhado por um breve balanço da aula, bem como procurando aferir quais os conteúdos que tinham sido alcançados pelos alunos, utilizando frequentemente o questionamento, e informando-os do que seria abordado na aula seguinte.

2.1.2.2 – Dimensão gestão

A gestão do tempo de aula é, sem dúvida, um aspeto de extrema importância para o seu sucesso. Há muitos fatores que podem condicionar essa gestão, como as condições espaciais e temporais, o material existente e disponível, as características da turma e as próprias características das tarefas a desenvolver durante a aula.

Para que se consiga uma boa gestão do tempo de aula, há a necessidade do professor antes desta ter conhecimento se o material necessário está

disponível e em boas condições, se o espaço da aula está pronto a ser usado e, se possível, fazer a montagem do material de forma a não haver perdas de tempo nessas tarefas, se as condições meteorológicas permitem que a aula decorra no local previamente atribuído.

Durante o ano letivo, e principalmente nas aulas de segunda-feira em que os alunos eram obrigados a deslocarem-se para outra escola (escola básica Guilherme Stephens), antes de a aula começar, o professor organizou sempre todo o material da aula, visto que os alunos já tinham perdido algum tempo na viagem para esta escola, e teriam que sair mais cedo para poderem deslocar-se para os transportes, permitindo assim uma melhor gestão do tempo de aula .

Uma outra estratégia que garantia uma boa gestão de tempo foi a pontualidade do Professor Estagiário, sendo uma característica pessoal, permitiu a verificação atempada da disponibilidade e do estado de conservação e segurança do material necessário para cada aula, possibilitando, assim, dar início às atividades letivas ao toque de entrada, antecipando o controlo das presenças.

Em relação à organização da aula (onde se pode perder tempo precioso de prática), foi também necessário estabelecer regras bem definidas para diminuir os tempos mortos. Sempre que foi possível, manteve a organização e os mesmos grupos de trabalho do início ao fim da aula. A organização dos grupos foi, a maioria das vezes, realizada antes da aula e apresentada à turma, também em alguns casos optou-se por nomear alunos que traziam os grupos feitos de casa.

Sempre que foi necessário modificar a organização do material, os alunos auxiliaram nessa tarefa respeitando as regras de segurança e de transporte e montagem de material previamente estabelecidas.

Para que o tempo de empenhamento motor seja o maior possível e, logo, o tempo potencial de aprendizagem também, é necessário, para além das estratégias referidas anteriormente, que o Docente consiga manter a turma empenhada e interessada o mais tempo possível; que o tempo de espera seja reduzido; que consiga observar várias tarefas ao mesmo tempo; que mantenha a turma em atividade com o mínimo de paragens; que mantenha um ritmo adequado à turma; que o tempo de transição seja diminuto, como refere Siedentop (1983) que afirma “a gestão eficaz de uma aula consiste num

comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividades da aula, um número reduzido de comportamentos dos alunos que interfiram com o trabalho do professor, ou de outros alunos, e um uso eficaz do tempo de aula”.

Conforme alertam Siedentop e Tannehill (2000) ser um bom gestor da aula não significa que sejamos professores eficazes, mas os “professores eficazes são, em primeiro lugar, bons gestores da aula”.

Para uma boa gestão de aula torna-se importante dominar vários fatores, que diretamente ou indiretamente estão inerentes à mesma. Assim, quanto maior for o conhecimento e domínio dos fatores envolventes a aula, mais facilmente somos capazes de gerir a mesma e encontrar respostas para possíveis imprevistos.

Em relação à redução do tempo de paragens durante a aula criou-se estratégias, por forma a que estas fossem previamente preparadas e ajustadas para que os tempos de transição e espera fossem reduzidos, ver exemplo do plano de aula n.º 58 do dia 18/02/2019.

A aula foi previamente montada no início da aula e os grupos foram criados no planeamento, como forma de reduzir os tempos de transição, nas próximas aulas os grupos/equipa serão formados por alunos previamente selecionados.

(reflexão do plano de aula n.º 58 de dia 18/02/2019)

2.1.2.3 – Dimensão clima

Esta é, provavelmente, a dimensão de maior importância na intervenção pedagógica de um Docente. Esta tem a ver, sobretudo, com relações interpessoais e com o meio onde se desenrola a ação.

Para Bronfenbrenner (2000), as relações emocionais e pessoais são também bastante importantes no que diz respeito ao clima de sala de aula. É necessário que exista o estudo das ligações entre o autoconceito, as emoções vividas pelos alunos em sala e o clima de sala de aula, isto para que o desenvolvimento seja feito de forma adequada.

Situando esta afirmação e para que o ano letivo decorra da melhor forma é necessário que cada aula seja lecionada num clima positivo, baseado na disciplina e no respeito de parte a parte. Somente assim é possível atingir-se os

objetivos delineados para cada aula e, conseqüentemente, para o ano letivo, otimizando assim todo o processo de ensino e aprendizagem.

Sendo uma habilidade pedagógica fundamental do docente que visa ser “eficaz”, a criação de um clima de aula favorável, de apoio e encorajamento, foram preocupações constantes no decorrer do ano, consciente de que uma atitude positiva do aluno em relação às atividades físicas, promove neste o desejo de prosseguir a prática, pois esta apresenta-se-lhe de uma forma mais agradável, entusiástica e motivadora (Shigunov & Pereira, 1993).

Durante as aulas procurámos criar um clima o mais positivo possível, tentando manter com os alunos uma relação assertiva e mostrando-se sempre disponível para ajudar, quer em situações relativas às aulas, quer em questões pessoais. Fizemos questão de ser o mais verdadeiro possível e mostrou aos alunos como poderiam ter sucesso nas aprendizagens e como o seu comportamento poderia influenciar esse sucesso. Apesar de se ter mostrado acessível, a sua postura nas aulas contribuiu para a compreensão da hierarquia por parte dos alunos. Mostrou sempre respeito pela turma e por cada aluno como ser individual, mesmo quando estes ultrapassaram o razoável em questões de comportamento, e demonstrou satisfação pela evolução dos alunos.

Sempre que possível ignorou alguns comportamentos desviantes, nomeadamente, algum barulho e tentou não usar, estratégias com carácter punitivo.

No geral, e apesar de agitados, o clima da aula foi melhorando ao longo das aulas e a turma mostrou-se quase sempre empenhada, interessada e trabalhadora.

Em certas modalidades, nomeadamente Ginástica de Solo e Aparelhos, houve alguma resistência por parte de alguns alunos e os seus comportamentos pioraram nestas modalidades o que me levou a escolher esta modalidade para o tema-problema. Foram necessárias novas estratégias (nomeadamente diálogos incentivadores), de modo a que superassem os seus medos e realizassem as tarefas. Na maioria dos casos obteve sucesso, pois estes executaram quase todas as tarefas que lhes foram solicitadas e, em certos casos, com agrado.

Considera que ao nível desta dimensão conseguiu ter uma intervenção pedagógica positiva apesar de difícil.

Durante as aulas procuramos criar um clima o mais positivo possível, tentando manter com os alunos uma relação assertiva e mostrando-se sempre disponível para ajudar, quer em situações relativas às aulas, quer em questões pessoais.

Em certas modalidades, nomeadamente Ginástica de Solo, houve alguma resistência por parte de alguns alunos. Foram necessárias novas estratégias (nomeadamente a abordagem a partir do Tema - Problema), de modo a que superassem os seus medos e que estivessem motivados para a realização das tarefas.

2.1.2.4 – Dimensão da disciplina

Se o professor conseguir propagar o afeto e uma empatia genuínas, criará um clima de sala de aula quente e facilitador do qual os alunos tirarão benefícios. Ribeiro (2006), refere que os professores asseguram que a afetividade é importante no estabelecimento de uma melhor relação educativa, entre professores e alunos, permitindo o favorecimento da aprendizagem dos conteúdos escolares. Esta troca mútua de confiança foi o apanágio ao longo deste ano letivo, a confiança, entre alunos e professor, permitiu-nos adquirir a base que se considera essencial para que todo o processo resulte.

O bom clima da aula resultou num melhor controlo disciplinar dos alunos. A postura enquanto professores foi sempre a mesma, quer em ambiente de sala de aula quer fora, o que levou a que os alunos se familiarizassem com a forma de estar e agir do docente.

2.1.2.5 – Dimensão de ajustamento

O processo de ensino e aprendizagem não é estático e depende de muitos aspetos.

Ao longo das aulas contou-se com a correspondente avaliação formativa, assim foi necessário proceder a reajustamentos, tal fica a dever-se à evolução da aprendizagem dos alunos, que na maioria das vezes foi positiva e que superou as expectativas iniciais e que, por outro lado, em termos dos recursos de materiais, avaliou-se situações de insuficiência ou de menor qualidade de funcionamento. Houve também casos em que a extensão e sequência de

conteúdos teve de ser ajustada por uma questão de calendário (testes marcados e atividades extracurriculares).

É importante que o Professor tenha conhecimentos eficazes para poder efetuar uma boa decisão de ajustamento. É necessário detetar onde se encontra a falha, o que é que os alunos não estão a atingir, o porquê de não estar a correr como previsto, para efetuar a correção da melhor forma e que traga mais vantagens e motivação aos alunos.

É importante que o Professor tenha uma bagagem de conhecimentos eficaz para poder efetuar uma boa decisão de ajustamento. É necessário detetar onde se encontra a falha, o que é que os alunos não estão a atingir, o porquê de não estar a correr como previsto, para efetuar a correção da melhor forma e que traga mais vantagens e motivação aos alunos. Consideramos que teve, na maioria dos casos, a capacidade de efetuar decisões de ajustamento corretas, assim, no decorrer de algumas aulas, perante imprevistos ou lacunas detetadas, foi necessário tomar decisões de ajustamento, as quais revelaram não só capacidade de decisão rápida e criatividade, como também didática e pedagogicamente corretas e ajustadas às situações, em causa. É exemplo a reflexão do plano de aula n.º 76.

“O professor com a impossibilidade de realizar o fitescola (pendrive não funcionou), resolveu criar um exercício de aquecimento de Voleibol e proceder a avaliação inicial como previsto, continuando assim a aula.”

(reflexão do plano de aula n.º 76 de 29/04/2019)

2.1.3 Avaliação

No ensino secundário a avaliação das aprendizagens é um processo regulador das aprendizagens, orientador do percurso escolar e certificador das diversas aquisições realizadas pelos alunos, que inclui as modalidades de avaliação formativa, sumativa interna e sumativa externa (D.L. nº 55/2018 de 6 de julho).

Considerando que todo o processo de avaliação contempla uma linha orientadora para todos os intervenientes no processo de ensino e de aprendizagem e tendo consciência do carácter subjetivo de todo o processo, foi sempre a nossa preocupação aplicar adequadamente os instrumentos e as estratégias de avaliação, utilizando como linhas orientadoras os Critérios de Avaliação definidos pelo Grupo disciplinar de Educação Física promovendo uma

avaliação participativa e justa. Neste processo, torna-se imprescindível o uso de instrumentos de avaliação adequados, objetivos, diversificados e, sobretudo, flexíveis, de modo a corrigir as aprendizagens.

2.1.3.1 Avaliação Inicial

Para Nobre (2015), a avaliação inicial aplica-se no início de um processo avaliador, servindo para detetar a situação de partida (do aluno, do programa). Segundo esta afirmação, a avaliação inicial tem como finalidade a observação dos alunos quanto aos pré-requisitos para se adaptarem a um plano de atividades e quanto ao nível de desenvolvimento aceitável das suas capacidades. No entanto, sempre que se verifiquem insuficiências deve-se organizar esquemas de ação no sentido de as superar, bem como fazer o registo de particularidades para permitir o ensino individualizado, bem como para formar grupos de níveis.

Para esta avaliação foram atribuídos níveis de desempenho com base na observação das aprendizagens adquiridas anteriormente pelos alunos, foram construídas grelhas (ver anexo) de análise simples utilizando a seguinte classificação definida pelo grupo disciplinar de Educação Física:

- A - Executa com elevado nível de Proficiência
- B - Executa cumprindo alguns critérios de êxito
- C - Não executa ou executa com bastantes dificuldades

2.1.3.2 Avaliação Formativa

Segundo Sobral e Barreiros (1980), a avaliação formativa distingue-se por uma articulação estreita com o processo de ensino e aprendizagem e desempenha uma ação de controlo e ajustamento permanente e simultânea em relação ao trabalho em curso, logo é uma avaliação a ter em conta durante todo o processo do ensino-aprendizagem.

É uma informação importante para fornecer informações aos professores acerca do desenvolvimento da Turma/alunos.

A avaliação formativa esteve, presente em todas as aulas e em todas as tarefas e interações, e uma vertente formal, realizada numa determinada etapa de trabalho que permitiu efetuar um balanço do trabalho realizado e, se necessário, efetuar reajustamentos, fundamentou-se sobretudo na observação

direta do desempenho do aluno, em relação ao seu desenvolvimento motor, conhecimento, atitudes e valores através de uma grelha de registo adequadas para o efeito complementando-se ao longo da unidade didática.

Procedemos à criação de uma tabela, inserida no plano de aula, onde os alunos seriam avaliados, em relação às capacidades e atitudes, sendo atribuída uma nota a cada aluno. Desta forma, no término de cada aula, realizávamos a média relativa de cada aluno, resultando num valor na escala de 0-100. No que concerne às capacidades, a percentagem definida pelo grupo de EF foi de 60%. Já no que concerne ao domínio das atitudes assumiu-se uma percentagem de 20% dividida em responsabilidade, empenho e comportamento para, posteriormente, integrarem a grelha final de avaliação sumativa.

2.1.3.3 Avaliação Sumativa

Segundo Sobral e Barreiros (1980), “A avaliação sumativa uma avaliação de facto consumado”. Realiza-se no final do processo de ensino aprendizagem. Serve para analisar o produto final.

Fornece uma avaliação final de uma unidade didática e só é pertinente num processo de ensino e aprendizagem mais ou menos longo, Damião (1996).

A avaliação também tem em conta os alunos, normalmente aconteceu a autoavaliação e heteroavaliação (ver anexo XIII).

No final de cada Unidade Didática, procedeu-se à análise e tratamento das informações recolhidas, realizando-se uma síntese e um juízo global e final por forma a aferir o desenvolvimento das aprendizagens e competências definidas para cada unidade, com base nos objetivos curriculares mínimos definidos na planificação e de acordo com os dados recolhidos na avaliação inicial.

No que concerne à avaliação do domínio cognitivo, para além da técnica de questionamento verbal no decorrer de todas as aulas, procedeu-se à realização de um teste de avaliação de conhecimentos teóricos no final do 1.º e 2.º períodos. Como forma de preparação dos referidos momentos de avaliação, para além da informação verbal veiculadas nas aulas, foi elaborado um documento orientador com vista à sistematização teórica de conhecimentos, tendo sido disponibilizado no site criado para o efeito.

No final de cada período letivo, procedeu-se à seriação dos alunos sendo-lhe atribuída uma posição numa escala de valores de 1 a 5, de acordo com os procedimentos constantes dos vigentes e no Regulamento Interno da Escola.

De forma a operacionalizar este processo de avaliação sumativa, procedemos ao preenchimento e ajustes de uma tabela do grupo EF, que segue em anexo (anexo XII), onde colocávamos o nome de cada aluno assim como os respetivos domínios avaliados pelos professores. Esses domínios estão divididos entre atitudes 20%, conhecimento 20% e capacidades 60%. No final de cada UD, é atribuída uma nota a cada aluno, esta que em conjunto com as restantes, culmina numa nota final, para cada um dos períodos letivos.

2.1.3.4 Autoavaliação

Para Ferreira, (2009) a autorregulação da aprendizagem surge na sequência da autoavaliação. Nunca poderia existir, na sua opinião, autorregulação sem que antes o aluno não tivesse realizado a avaliação da sua própria aprendizagem. É neste processo de reflexão, feito pelo aluno acerca dos seus erros e de escolha das estratégias pedagógicas mais adequadas à superação destes erros ou problemas, que consiste na autorregulação. Das contribuições que acabamos de expor, pode-se então aferir o papel fundamental da autorregulação da aprendizagem, já que é através da sua aplicação que o aluno reflete sobre o que realizou, mas sobretudo porque parte desta reflexão para tomar as melhores decisões possíveis que lhe possibilitem alcançar o sucesso nas tarefas seguintes. Nas aulas finais das UD foi realizada a avaliação sumativa e a autoavaliação. O aluno após a sua avaliação respondia a uma ficha de autoavaliação dos gestos técnicos abordados na sua avaliação sumativa.

Na última aula de cada período, foi promovida a realização da autoavaliação (ver exemplo anexo XIII) formal dos alunos, através do preenchimento da grelha de autoavaliação adotada pelo NEEF, bem como no fim de cada UD, também os alunos preenchiam a ficha de autoavaliação, verificando-se, na maioria dos casos, que o nível sugerido pelo aluno não divergia do nível proposto pelo professor.

Este documento permitia um desenvolvimento crítico pessoal e interpessoal, auxiliando-nos na perceção que os alunos tinham de si mesmos e

do que esperavam da disciplina. Fez com que o aluno tenha uma consciencialização da sua ação no decorrer das aulas, identificando os sucessos obtidos e as suas dificuldades, erros cometidos e a reflexão para a sua correção. O nosso papel enquanto professores, é de auxiliar neste processo de reflexão de modo a que o aluno supere as suas dificuldades.

2.1.3.5 Avaliação Coparticipada

“O uso dos resultados de avaliação pelo aluno, numa lógica subjetivista e formadora, inscreve-se no que designamos uma avaliação coparticipada, próxima da noção de *assessment for learning* (Earl; 2003; Fernandes, 2011, Citados por Nobre, 2015)”, Como refere Nobre (2015), esta forma de avaliação orienta-se para a autorregulação da aprendizagem pelo aluno e implica a utilização de formas alternativas de avaliação que lhe permitam determinar o que já aprendeu, identificar o que lhe falta aprender e definir o que necessita fazer para o conseguir.

Neste domínio nas modalidades de Futsal, Andebol e Basquetebol, foi preenchido uma ficha de heteroavaliação (ver anexo XIII) para que os alunos pudessem proceder à avaliação dos colegas. Em relação a esta heteroavaliação observamos que os alunos desenvolveram uma maior autonomia e controlo da sua aprendizagem (Nobre, 2015).

2. Área 2 - Atividades de Organização e Gestão Curricular

O objetivo deste projeto é elaborar um documento que contenha as linhas orientadoras do trabalho de assessor do diretor de turma, especificando algumas das funções mais importantes a desenvolver.

A colaboração entre estagiários e os diretores de turma permite ao estagiário ter um primeiro contato com o trabalho de direção de turma, suas preocupações, requisitos, direitos e deveres. Ao trabalhar ativamente com o diretor de turma, o estagiário poderá observar de perto todos os aspetos, e ao mesmo tempo poderá esclarecer eventuais dúvidas que poderão surgir.

Assim, as questões que se colocam como ponto fulcral desta assessoria, prenderam-se sobretudo com o perfil funcional, significado e problematização das condições do exercício do cargo de Diretor de turma.

Tendo em conta a dimensão formativa deste mestrado, e em particular do Estágio Pedagógico, esta assessoria tem como principal objetivo, uma aproximação e um contacto, o mais estreito possível, com a realidade daquilo que é um cargo de gestão, embora intermédio, numa escola.

A realização deste projeto permitiu obter uma noção mais abrangente da real dimensão e importância do cargo de Diretor de Turma no contexto educativo. A pesquisa efetuada, nomeadamente a que se refere ao enquadramento legislativo, resultou, sem dúvida, numa visão mais clara das funções que lhe são inerentes. Assim, espera-se que se tenha realizado bom acompanhamento do cargo, intervindo de uma forma consciente nas atividades e ajudando, sempre que necessário, na realização das tarefas: registo de faltas, apoio à receção aos Encarregados de Educação, preparação das reuniões de avaliação, entre outras.

2.1. Diretor de turma

O diretor de turma é um docente, designado pelo diretor do agrupamento, de entre os professores que lecionem a turma, tendo em conta a sua competência pedagógica e capacidade de relacionamento e liderança. Sempre que possível, deverá ser designado diretor de turma o professor que no ano anterior tenha exercido tais funções na turma a que pertenceram os mesmos alunos. O diretor de turma deve ser, preferencialmente, um professor que leccione à totalidade dos alunos.

O diretor de turma desempenha, junto dos docentes da turma, uma função de coordenação das atuações de cada um deles no âmbito da respetiva área de docência e de articulação e mediação entre essas ações dos professores dos restantes envolvidos no processo educativo (os alunos, os encarregados de educação).

Estas funções situam-no assim entre duas áreas de intervenção a docência e a gestão. O diretor de turma é um docente que coordena um grupo de docentes e é também um elemento do sistema de gestão da escola a quem cabe a responsabilidade de presidir ao conselho de turma.

Estivemos sempre presentes nas reuniões de conselho de turma contribuindo com elementos de avaliação recolhidos ao longo do ano letivo. Nestas reuniões os estagiários desempenhavam o papel de secretários da

reunião assessorando o diretor de turma. Nestas reuniões constatámos que os alunos na disciplina de EF demonstram desempenhos e comportamentos distintos em relação às outras disciplinas, nomeadamente domínio das atitudes.

Pretendendo conhecer a função do DT acompanhamos o trabalho realizado pela docente. Verificamos ser muito importante para a cargo o conhecimento da legislação inerente e o seu enquadramento nas tarefas realizadas, à organização do dossier de turma e no contacto direto com os encarregados de educação visando dar a conhecimento do percurso escolar dos seus educandos. Assim foi possível verificar também a importância em conhecer o contexto familiar do aluno, para poder intervir atempadamente e usufruir dos resultados desejados no seu desempenho escolar.

Consideramos, ainda que o referido Programa de Assessoria ao Cargo de Diretor de Turma ultrapassou largamente as suas expectativas iniciais, constituindo uma mais-valia no que concerne à sua formação pessoal e profissional fruto da aquisição de um conjunto de conhecimentos e competências que nos permitirão desempenhar o referido cargo de uma forma ainda mais eficaz no futuro.

3. Área 3 – Projeto e Parcerias educativas

3.1. Torneio Fairplay

A 25ª Edição do Torneio FAIR PLAY foi realizada nos dias 03, 04 e 05 de abril de 2019, na Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte, do Agrupamento de Escolas Marinhas Grande Poente e foi implementada pelos professores do Núcleo de Estágio da Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte e respetivo Orientador de Estágio, em parceria com os Professores de Educação Física.

O Torneio FAIR PLAY é um evento que tem sido implementado na Escola, nos últimos 24 anos, constando no Plano Anual de Atividades. Destina-se a alunos do 9.º ao 12.º ano e um elemento do ensino noturno por equipa, num universo de 1200 alunos e tem como objetivo primordial promover a prática de atividade física regular e fomentar a ética desportiva, a consciência cívica e a responsabilidade pessoal.

A competição decorre durante três dias, nas modalidades de Futsal, Basquetebol, Voleibol e Tração à Corda. Declara-se vencedora, a equipa que obteve mais pontos na soma de todas as modalidades e as equipas que apresentaram melhor registo de fair play. Este conjunto de atividades apresenta uma grande adesão por parte dos alunos, e por esse motivo é relevante dar continuidade à mesma uma vez que é do gosto e interesse dos alunos.

De grande tradição, o Torneio implementado ao longo de 24 edições foi um desafio e uma motivação para o núcleo de Estágio desde o início dos trabalhos. Assim o projeto foi construído procurando conseguir o maior número de inscrições dos diferentes níveis de ensino da Escola, adequar o planeamento ao contexto, promover a partilha, o fair play, o cumprimento das regras de sã convivência e desenvolver uma melhor integração e aceitação quer a nível socio-afetivo quer a nível social através da prática de atividade física.

Antes da concretização do evento, foi preciso organizar diversas tarefas que foram divididas pelos estagiários, ficando responsável pela parte da elaboração dos cartazes, logotipo para medalhas e taça, bem como do sorteio do quadro competitivo. Evento que contou com um novo cargo o delegado de equipa, elemento responsável pela inscrição da equipa, pela presença no sorteio bem como da realização da reportagem fotográfica ao longo do evento. Também foi imputado a construção do calendário competitivo, tarefa que foi realizada com as devidas medidas para a classificação automática, mas foi necessário rever todo o processo pois houve equipas impedidas de participar no 1.º dia do torneio devido a ter coincidido com a visita à Futurália, assim, a sua reconstrução coube à estagiária Maria João.

O 1.º dia do torneio 3 de abril iniciou-se às 12h30 com a palestra, iniciando-se a atividade desportiva às 14h30 com a organização dos espaços na orientação dos árbitros e da mesa, bem como da atribuição dos pontos FairPlay do espaço que foi destinado o Basquetebol.

No segundo dia iniciou-se com a organização do material: mesas, cadeiras, cartões, apitos, quadros de classificação por forma a que tudo estivesse preparado às 8h40, hora que começou 2.º dia do torneio, terminando com um ligeiro atraso, mas dentro da normalidade. De modo a que não houvesse mais atrasos, houve a necessidade de conjugar o horário da hora de almoço dos

postos para que todos conseguissem almoçar sem parar as atividades. No fim do dia procedeu-se ao arrumo do material bem como da limpeza do mesmo.

O último dia iniciou-se novamente a horas com a montagem de todo o material. Como neste dia estava programado as meias finais e respetivas finais, podemos parar para almoçar.

Quando se retomou o torneio as condições climatéricas não permitiram que o mesmo fosse realizado no mesmo espaço tendo-se recorrido às instalações da Escola EB Guilherme Stephens, sendo necessário proceder-se às necessárias mudanças do material e alguns ajustes.

Foi então na escola EB Guilherme Stephens que decorreram as finais e a entrega dos prémios das equipas vencedoras e da equipa Fair Play.

Demonstramos sempre disponibilidade para colaborar em todas as situações, privilegiando assim o bom funcionamento do Torneio.

Na globalidade, pensamos que o torneio FAIR PLAY de 2019 foi muito positivo para a comunidade escolar, apesar de todas as vicissitudes de ordem material e organizativas, conseguimos cumprir na globalidade os objetivos que delineamos para o evento.

Para finalizar, gostaríamos de referir que a realização deste torneio permitiu adquirir um conhecimento mais profundo sobre as características que devem presidir num evento desportivo de qualidade, e ainda conhecer uma realidade concreta.

3.2. Dia da Criança

Este projeto surge no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Pedagógico – Área 3 – Projetos e Parecerias Educativas, que integra o plano de estudos pertencente ao 2º Ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, lecionado na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Universidade de Coimbra. O propósito pedagógico desta Unidade Curricular refere-se ao desenvolvimento de competências e capacidades organizativas, de planeamento, execução e controlo.

O presente relatório tem como intuito descrever e refletir sobre o trabalho desenvolvido em todo o processo de planificação e desenvolvimento desta atividade pelos professores do Núcleo de Estágio da Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte em parceria com a Direção da Escola (professor Cesário Silva), coordenadora do 1.º Ciclo (professora Fernanda

Barbosa), professores responsáveis pelo Curso de Educação e Formação de Cozinha (professor Tiago Almeida), professor Orientador Cláudio Sousa e Câmara Municipal da Marinha Grande.

O projeto e a sua consecução surgiram no âmbito das comemorações do “Dia Mundial Da Criança” e teve como base a vertente lúdico-desportiva, contou com a participação das Pré-Escolas e do Ensino Básico do Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente, momento único do ano que envolveu cerca de 800 crianças dos 4 aos 10 anos e 41 docentes.

É importante ressaltar a mais-valia destas atividades, na formação docente e discente, uma vez que permitem aprimorar as capacidades de iniciativa e proatividade, de desenvolvimento de trabalho em grupo com intuito de promover o “brincar” como ferramenta de comunicação e desenvolvimento da criança.

O “brincar” permite o desenvolvimento integral do ser humano nos aspetos físico, social, cultural, afetivo, emocional e cognitivo. Desta forma pretende-se demonstrar que através de uma atividade lúdica/desportiva é possível adquirir aprendizagens, assumindo-se como promotora de sucesso educativo.

Tendo em conta que a atividade para comemoração do Dia Mundial da Criança tem vindo a implementar-se ano após ano, o Núcleo de Estágio optou por dar continuidade ao projeto. Este foi planeado e implementado de modo a proporcionar aos alunos da pré e do 1.º ciclo do agrupamento a possibilidade de uma prática desportiva de acordo com os seus interesses e motivações, promovendo os valores a ela associadas. As atividades que o constituíram procuram respeitar as diferenças individuais de cada criança (princípio de inclusão), privilegiando a criatividade, a expressão e o movimento, bem como a aprendizagem de regras e significações sociais do comportamento que irão permitir a adaptação à sua cultura, através da prática desportiva, cultural e artística.

Fazemos um balanço relativamente aos objetivos individuais para os quais nos propusemos atingir inicialmente, julgamos tê-los atingidos. Manifestamos sempre disponibilidade para a planificação e concretização desta tarefa.

Relativamente à conceção do projeto e ao planeamento, desenvolvemos uma capacidade de construção, desenvolvimento, planificação e avaliação deste tipo de eventos. Mais concretamente ao nível da angariação e mobilização de recursos humanos e materiais, e da organização dos mais diversos aspetos a ter em conta.

Neste sentido permitiu-nos demonstrar a capacidade de iniciativa, tendo também a possibilidade de sensibilizar todos os intervenientes para a importância da diversão orientada.

Na globalidade, consideramos que a atividade do Dia Mundial da Criança foi muito positiva para todos os participantes, apesar de todas as vicissitudes ao nível dos recursos disponíveis e também ao nível organizacional, conseguimos cumprir na globalidade os objetivos que delineamos para o evento.

4. Componente Ético-Profissional

No diz respeito à componente ético-profissional, no desempenho da atividade dos estagiários, promovemos aprendizagens curriculares, fundamentadas na prática profissional num saber específico resultante da produção e uso de diversos saberes integrados em função das ações concretas, social e eticamente situadas; assumindo-nos como profissionais de educação, com a função específica de ensinar, recorrendo ao saber próprio da profissão, apoiando-nos na investigação e na reflexão partilhada da prática educativa.

A nossa atividade numa perspetiva de escola inclusiva, promovemos a diferenciação das aprendizagens; fomentámos o desenvolvimento da autonomia dos alunos, tendo em conta o carácter complexo e diferenciado das aprendizagens escolares; promovemos o bem-estar dos alunos e o desenvolvimento de todas as componentes da sua identidade individual e cultural; identificamos e respeitamos as diferenças culturais e pessoais, combatemos processos de exclusão e discriminação; promovemos o trabalho de equipa e assumindo-o como uma responsabilidade própria e coletiva.

Participámos em ações de formação e fomos convidados a participar em eventos ao longo do ano letivo (tabela 1) e acompanhámos também algumas atividades relativas ao Desporto Escolar, integrando a equipa de docentes, auxiliando nas tarefas necessárias.

Tabela 4 Ações de formação e participação em eventos desportivos ao longo do ano letivo 2018/2019

AÇÃO DE FORMAÇÃO/PARTICIPAÇÃO	Período	LOCAL
Jornadas Pedagógicas: Inclusão, flexibilidade e inovação	19 de setembro de 2018	ESACD
Corta Mato – Fase Escolar	28 de novembro de 2018	Parque da cidade
Mega Sprint – Fase Escolar	11 de fevereiro de 2018	Estádio Marinha Grande
VI Jornadas Científico- Pedagógicas do EP em EF	29 de março de 2019	FCDEF-UC
VIII Oficina de Ideias de EF	3 de abril de 2019	Escola Secundária Avelar Brotero – fomos representados por um colega do NEEF
Atividades Rítmicas Expressivas: a dança	Ao longo do 2.º período	ESACD
25.º Torneio Fairplay	3, 4 e 5 de abril de 2019	ECDA
O ensino do Tag-Rugby	24 de abril de 2019	ECDA
Desporto Escolar – Fase Final de Voleibol (Masc. e Fem.)	4 e 5 de maio	Lousã
VI Fórum Internacional das Ciências da EF	16 e 17 de maio de 2019	FCDEF-UC, Coimbra

4.1. Questões dilemáticas

Durante o estágio pedagógico, surgiram alguns dilemas ao nível da nossa intervenção pedagógica com os quais tivemos de lidar, mas que nos permitiram crescer, enquanto profissionais, e superar as dificuldades.

Apesar de em algumas aulas tivemos alguns alunos que se negavam a participação nas aulas, dois durante a unidade didática da ginástica não queriam realizar a aula, a abordagem do professor demonstrou-se a mais correta pois nas duas situações os alunos acabaram por ceder e realizar todas as aulas. Estas situações foram pontuais.

Sentimos dificuldades na construção das UD e dos planos de aula, no que respeita aos objetivos delineados e objetivos atingidos e na ligação dos exercícios.

A tarefa mais difícil foi com uma aluna que apresentou dois atestados médicos que a impediam de realizar aula prática, sendo sempre solicitado a realização de trabalhos, sobre as unidades didáticas. Neste caso, tentamos conquistar a sua confiança, conversamos com a aluna e podemos afirmar que a estratégia surtiu efeito pois a aluna realizou aulas e avaliação a algumas unidades didáticas.

Capítulo III – Aprofundamento do Tema/Problema:

A IMPORTÂNCIA DO USO DE MATERIAIS DIDÁTICOS DIGITAIS NA PERCEÇÃO DE MOTIVAÇÃO DOS ALUNOS PARA A GINÁSTICA DE SOLO.

I. Quadro Teórico

O desenvolvimento tecnológico ocorre sem precedentes na história da humanidade. Segundo Waldimir Pirró e Longo (2007) , desde a pré-história que os homens têm procurado entender o Universo e transformar o meio ambiente em que vivem, valendo-se das disponibilidades materiais e dos fenômenos naturais que ocorrem, no sentido de atenderem os seus desejos mais profundos, quase nunca explicitados, dentre os quais se destacam: viver mais, trabalhar menos e com menor esforço físico, não sofrer (principalmente não sentir sede, fome e dor), ter mais prazer (tempo disponível para o lazer), preservar a espécie e ter poder para impor a sua vontade em situações de conflito individuais ou coletivos.

Atualmente o avanço quanto ao uso das TIC como ferramenta no processo ensino-aprendizagem tem tido um papel crucial na melhoria da qualidade da educação, sendo que também a nível da qualidade da educação é igualmente a nível político reconhecido e percebido o significado da sua integração nos sistemas educacionais (UNESCO, 2003).

A Educação Física igualmente deve estar atenta a este novo paradigma na educação. Os alunos cada vez mais têm maior contato com as tecnologias da informação e comunicação pelo que incluir nas aulas de Educação Física permitir-nos-á uma maior aproximação aos alunos, aos seus novos tipos de linguagem e ao seu cotidiano. Deste modo, através de estratégias de ensino e aprendizagem inovadoras na escola procuramos a discussão e reconstrução de

conteúdos baseados nas matérias abordadas de forma estimulante, inovando ao nível dos conteúdos e da forma de ensinar.

No entanto o uso das TIC na Educação Física não será pacífico e poderá apresentar algumas resistências, apoiando-nos no ponto de vista de Bingimlas (2009) que sistematiza os obstáculos como a falta de confiança, a falta de competência, a resistência à mudança e atitudes negativas, como de alguns dos fatores que poderão aumentar a resistência a esta aproximação.

Deste modo consideramos que será necessária uma aproximação pedagógica progressiva na inclusão das TIC nas intervenções pedagógicas a realizar.

Tecnologias da Informação e Comunicação na Sociedade

As Tecnologias de Informação e Comunicação instaladas na sociedade levaram a profundas mudanças no campo social e individual ao influenciarem drasticamente a vida humana (Gouveia & Gaio et al, 2004).

A sociedade tende a ser cada vez mais competitiva, criando mais riqueza e conseqüentemente qualidade de vida, tornando-se numa sociedade mais livre evitando a exclusão do cidadão convidando-o a participar. Mas para que isto seja possível e não se criem maiores desigualdades sociais, as políticas educativas desempenham um papel primordial. Considerando que o novo paradigma social tem como principal recurso a informação, a correta utilização, pesquisa, armazenamento e tratamento da informação leva o cidadão a ter de aprender a lidar com esta realidade. Não parece ser suficiente manusear corretamente as tecnologias, é necessário desenvolver as competências necessárias para compreender este novo processo. O indivíduo tem de ser capaz de acompanhar adequadamente as inovações para ter uma adequada integração na sociedade e no mercado de trabalho cada vez mais competitivo e exigente (Martins, 1999), e também os professores, particularmente, terão de encontrar formas adequadas de integrar, progressivamente, estas inovações.

Uma sociedade altamente tecnológica, onde distâncias e fronteiras foram destruídas, onde cada indivíduo tem à sua disposição uma quantidade infinita de informação – é a Sociedade da Informação e do Conhecimento, cujo elevadíssimo ritmo de mudança, implica uma atualização constante dos

conhecimentos de cada um, de forma a adaptar-se à frequente redefinição das funções a desempenhar (Morais, 2006).

Como referido pelos autores Pereira e Bento (2009), ao questionarem se para os jovens que reúnem condições que lhes permitem ter acesso a TIC em contexto doméstico, existe uma duplicação das oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento de competências cognitivas e comunicativas, oportunidades de aceder a informação e construir ou facilitar conhecimento. O aumento de espaços e de possibilidades de acesso é um elemento favorecedor de desenvolvimento de competências, interesses e aprendizagens. Se o acesso doméstico estiver associado a um desenvolvimento intencional de um conjunto de aprendizagens que fomentem a literacia digital dos utilizadores, então, de facto, esse factor é um meio eficaz que permitirá maior acesso e uso das TIC/Internet, recursos digitais esses abordados como meio de motivação para as aulas de ginástica de solo.

TIC na Escola

Valente (1993) já nesta altura refere que o uso das TIC melhora a capacidade cognitiva dos indivíduos e coloca as informações próximas das pessoas.

Ao se tratar de tecnologias para a educação, especificamente, espera-se que sejam úteis para o que se propõem: possibilitar a professores e alunos condições favoráveis para alcançar os objetivos educacionais traçados. (Bianchi, Pires, & Vanzin, 2008)

As tecnologias estão inseridas com frequência na sociedade atual e o seu desenvolvimento tem trazido consigo profundas transformações também no ensino e nas áreas curriculares. A presença massiva de meios e recursos tecnológicos são paulatinamente integrados nas práticas de ensino. Perante estas alterações, as TIC reconfiguram também o espaço escolar e por isso promovem uma reestruturação das atividades de ensino/aprendizagem, nas quais se inclui a Educação Física.

O uso da TIC na escola possibilita ao professor e ao aluno o desenvolvimento de competências e habilidades pessoais que abrangem desde ações de comunicação, busca de informações, até a autonomia individual,

ampliando as suas possibilidades de inserções na sociedade da informação e do conhecimento. (Tezani, 2011).

TIC na Educação Física

Os estudos encontrados na literatura mostram que as TIC são usadas nas aulas de Educação Física como estratégia para incentivar os alunos a debates, para ensinar os esquemas técnicos e táticos do desporto e para outras ilustrações do conteúdo, discussão de temas atuais, para pesquisa do professor (aulas, materiais, discussões), produção e visualização de vídeos, curtas-metragens, jornais sobre temas específicos, criação de blogs, entre outros (Silva, 2012).

No entanto, ainda conforme Bianchi, Pires e Vanzin (2008), os professores de Educação Física encontram dificuldades em utilizar as TIC nas suas aulas. Destaca-se também além dos referidos anteriormente: a insuficiência de estratégias políticas de formação inicial e contínua do professor; o planeamento de propostas educativas qualificadas e críticas na perspetiva das TIC; a deficiência nas condições de trabalho, como as estruturas físicas e materiais; o facto de não serem nativos digitais. Portanto a necessidade de fazer formações para adquirir competências de maneira global, encontram vários problemas no ambiente escolar como a desmotivação e desinteresse dos alunos pelas aulas; entre outras dificuldades específicas presentes em cada contexto (Silva, 2011).

É preciso que os profissionais da área EF estejam preparados tecnologicamente e pedagogicamente para enfrentar alguns desafios. Neste contexto a EF deve colaborar para que os objetivos educacionais sejam alcançados tentando que os recursos digitais coadjuvem o plano da turma.

Para a utilização das Tecnologias da Informação e Comunicação nas aulas de EF existem limitações da mobilidade apresentadas pelos computadores tradicionais (de mesa), não sendo presentemente essa a principal situação limitadora devido ao facto das aulas de Educação Física poderem ser desenvolvidas ora no Ginásio, ora em espaços exteriores contando com a mobilidade digital existente nomeadamente os portáteis, os tablet, os smartphones e as redes.

Os livros escolares apresentam imagens das diferentes fases de um gesto técnico, mas não o mostram fluído no tempo. O aluno apenas consegue imaginar ou supor como será a transição de uma imagem para a outra, mas não tem a noção do tempo de transição entre elas. A ideia de dinâmica do movimento no decurso do tempo vai depender da capacidade do aluno de associar as posições corporais mostradas em cada imagem. Logicamente será difícil associar variáveis físicas como força muscular, velocidade, e/ou potências que se deverá empregar em cada fase do movimento.

A visualização de um vídeo permitirá observar toda a dinâmica do movimento fluído no decurso do tempo e com a necessária reversibilidade. Podemos visualizar os vídeos em casa, na escola, ou outro e só necessita de uma ligação à internet.

Materiais e recursos TIC

Para o presente estudo consideramos importante explorar o potencial do uso de materiais didáticos digitais no processo de ensino-aprendizagem na Educação Física. No estudo de Rech (2010), a autora sugere “que ao produzir materiais didáticos digitais para as aulas de Educação Física, deve-se ter o cuidado de não reforçar a exploração da perfeição do resultado e da competição, mas também utilizar imagens para ilustrar os conteúdos e representações de realidades não observáveis”.

A motivação dos alunos para a Educação Física

A motivação é um dos elementos principais para a execução de qualquer ação, independentemente do ambiente, conteúdo ou momento. Winterstein, em 1992, acrescenta que a “motivação parte do pressuposto de que deve existir algo que desencadeie uma ação, que lhe dá uma direção, mantém seu curso em direção a um objetivo e a finaliza” (Winterstein, 1992). Parece claro que para realizarmos algo a motivação influencia, e impulsiona a nossa ação. Estar muito ou pouco motivado, dependendo da situação, do contexto, dos gostos e desejos de cada um. Assim, é evidente que a motivação influencia, nas nossas decisões.

Também Samulski (2002) afirma que “a motivação para prática desportiva depende da interação entre a personalidade (expectativas, motivos, necessidades, interesses) e fatores do meio ambiente como facilidades, tarefas atraentes, desafios e influências sociais”.

Magill (1984) defende que a relação entre a motivação e a aprendizagem é recíproca, ou seja, um aluno desenvolve as suas capacidades devido ao facto de estar motivado, e o inverso também acontece. O desenvolvimento de uma nova capacidade motiva o aluno.

Karsenty (2003) nos artigos publicados destaca o uso das TIC em sala de aula aumenta o sentimento de afiliação à turma e fez com que os alunos se sintam mais competentes. Reconhece porém, que os fatores motivacionais, mais do que receitas milagrosas são baliza para o docente preocupar-se com o sucesso dos seus alunos.

No que diz respeito à modalidade de ginástica pode concluir-se que os alunos estão extrinsecamente menos motivados quando se confronta a sua performance com a dos colegas (Duarte, 2015).

Como refere Araújo (2013), “tem-se verificado uma diferente motivação entre os alunos do 2.º ciclo e os alunos do 3ºciclo do ensino básico pela prática de EF, estando os primeiros sempre claramente mais motivados para a disciplina do que os alunos do 3º ciclo e secundário. As explicações podem ser variadas: A cada dia que passa os alunos descobrem, fora do ambiente escolar, as novas tecnologias, internet, diferentes jogos tipo PSP⁴s, etc, assim como as novas fontes de informações, então porque não trazer essas ferramentas para as aulas de Educação Física?”

Na turma em estudo, também foi verificado uma diferente motivação na ginástica em relação às outras matérias. Ao longo de todo o ano letivo, os alunos demonstravam motivação em todas as modalidades, contudo, no decurso do primeiro período, a sua reação aquando da apresentação dos conteúdos das aulas de ginástica, não era tão efusiva como em outras modalidades. Foi notória a diferença na motivação entre os sexos, as raparigas mesmo assim parecem estar mais motivadas que os rapazes, na modalidade da ginástica de solo. Assim surgiu o interesse em investigar os níveis motivacionais dos alunos da turma para a prática da modalidade acima referida, com o recurso ao uso de um fotopaper, de vídeos e de uma página de internet que servirá como repositório dos vídeos apresentados nas aulas.

⁴ Consola de jogos Playstation Sony Portatble

TIC plataformas digitais vantagens e desvantagens

Vantagens na utilização das plataformas digitais

As tecnologias possibilitam diferentes dinâmicas e metodologias de ensino. Atualmente em qualquer disciplina, em qualquer escola é difícil o professor que não faça uso das TIC, plataformas digitais e aparelhos eletrônicos nas suas aulas, ou indiretamente, através do planeamento, organização, estrutura dos conteúdos de ensino e da sua prática pedagógica (Júnior, 2015).

Neste sentido, sobressai a importância de os professores aproveitarem as inúmeras possibilidades que as TIC podem proporcionar em prol dos processos didáticos mais atrativos e significativos para os alunos como refere Tahara e Darido (2016).

A perspetiva do benefício da aproximação, comunicação, relação e envolvimento dos pais através das plataformas digitais é documentada por vários autores, que associam a comunicação escola-família ao envolvimento parental na aprendizagem (Fantuzzo, LeBoeuf, & Brumley, 2013), às boas relações entre pais e educadores (Diamond, Justice, Siegler & Snyder, 2013) e aos bons resultados dos alunos (Hilado, Kallemeyn, & Phillips, 2013).

Também a utilização dos meios audiovisuais é considerada uma boa estratégia, com a finalidade de aumentar a qualidade de interpretação de técnicas das habilidades motoras (Hazen, Jonstone, Martin, & Srikames, 1990).

Desvantagens na utilização das plataformas digitais nas aulas de EF

A utilização das TIC também apresentam desvantagens que são descritas por diversos autores.

O receio por parte de alguns professores em desenvolverem atividades que envolvam computadores, pois estas podem expor as suas vulnerabilidades tecnológicas aos alunos (Correia et al., 2009).

No estudo de Champagnatte e Nunes (2011), constatou-se que as dificuldades no uso da internet e do vídeo na sala de aula pelos professores, estão muitas vezes nas infraestruturas que impedem o seu uso pois estão quase sempre ocupadas assim como a falta de tempo dos docentes para preparar os materiais, devido às suas cargas horárias.

Segundo Tahara e Darido, em 2016, a falta de infraestrutura das escolas, no que diz respeito às condições materiais é uma dificuldade para a inserção das

TIC nas aulas de Educação Física, estas dificuldades podem-se referir à falta de manutenção nas salas de informática e nas redes quer sejam locais ou externas (internet).

II. Problema e Objetivos

Problema

A questão principal que definimos para o presente estudo de caso foi:

Será que o uso de materiais didáticos digitais tem importância para a motivação dos alunos da turma C, do 9.º ano da Escola Secundária Engenheiro Acácio Calazans Duarte nas aulas de ginástica de solo?

Para dar resposta a esta questão traçámos um conjunto de objetivos específicos:

Objetivos Específicos

- Objetivo 1: Identificar os recursos digitais que usam em casa;
- Objetivo 2: Determinar o grau de motivação dos alunos em relação aos recursos digitais utilizados;
- Objetivo 3: Compreender a natureza da motivação dos alunos para a ginástica de solo.
- Objetivo 4: Identificar as formas de trabalho percebidas pelos alunos como as mais eficazes para a sua aprendizagem.

III. Metodologia

A metodologia deve ajudar a explicar não apenas a investigação, mas principalmente o seu processo, pois suas exigências não são de submissão rigorosa a procedimentos rígidos, mas antes da fecundidade da produção dos resultados (Bruyne, 1991).

A modalidade de estudo de caso possui uma dupla vertente: por um lado, é uma modalidade de investigação apropriada para estudos exploratórios e compreensivos e que tem, sobretudo, como objetivo a descrição de uma situação, a explicação de resultados a partir de uma teoria, a identificação das relações entre causas e efeitos ou a validação de teorias (Serrano, 2004).

Caraterização do estudo

Este estudo é de natureza exploratório.

Os participantes

O presente estudo caso foi desenvolvido no 1.º e 2.º período do ano letivo de 2018/2019. Os participantes foram os alunos da turma C do 9.º ano da Escola Calazans Duarte da Marinha Grande correspondendo a 22 alunos, 14 do género feminino, 8 género masculino com uma média de 14 anos.

A todos os participantes foi solicitado o preenchimento do questionário existiu a preocupação em reforçar que as respostas eram confidenciais e que não existiam respostas certas ou erradas, sendo solicitado que respondessem da forma mais sincera possível. Os alunos que, no decorrer do preenchimento, tivessem dúvidas, poderiam chamar a pessoa encarregue de aplicar o questionário com o objetivo de retirar essa mesma dúvida.

Esta turma que foi alvo de estudo no total dos participantes mais específico nas variáveis género e idade como podemos verificar nos Gráficos 1 e 2.



Gráfico 1 - Média de Idades



Gráfico 2- Sexo

Instrumentos

Com o intuito de conhecer as opiniões dos alunos sobre o uso das TIC nas aulas de ginástica de solo, o instrumento utilizado **para a recolha dos dados consistiu num questionário que foi entregue em versão impressa, de forma a coletar os dados necessários para a realização do estudo.**

Inicialmente o questionário foi submetido a um pré-teste para avaliação da sua aplicação com 4 alunos de outra turma, dois do sexo masculino e duas do sexo feminino e foi finalizado.

Existiu a preocupação em reforçar e explicar que as respostas eram confidenciais e que não existiam respostas certas ou erradas, sendo solicitado que respondessem da forma mais sincera possível.

Questionário

Antes do preenchimento, os alunos puderam ler as instruções, retirando dúvidas. Os alunos que no decorrer do preenchimento tivessem dúvidas poderiam chamar o professor com o objetivo de esclarecê-la.

Com o propósito de recolher e analisar dados relativos aos objetivos específicos formulados, o questionário apresenta-se dividido em quatro partes, com um total de 45 itens: A) identificação - duas questões; caracterizar o participante constituído por questões objetivas de ordem pessoal, género e idade; B) recursos digitais – sete questões; recursos usados pelo professor nas aulas de ginástica de solo que poderão influenciar a percepção dos alunos pretendemos determinar os recursos digitais utilizados pelo professor na percepção dos alunos; C) reúne a motivação dos alunos para a ginástica de solo – sete questões, determinar o grau de motivação e a forma de trabalho mais adequada para aprender e identificar a percepção dos alunos da motivação em relação aos recursos utilizados na aula; D) Último bloco, O Porquê? Determinar razão do recurso que foi mais benéfico para a sua aprendizagem.

Das variáveis estudadas, a idade que apenas serviu para identificação. As categorias em análise neste trabalho incluíram, caracterização de género, os recursos digitais ao dispor dos alunos, os recursos digitais fornecidos, variável composta que consiste de uma subescala de 5 itens escala de Likert. Cada item foi classificado numa escala de 5 pontos, variando 1 a 5 usando os descritores como 1- nenhuma e 5 – muito. Qual a motivação para as aulas de ginástica de solo cada item foi classificado numa escala de 5 pontos, variando de 1-nenhuma motivação a 5- muita motivação.

Procedimentos

As técnicas utilizadas foram fotopaper no primeiro instante e como forma de primeiro contacto com as TIC. Na fase seguinte colocamos em prática a

visualização de vídeos selecionados e montados de forma a puderem ajudar no processo ensino-aprendizagem, ao mesmo tempo foi apresentado a página de internet que serviu para repositório dos vídeos.

Atividade	Fotopaper
Quando	Final do 1.º período
Descrição	O Fotopaper é uma atividade variante do rallypaper ⁵ e peddypaper ⁶ , pretende proporcionar a todos os alunos uma atividade lúdica e de aprendizagem. Prova dividida em 4 etapas em que os alunos, divididos em 6 grupos de 4 elementos têm de percorrer um determinado trajeto e registar nas fotografias entregues, as manipulações feitas anteriormente nas fotografias originais, seguidamente voltam ao posto de controlo para verificação por parte do professor das duas primeiras fotografias e o preenchimento da 1.º parte do teste sobre Ginástica, seguidamente é entregue mais duas fotografias. No final será entregue a 2.º parte do teste.
Exemplo	 <p><i>Figura 9 Fotografia do recinto da escola Calazans Duarte</i></p> <p><i>Figura 10 Fotografia do recinto da Escola Calazans Duarte alterada</i></p>
Atividade	Vídeos com as componentes críticas
Quando	Durante 4 aulas
Descrição	Nesta atividade que foi realizada em quatro momentos, efetuou-se uma seleção de vídeos na plataforma youtube, escolhidos os melhores para atividade a desenvolver, alterados, cortados, recolhidos outros com outras perspetivas e retirado o som, pois as instruções foram dadas pelo professor e aplicadas em formato de legenda nos vídeos, também tivemos o cuidado de não reforçar a perfeição do resultado como sugere a autora Rech (2010), e utilizamos a técnica do <i>slowmotion</i> em momentos em que a importância do movimento e/ou a perspetiva da imagem o recomendavam. Os alunos após uma primeira visualização eram distribuídos pelo espaço e iniciavam a prática do exercício, auxiliados pela possibilidade continua da visualização do vídeo.

⁵ Rallypaper: prova automobilística dividida em etapas em que os concorrentes têm de percorrer um determinado trajeto num dado tempo e responder a um questionário que envolve perguntas e resolução de tarefas...

⁶ Peddypaper: é uma prova pedestre de orientação para equipas, que consiste num percurso ao qual estão associadas perguntas ou tarefas correspondentes aos diferentes pontos intermédios (ou postos) e que podem determinar a passagem à parte seguinte do percurso. O peddy-paper é uma atividade lúdica geralmente ligada à aquisição de conhecimentos sobre um determinado tema ou local.

Exemplo	 <p>1. Apoia as mãos no solo à largura dos ombros e com os dedos afastados e voltados para a frente.</p> <p>Figura 11 Vídeo retirado do youtube e alterado em https://www.youtube.com/watch?v=3PX-H-_i3a0</p>
---------	---

Atividade	Página de Internet
Quando	Durante toda a investigação
Descrição	Criação de uma página de internet com o repositório de todos os vídeos, utilizados que ficaram disponíveis numa página web (ver anexo XI) que funcionou como repositório de modo a que todos os alunos pudessem aceder sempre que necessário e em qualquer lugar.
Exemplo	 <p>Figura 12 Página da Internet em: http://www.educacaofisica9.webnode.pt</p>

Tratamento de dados

Para poder tratar os dados do inquérito foram submetidos a uma análise estatística descritiva com recurso ao *Microsoft Office Excel 2019 – Windows 10*. Para apresentação quadros o programa *Microsoft Office Word 2019 – Windows 10*, que nos permitiu analisar as informações através de gráficos e tabelas de forma a compreender a relação entre os segmentos e as variáveis levantadas.

Recorreu-se à estatística descritiva, nomeadamente, a uma **medida de tendência central a Moda (Mo)**, para análise das questões de uma escala de Likert, ordinal, de 1 a 5 em que 1 corresponde a nenhuma motivação e 5 a muita motivação.

IV. Apresentação e discussão dos resultados

Para que a apresentação dos resultados não se tornasse demasiado extensa, optámos por apresentar cada questão estudada em separado, e apenas os resultados mais significativos de cada uma delas.

4.1. Identificar os recursos digitais que usam em casa

O gráfico 3 apresenta os recursos digitais que os alunos utilizam em casa.

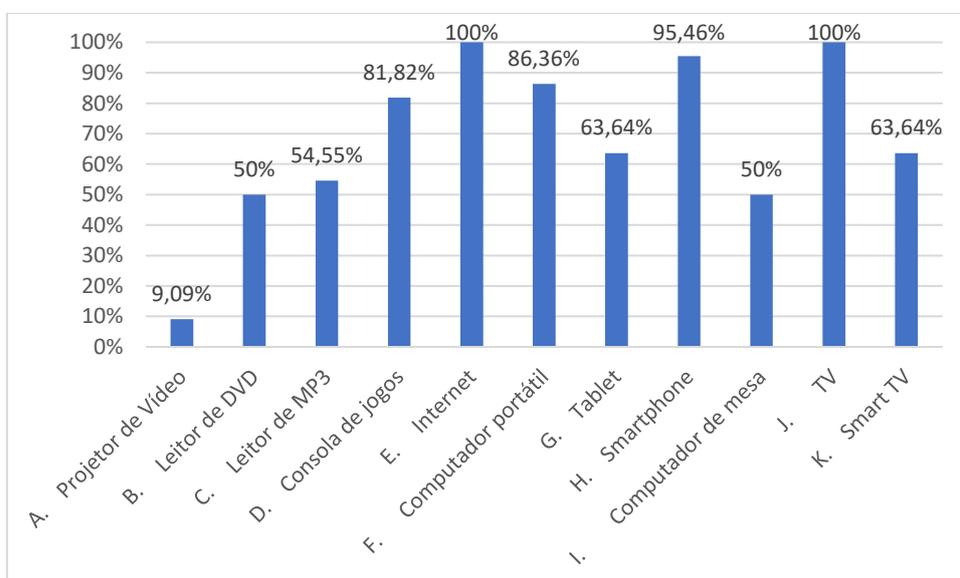


Gráfico 3 – Recursos digitais utilizados em casa

De uma forma geral os alunos possuem e utilizam recursos digitais em casa. Verificando-se que todos os alunos utilizam internet (100%) e também todos utilizam a TV (100%) e quase todos utilizam o smartphone (95,46%). Contrariamente, averiguamos que os recursos menos utilizados são o leitor de DVD e o computador de mesa com 50% (11), já o projetor de vídeo em último com 9,09% (2).

Ponte (1993) referia que os alunos, ao terem acesso a múltiplos recursos digitais em casa, possuem competências e conhecimentos distintos dos seus colegas da geração anterior, pelo que possuem uma cultura diferente, vivendo ao mesmo tempo segundo novos valores e padrões sociais.

Como já referido pelos autores Pereira e Bento (2009), os jovens que reúnem condições em casa que lhes permitem ter acesso a recursos digitais têm uma duplicação de oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento de competências digitais.

Como podemos observar nos valores obtidos também estes participantes tem acesso a múltiplos recursos digitais em casa, fazendo deles uma geração com competências digitais.

De fato o computador de mesa está a ser menos utilizado, há três anos John Herlihy (2017), diretor europeu de vendas online da empresa Google, afirmou numa conferência em Dublin que os computadores de mesa tinham os dias contados. Herlihy deu o exemplo dos utilizadores do Japão que já utilizavam, naquela altura smartphones para fazer pesquisas na Internet. De acordo com dados do INE, há 10 anos apenas 36,8% dos agregados domésticos portugueses recorriam ao telemóvel, nos últimos dados 76% dos utilizadores inquiridos acede à *internet* através do aparelho móvel.

Atualmente, segundo os dados do INE referentes ao último relatório de 2017, em Portugal a maior mudança nos últimos dez anos foi o aumento da importância dos smartphones e a sua maior utilização é aceder à Internet, sendo que a portabilidade é um dos fatores mais relevante do crescimento.

4.2. Compreender o grau de motivação dos alunos para a ginástica de solo.

O gráfico 4 apresenta o grau de motivação dos alunos em relação aos recursos mobilizados.

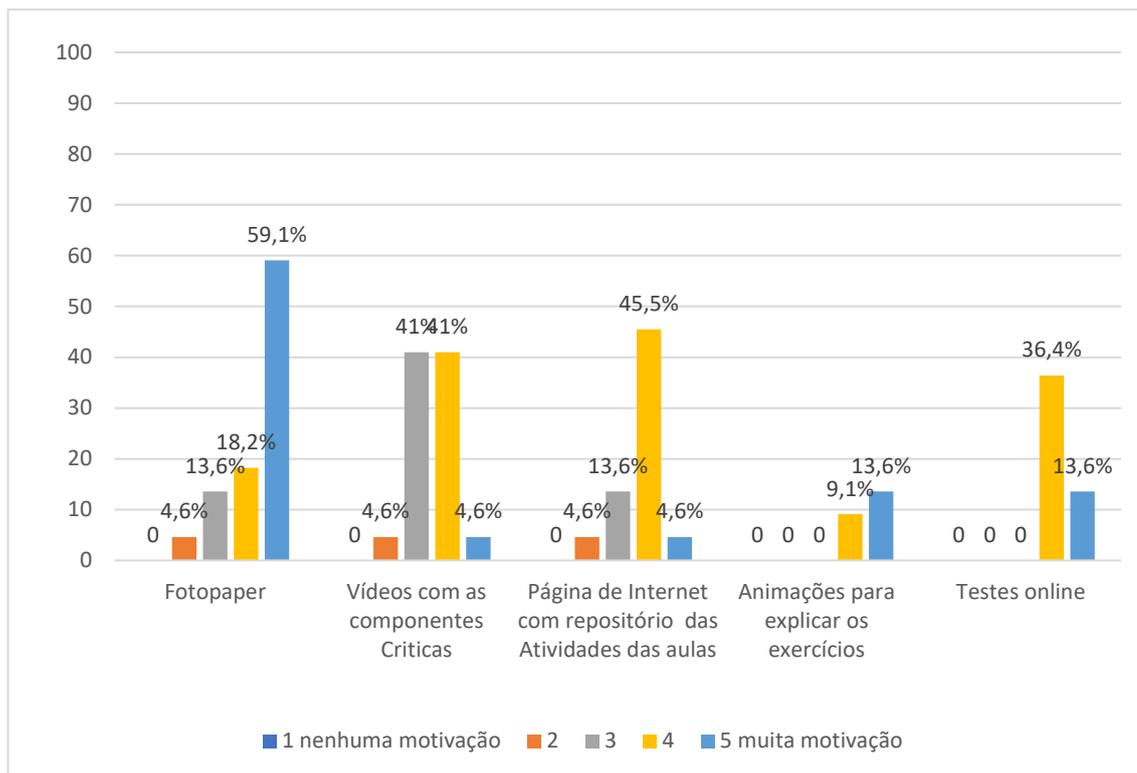


Gráfico 4 – Grau de motivação que os alunos sentiram em relação aos recursos

Nesta questão utilizou-se uma escala de Likert onde se solicita aos inquiridos a manifestação do seu grau de motivação numa escala de 1 – nenhuma motivação e 5 muita motivação.

Consideramos para o presente estudo segundo a escala utilizada 5 e 4 como motivação positiva, o 3 motivação neutra/indeciso, 2 e 1 motivação negativa.

Os alunos revelam-se mais motivados com o Fotopaper (Mo=5), seguindo-se a página da internet com repositório das atividades da aula (Mo=4) e os vídeos com as componentes críticas (Mo=3).

Assim, percebemos que neste quadro de motivação para as tecnologias, a estratégia do *Fotopaper* e da página da Internet parecem ir ao encontro dos resultados do estudo de Villate (2005) “cada vez mais os alunos estão motivados para as tecnologias informáticas e menos motivados para os métodos tradicionais de ensino”.

Por outro lado, quando observamos a variância dos valores, a página da internet do repositório das atividades apresenta uma maior dispersão, o que nos indica uma dispersão nas respostas dadas pelos alunos e uma influência variável na motivação dos mesmos.

Neste sentido parece-nos importante observamos a validade desta estratégia na população alvo do estudo. A dispersão obtida neste recurso sugere-nos que as implicações na motivação dos alunos foram acentuadamente diferentes. Este aspeto não corrobora a opinião dos autores Darido e Tahara (2016) que referem a importância dos professores “aproveitarem as inúmeras possibilidades que as TIC promovem em prol de processos didáticos mais atrativos e significativos para os alunos”, visto que poderá não ter sido motivante para uma parte significativa dos alunos.

4.2.1. Grau de motivação dos alunos na utilização dos recursos digitais por género

Na tabela seguinte, traçamos um perfil por género.

Tabela 5: comparação do perfil de motivação entre sexos

Recursos	Fotopaper Fr. (%)					Vídeos C.C. Fr. (%)					Página de I.R. Fr. (%)							
	Nada	1	2	3	4	5	nada	1	2	3	4	5	nada	1	2	3	4	5
Motivação	0	0	1	1	5	0	0	4	1	1	0	0	1	2	1			
Masculino (n=7)			14,3%	14,3%	71,4%			57,1%	14,3%	14,3%			14,3%	28,6%	14,3%			
Feminino (n=15)	0	1	2	3	8	0	1	5	8	0	0	1	2	8	0			
		6,7%	13,3%	20%	53,3%		6,7%	33,3%	53,3%			6,7%	13,3%	53,3%				

A partir desta tabela em que comparamos os géneros, registamos que os alunos do sexo masculino e do sexo feminino consideram mais motivante o recurso fotopaper com 71,4% e 53,3% respetivamente. Já no recurso aos vídeos com as componentes críticas e a página de Internet com o repositório dos vídeos o sexo feminino considera-os mais motivantes, em comparação com o sexo masculino.

Ambos os sexos apresentaram valores de dispersão significativos no recurso digital, página de Internet com o repositório dos vídeos e apenas o sexo masculino apresentou dispersão mais alargada no recurso digital vídeos com as componentes críticas.

Apesar de Van Eck, Heemskerk, e Kuiper, (2005) afirmam no seu estudo que as respostas do sexo feminino perante as TIC quando chegam ao ensino secundário foram menos positivas do que as do sexo masculino, neste estudo foi possível observarmos que os rapazes valorizaram mais o Fotopaper do que as raparigas enquanto as raparigas valorizaram mais do que os rapazes os vídeos e a página de Internet.

4.3. Identificar a natureza da motivação dos alunos para as aulas de Ginástica de Solo

O gráfico 5 apresenta a motivação dos alunos para as aulas de Ginástica de Solo. Neste grupo pretendeu-se conhecer a perceção dos alunos da sua motivação nas aulas de Ginástica de solo.

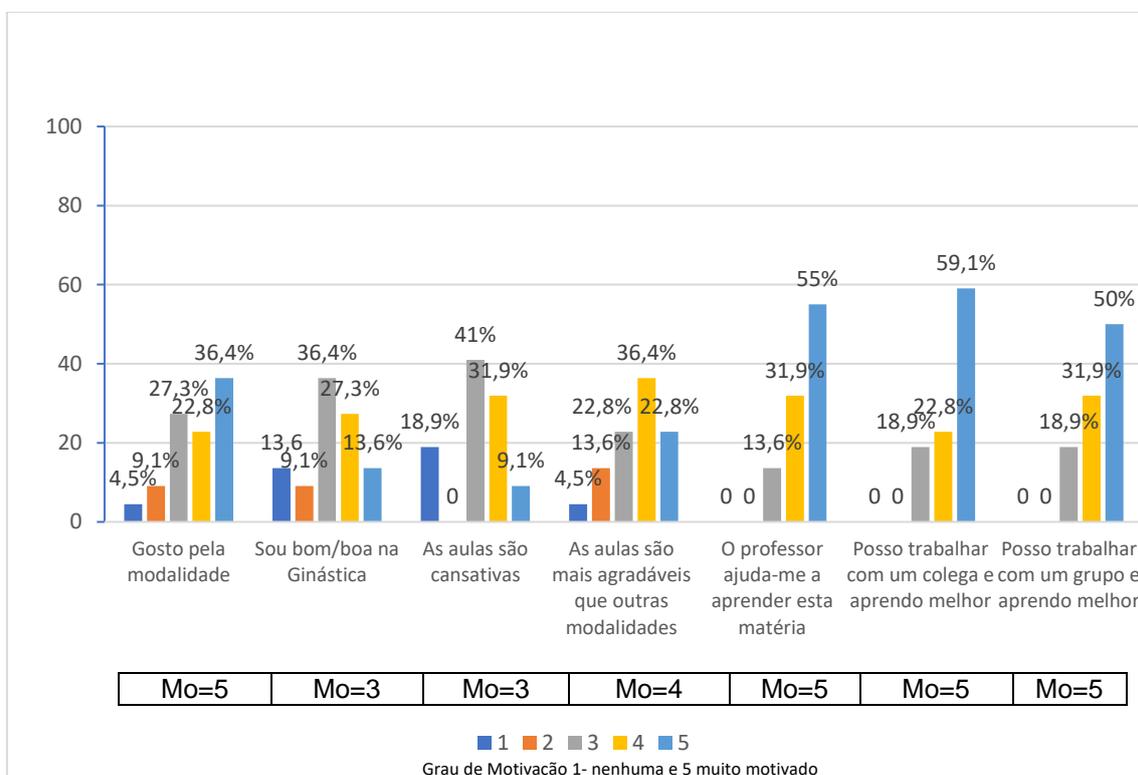


Gráfico 5 - Qual a natureza da motivação dos alunos para as aulas e Ginástica de Solo

Os alunos percecionaram como forma motivadora “praticar com ajuda de um colega”, se considerarmos que as 2 primeiras opções são aquelas que não motivam a terceira é aquela que os alunos estão indecisos e as restantes são motivadoras,

Os alunos na sua perceção da motivação para as aulas de ginástica de solo destacaram: posso trabalhar com um colega (Mo=5); posso trabalhar com um grupo e aprendo melhor (Mo=5); professor ajuda-me a aprender (Mo=5) e o gosto pela modalidade (Mo=5).

Os aspetos menos associados a uma motivação positiva são as aulas cansativas (Mo=3), e se os alunos já são bons/boas na Ginástica de solo (Mo=3).

Os dados aqui apresentados remetem para o estudo de Colaço, (2004) onde se conclui que as crianças, ao trabalharem juntas, “orientam, apoiam, dão respostas e inclusive avaliam e corrigem a atividade do colega, com o qual

dividem a parceria do trabalho, assumindo posturas e gêneros discursivos semelhantes aos do professor”, Karsenty (2003) refere que o uso das TIC em sala de aula aumenta o sentimento de afiliação à turma e faz com que os alunos se sintam mais competentes. Assim, parece que o professor desempenha papel importante na promoção de benefícios do trabalho em grupo entre seus estudantes, tanto servindo como modelo de interação quanto organizando grupos de estudantes que possam tornar o trabalho frutífero (Martins, 2002).

4.4. Determinar as formas de trabalho mais eficazes para a aprendizagem dos alunos

O gráfico 6 apresenta as formas de trabalho percebidas pelos alunos como mais eficazes na sua aprendizagem.

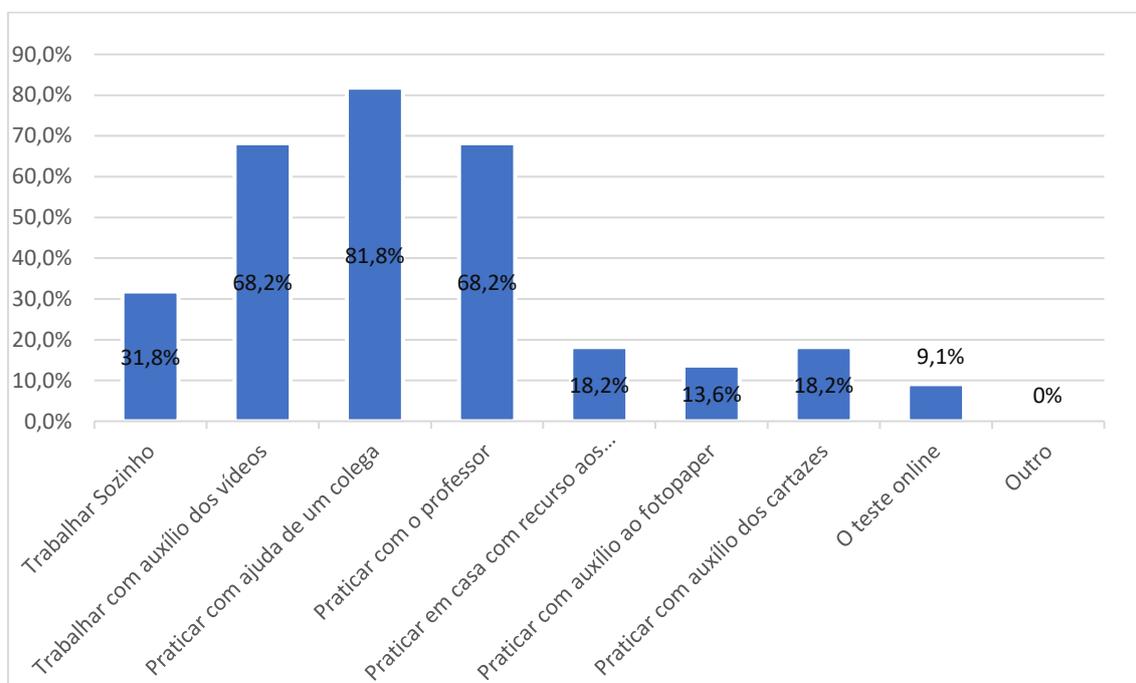


Gráfico 6: Formas de trabalho percebidas pelos alunos como mais eficazes

As estratégias consideradas mais eficazes para a aprendizagem dos alunos são: Praticar com a ajuda de um colega com 81,8%, e de trabalhar com auxílio dos vídeos assim como praticar com o professor (68,2%).

Em relação a estes dados verificamos que 81,8% dos alunos dá muita importância praticar com a ajuda de um colega definindo o termo ajuda é a forma de “intervenção realizada no momento crucial do exercício, ou seja, normalmente, na fase das ações musculares fundamentais” (Barão e Lagoas, 1983). Araújo (2004) no seu livro *Manual de Ajudas em Ginástica* refere que o

ensino da ginástica equaciona-se em torno de duas problemáticas: a aprendizagem correta e a segurança dos praticantes pelo que, o seu objetivo maior é o de colmatar possíveis insuficiências musculares evidenciadas pelo aluno contribuindo desse modo para o êxito do exercício ou, transmitindo ao aluno a necessária confiança que lhe permita ultrapassar eventuais situações de risco e minimizando o risco de lesão.

Perante estes resultados registamos que os alunos deram mais importância ao trabalho colaborativo do que praticar com o auxílio dos vídeos, mas encontramos semelhanças na dissertação de Garcia (2006), que avaliou o trabalho desenvolvido por pares de estudantes de curso técnico em eletrônica, ao desenvolver projeto conjunto de construção de equipamentos. Professores e estudantes enfatizaram a importância das atividades colaborativas desenvolvidas tanto para essas aprendizagens como para o desenvolvimento de autonomia na resolução de problemas. Também Samulski (2002) refere que a motivação para a prática desportiva depende da interação de personalidades e fatores do meio ambiente como facilidades, tarefas atraentes e desafios propostos, a utilização de meios audiovisuais é uma boa estratégia para aumentar a qualidade da interpretação das técnicas das habilidades motoras, referem Hazen, Jonstone e Snyder (1990).

Conclusão

Proposemo-nos investigar a importância percebida na motivação dos alunos nos materiais didáticos digitais nas aulas de Educação Física mais propriamente na Ginástica de Solo. Definimos como ponto de partida analisar a motivação percebida dos alunos de uma turma de 9.º ano perante o uso de materiais didáticos digitais.

Em suma, tal como nos revelam os resultados, parece haver uma percepção de importância na motivação dos alunos, destacando-se como as estratégias que mais contribuíram para a motivação positiva percebida o Fotopaper e os vídeos com as componentes críticas.

Considerando a motivação entre sexos observamos que existem diferenças entre ambos, sendo que ambos atribuíram uma maior importância ao fotopaper, embora as raparigas atribuem mais importância aos vídeos com as componentes críticas e à página de Internet com o repositório dos vídeos.

Os alunos da turma em estudo utilizam muito os recursos digitais na sua vida quotidiana e apresentaram resultados que demonstraram a grande importância dada ao trabalho colaborativo. Estavam mais motivados quando realizavam a atividade do fotopaper ou quando tinham simultaneamente a visualização dos vídeos e os colegas/professor a auxiliar no decurso do exercício. Neste sentido consideramos que o uso das Tecnologias da Informação e Comunicação nas aulas de Educação Física deve ser efetuado com um acompanhamento por parte do professor e da divisão dos alunos em pequenos grupos de trabalho.

O presente estudo revela a importância acerca do tema, procurando perceber melhor quais os recursos digitais que funcionam como determinantes motivacionais. Tal como Villate (2005) refere “cada vez mais os alunos estão motivados para as tecnologias informáticas e menos motivados para os métodos tradicionais de ensino.” Neste contexto, consideramos importante refletir e sensibilizar a sociedade e todos os agentes educativos de forma a caminharmos cada vez mais para estratégias pedagógicas que possibilitem aprendizagens eficazes e motivadoras, como é o caso das TIC.

Em relação às limitações do estudo na base estiveram alguns problemas na sua conceção. Em relação à metodologia utilizada no estudo em termos da metodologia, definido o ponto de partida da investigação, não foi atempadamente finalizado o padrão para validação interna o que obrigou a revisões metodológicas. Assim as estratégias e o próprio instrumento apresentaram lacunas de construção que condicionaram a interpretação. Deveríamos ter usado um grupo de controlo (metade da turma) e um grupo experimental, para podermos fazer uma comparação adequada e sustentar melhor os resultados do presente estudo.

Para futuros estudos será importante ter em consideração o aspeto sócio-económico da localização geográfica do estudo, visto ser este um dos aspetos que determina a facilidade de acesso aos recursos digitais.

Tendo em conta que foi a primeira intervenção sobre recursos digitais na população do estudo, optamos por recursos digitais mais simples. Contudo consideramos que a variedade de recursos digitais existentes, e que não foram usados neste estudo, possibilitará a adequação/seleção consoante os objetivos a trabalhar em sala de aula.

Reflexões

O estágio pedagógico assume um papel importante para a futura carreira docente, visto ter proporcionado uma visão e abordagem completamente diferentes da profissão de professor.

A experiência de 15 anos no exercício da profissão de docente e a experiência alargada no desempenho de cargos de gestão intermédia - Delegado do Grupo Disciplinar de Educação Física e TIC; Coordenador dos Espaços e Materiais Desportivos e Coordenador de TIC permitiu perspetivar o Estágio Pedagógico com uma maior maturidade e consciência.

O estágio iniciou-se com um ligeiro atraso devido ao facto do professor estagiário ter um horário noutra estabelecimento de ensino. Com a preciosa colaboração do professor orientador Cláudio Sousa foi possível agendar um horário compatível, apesar da necessidade de deslocação para a outra escola do agrupamento (Escola Básica Guilherme Stephens), nas aulas de segunda-feira (45m).

Esta foi, sem dúvida, uma experiência extremamente importante que permitiu a partilha de conhecimentos e o enriquecimento da nossa formação profissional e pessoal. Assim, pensamos que os obstáculos foram sendo ultrapassados de forma rigorosa, o que permitiu alcançar os objetivos a que nos propusemos inicialmente. Este estágio possibilitou a aquisição de bastantes ferramentas no que concerne à função de docente, ao desporto bem como às diferentes modalidades lecionadas. Desta forma, todas as dificuldades evidenciadas foram sendo colmatadas, tendo como base um processo reflexivo acompanhado pelo nosso Professor Cláudio Sousa, com sugestões e oportunidades de melhoria da nossa prática, fomentando assim a sua qualidade.

Foi igualmente importante o desenvolvimento do nosso trabalho tendo por base a aprendizagem do aluno, estimulando as práticas desportivas assim como os diferentes valores inerentes à ética pessoal e profissional. Conseguimos integrar-nos perfeitamente no meio escolar, tendo desenvolvido uma ótima relação com todos os agentes educativos, estando presentes em diversas atividades desenvolvidas na escola.

Por fim, concluímos que foi de grande importância o trabalho em grupo e as reflexões conjuntas, momentos que nos permitiram definir estratégias de modo a alcançarmos os objetivos definidos inicialmente. Desta forma, sentimos que este estágio nos enriqueceu pessoal e profissionalmente, possibilitando uma melhor preparação ao nível da função de docente para os novos desafios que se avizinham.

Bibliografia

- Aranha, A. (2007). *Observação de aulas de Educação Física: Sistematização de observação- sistemas de observação e fichas de registo*. Vlia Real : UTAD;
- Araújo, C. (2002). *Manual de Ajudas em Ginástica*. Porto: Edição do autor;
- Barão, A., & Lagoas, J. (1983). *A ajuda manual*. Lisboa: Ludens;
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e avaliação em educação física*. Lisboa: Livros Horizonte;
- Bianchi, P., Pires, G., & Vanzin, T. (2008). As tecnologias de informação e comunicação na rede Municipal de Ensino de Florianópolis: Possibilidades para a Educação (Física). *Linhas*, v. 9, n. 2;
- Bingimlas, K. A. (2009). Barriers to the successful integration of ICT in teaching and learning environments: A review of the literature. *Eurasia Journal of Mathematics*;
- Bronfenbrenner, U. (2000). *Ecological systems theory*. In A. E. Kazdin & A. E. Kazdin (Eds.), 129-133. Washington, DC New York, NY USUS: American Psychological Association.: Encyclopedia of Psychology, 3;
- Bruyne, P. (1991). *Dinâmica da Pesquisa em Ciências Sociais*. Rio de Janeiro: Francisco Alves;
- Champagnatte, D., & Nunes, L. (2011). A inserção dos mídias no contexto escolar. *Educação em Revista*;
- Colaço, V. (2004). *Processos interacionais e a construção de conhecimento e subjetividade de crianças*. Porto Alegre: Psicologia: Reflexão e Crítica;

- Correia, A., Oliveira, L., Merrelho, A., Marques, A., Pereira, J., & Cardoso, V. (2009). Jogos Digitais: Possibilidades E Limitações - O Caso Do Jogo Spore. In VI Conferência Internacional de TIC na Educação. *Universidade do Minho: Braga*;
- Costa, J. D. (2012). *Jogo Limpo 7/8/9*. Porto: Porto Editora;
- Diamond, E., Justice, L., Siegler, R., & Snyder, P. (2013). Synthesis of IES research on early intervention and early childhood education . *National Center for Special Education Research*;
- Duarte, M. (2015). *A Motivação nas Aulas de Modalidades Individuais - Ginástica e Atletismo*. Porto: Universidade do Porto;
- Elsa, S., & Nobre, M. F. (2018-2019). *Prática Pedagógica Supervisionada II*. Coimbra: UC;
- Escola, J. (2018). *Aplicações das TIC no Ensino da Educação Física*. Portugal: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro;
- Estatística, I. N. (09 de Setembro de 2019). *Instituto Nacional de Estatística*. Obtido de www.ine.pt;
- Fantuzzo, J., LeBoeuf, W., & Brumley, B. (2013). A Population-Based Inquiry of Homeless Episode Characteristics and Early Educational Well-Being. *Child Youth Serv Ver*;
- Ferreira, C. (2009). *Analisando práticas de auto-avaliação de alunos do primeiro ciclo do Ensino Básico*. Braga: Universidade do Minho;
- Gonçalves, J. A. (9 de jan/abr de 2000). Desenvolvimento profissional e carreira docente - Fases da carreira, currículo e supervisão. *8*, 23-36. *Sísifo/Revista de Ciências da Educação*;
- Hazen, A., Jonstone, C., Martin, G., & Srikames, W. (1990). A Videotaping Feedback Package for Improving Skills of Youth Competitive Swimmers. *Sports Psychol*;
- Hilado, A., Kallemeyn, L., & Phillips, L. (2013). Examining understandings of parent involvement in early childhood programs. *Early Childhood Research & Practice*;
- Hungler, B., Beck, C., & Polit, D. (2004). *Fundamentos de pesquisa em enfermagem*. Porto Alegre: Artmed;

- Jacomino, T., Schröether, S., Bittencourt, A., & Stahl, N. (06 de 2017). <http://textolivre.org>. Obtido de Texto Livre;
- Júnior, A. (2015). *As tecnologias nas aulas de Educação física escolar*. Vitória;
- Júnior, A. (8-15 de Setembro de 2015). Territorialidade e diversidade regional no Brasil e América Latina:suas conexões com a educação física e ciências do desporto. *As Tecnologias nas aulas de Educação Física Escolar*;
- Longo, W. (2007). *Alguns impactos sociais do desenvolvimento científico e tecnológico*. Florida: University of Florida;
- Magill, A. (1990). *A review of the contextual interference effect in motor skill acquisition*. Human movement science, 9;
- Martins, S. (2002). *Educação científica e atividade grupal na perspectiva sócio-histórica*. Bauru: Ciência & Educação;
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário*. Coimbra: Universidade de Coimbra;
- Pereira, M., & Bento, S. (2009). A relação dos jovens com as TIC e o factor divisão digital na aprendizagem. *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*;
- Ponte, J. (1993). *Os professores e as Novas Tecnologias: Desafios profissionais e experiências de formação*. Informática e Educação;
- Pordata. (20 de 08 de 2019). *Pordata*. Obtido de base de dados Portugal Contemporâneo: www.pordata.pt
- Pordata. (11 de 07 de 2019). *PordataKids*. Lisboa, Lisboa, Portugal;
- Ribeiro, M. (2006). *Representações sociais de professores sobre afectividade..* . Campinas 23: Estudos de psicologia;
- Rossi, F., & Hunger, D. (abr./jun. de 2012). As etapas da carreira docente e o processo de formação continuada de professores de Educação Física. 26, 323-338. São Paulo: Rev. bras. Educ. Fís. Esporte;

- Samulski, D. (2002). *Psicologia do esporte*. Barueri - São Paulo: Manole;
- Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education*, Second edition. Palo Alto: Mayfield Publishing Company;
- Shigunov, V. (1997). *Metodologia e estilos de atuação dos professores de Educação Física*. Brasil: Universidade Estadual do Maringá;
- Silva, E., & Menezes, E. (2000). *Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação*. Florianópolis: LED/UFSC;
- Sobral, F., & Barreiros, M. (1980). *Fundamentos e técnicas de documentação em Educação Física*. Lisboa: Informações I.S.E.F;
- Tahara, A., & Darido, S. (12 de 2016). *Tecnologias da Informação e Comunicação (TIC) e a Educação Física nas Escolas*;
- Tezani, T. (2011). *A educação escolar no contexto das tecnologias da informação e da comunicação: desafios e possibilidades para a prática pedagógica curricular*. *Revista faac*;
- Valente, J. (1998). *Computador e conhecimento: repensando a educação*. São Paulo: Ministério da Educação do Brasil;
- Villate, J. (2005). *E-learning na Universidade do Porto. Caso de Estudo: Física dos Sistemas Dinâmicos 2004/2005. II Workshop E-learning UP.Porto*. Porto: Reitoria da Universidade do Porto;
- Volman, M., Van Eck, E., Heemskerk, I., & Kuiper . (2005). *New technologies, new differences. Gender and ethnic differences in pupils' use of ICT in primary and secondary education*. *Computers & Education*;
- Winterstein, J. (1992). *Motivação, Educação Física e esporte*. *Revista Paulista de Educação Física*.

Anexos

Anexo I: Grelha de Observação de aulas

Grelha de Observação

Professor:

Ano/Turma:

Período:

Observador: **Data:** **Nº da aula:** **Nº de alunos previstos:**
Local/Espaço: **U.D.:** **Duração:** **Nº de alunos presentes:**
Função didática:

		NA	1	2	3	4	Observações
Parte inicial	Começa a aula na hora exata; verificar rapidamente as presenças; coloca-se de forma a ter os alunos no campo de visão; comunica a informação de forma económica; define objetivos e contexto; relaciona a aula com as aulas anteriores.						
Parte fundamental	Coloca-se de forma adequada; apresenta a tarefa e respetivos critérios de êxito; utiliza períodos curtos de instrução; varia metodologias de intervenção; utiliza meios auxiliares.						
Parte final	Coloca-se de forma adequada; Revisão da matéria abordada; faz extensão à próxima aula e motiva os alunos.						
Comunicação	Sabe ouvir; utiliza linguagem compreensível e adequada; reformula a informação quando necessário; é audível; domina a matéria; certifica-se da compreensão da mensagem.						
Demonstração	O modelo é adequado; os alunos estão bem posicionados; São identificadas as componentes críticas; reforça positivamente o modelo; O modelo é o professor.						
Feedback	Compreensível; identifica o erro e dá FB correto para o momento; utiliza as várias dimensões de FB; Distribui FB equitativamente pelos alunos; Utiliza FB frequentemente; completa ciclos de FB.						
Questionamento	Questões claras e simples; nomeia o inquirido posteriormente; Tempo para a resposta é adequado; valoriza a resposta.						
Meios Gráficos	Apresentação do conteúdo; utilidade.						
Gestão de tempo	Elevado tempo de empenhamento motor; elevado tempo de aprendizagem; poucos episódios de organização; eficiente montagem de material; eficiente formação de grupos.						
Organização/ Transição	Utilização adequada de sinais; Transições rápidas e fluentes; Rotinas estruturadas; torna claras as regras da aula.						
Decisões de ajustamento	Plano de aula cumprido; num imprevisto consegue ajustar com qualidade; São pedagogicamente corretas e ajustadas às situações.						
Interação professor/ aluno	Cria um clima positivo e de credibilidade; estabelece relação adequada com os alunos; acompanha atentamente e frequentemente o desempenho dos alunos; valoriza o desempenho dos alunos.						
Controlo	Controla a turma durante a preleção e tarefa; ignora comportamentos inapropriados sempre que possível; circula de forma ativa e imprevisível e posiciona-se corretamente; usa estratégias eficazes de correção de comportamento; Comportamentos fora da tarefa.						

Anexo II: RIPAS

Relatório Individual das Provas de Aferição

Nome					
Ano de escolaridade	8º	Turma	C	Doc. Identificação nº	
Estabelecimento de ensino	Escola Básica Guilherme Stephens, Marinha Grande				
Provas realizadas	Educação Física				

Como ler o Relatório Individual das Provas de Aferição (RIPA)

O RIPA apresenta uma descrição do desempenho nas provas realizadas.

Para cada área disciplinar ou disciplina, foram considerados domínios de aprendizagem de acordo com os documentos curriculares em vigor.

Para cada domínio, o desempenho é caracterizado segundo cinco categorias:

- **CONSEGUISTE...** (respondeu de acordo com o esperado)
- **CONSEGUISTE..., MAS...** (respondeu de acordo com o esperado, mas pode ainda melhorar)
- **REVELASTE DIFICULDADE EM...** (mostrou dificuldades em responder de acordo com o esperado)
- **NÃO CONSEGUISTE...** (não conseguiu responder de acordo com o esperado)
- **NÃO RESPONDESTES AO ITEM/AOS ITENS EM QUE TINHAS DE...** (não apresentou qualquer resposta)

As informações apresentadas neste relatório devem ser lidas como um complemento das que foram obtidas durante o processo de avaliação interna. Deve ter-se ainda em atenção que, tendo estas provas um carácter pontual, fatores externos à sua realização podem ter condicionado o desempenho descrito.

Assim, considera-se importante verificar se a informação gerada por estas provas é consistente com a informação recolhida ao longo do ano. Caso se observem desvios significativos em relação ao perfil que o professor traçou, baseado na sua avaliação em contexto de sala de aula, estes resultados devem ser lidos com especial reserva. Recomenda-se, por isso, que, nessas situações, se valorizem registos posteriores, os quais poderão confirmar, ou contrariar, as informações apresentadas neste relatório.

Sugere-se ainda que, a partir da leitura destes resultados, os professores, em conjunto com os alunos, os pais e os encarregados de educação, se envolvam na implementação de estratégias que ajudem a consolidar os pontos fortes e a superar as dificuldades diagnosticadas.

EDUCAÇÃO FÍSICA

OBSERVAÇÕES

<i>DOMÍNIO</i>	<i>Desempenho</i>
RAQUETAS	<p><i>Revelaste dificuldade em cooperar com o teu companheiro no jogo de Badminton, de modo a manter o volante no ar, devido a incorreções na ação técnica do clear. No jogo de Badminton em cooperação, precisas de melhorar o desempenho na ação técnica do clear, de modo a conseguires fazer batimentos com trajetórias altas e compridas, essenciais para garantir a continuidade das jogadas.</i></p>
GINÁSTICA	<p><i>Não conseguiste realizar as habilidades básicas numa sequência de Ginástica no Solo nem conseguiste realizar as habilidades gímnicas mais complexas. Na Ginástica no Solo, é fundamental que consigas realizar uma sequência de habilidades básicas com correção técnica e sem interrupções (com fluidez).</i></p> <p><i>Não conseguiste realizar os saltos de Ginástica de Aparelhos propostos, nomeadamente, o salto entre mãos e o salto ao eixo.</i></p>
APTIDÃO FÍSICA	<p><i>Conseguiste cumprir o número de percursos previsto para a tua idade no Teste do Vaivém, o que revela que, na Aptidão Aeróbia, estás na Zona Saudável.</i></p>
<i>DOMÍNIO</i>	<i>Desempenho</i>

JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS

Revelaste dificuldade em cooperar com os teus companheiros para alcançar o objetivo, no jogo desportivo coletivo de invasão, porque, em algumas situações, não conseguiste adequar as tuas ações à situação de jogo nem dar continuidade às ações ofensivas da tua equipa. Cumpriste as regras do jogo e trataste com cordialidade e respeito os companheiros de equipa e os adversários. Para conseguires melhorar a tua participação nos jogos desportivos coletivos de invasão, a execução correta das ações técnicas (desmarcação, passe, receção, condução da bola e finalização) e a utilização adequada de cada uma delas em situação de jogo são muito importantes.

Não conseguiste cooperar com os teus companheiros no jogo de Voleibol, de modo a manter a bola no ar, dando continuidade às jogadas, apesar de conseguires fazer o serviço. No jogo de Voleibol em cooperação, deves melhorar a avaliação das trajetórias da bola, o teu deslocamento e o teu posicionamento, bem como as ações técnicas, para colocares a bola ao alcance dos teus companheiros.

Anexo III: Cartaz do Mega-Sprinter



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
MARINHA GRANDE
Poente

eseacd
escola secundária eng.º acácio calazans duarte

Mega-Sprinter

ESTÁDIO MUNICIPAL DA MARINHA GRANDE

20¹⁸/₁₉ 11 de Fevereiro

de
Desporto Escolar

Saída da Escola às 08:45 h

Mega | Sprinter
Lançamento
Salto
Km

The poster features a background image of a male sprinter in a white tank top and black shorts, captured in a dynamic running pose on a track. The text is overlaid on the left side of the image.

Anexo IV: Cartaz do Fair Play

25.º

**20¹⁸
19**

FAIR PLAY
FAIR PLAY
FAIR PLAY

BASQUETEBOL | VOLEIBOL | FUTSAL | TRACÃO À CORDA

LIMITE DE INSCRIÇÕES

20 DE MARÇO

11 CARTÕES BRANCOS

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
MARINHA GRANDE
Poente**

Limites para participação
NÃO PODES TER :

MAIS DO QUE 50 FALTAS INJUSTIFICADAS
2 OU MAIS PARTICIPAÇÕES DISCIPLINARES

Última semana do 2.º P
Organização | Grupo de EF

Núcleo de Estágio
2018 2019
Educação Física
Calazans Duarte

Anexo V: Vídeo da atividade Fair Play

Vídeo da atividade

<https://www.youtube.com/watch?v=M0ks9JyCgYQ>

Anexo VI: Cartaz do Torneio Basket 3X3.



Anexo VII: Símbolo do Núcleo de Estágio



<p>5. Destreza geral.</p> <p>Basquetebol</p> <p>1. Passe de peito, picado e de ombro Recepção Drible Pé-Eixo Lançamento em apoio, suspensão e na passada Posição defensiva base Ressalto ofensivo e defensivo;</p>	<p>4.2. Testes aplicados: “Senta e Alcança” e “Flexibilidade dos Ombros”</p> <p>5. O aluno realiza movimentos de deslocamento no espaço associados a movimentos segmentares, com alternância de ritmos e velocidade, em combinações complexas desses movimentos, globalmente bem coordenadas</p> <p>1 Em situação de jogo 3x3 e 5 x 5, coopera com os companheiros para alcançar o objetivo do jogo o mais rápido possível, realizando:</p> <p>1.1. No ataque: Passe de peito, picado e de ombro; Recepção; Drible em progressão e de proteção, Pé-eixo; Lançamento em apoio, suspensão e na passada; Posição de tripla ameaça; Desmarca-se abrindo linhas de passe; Ocupa racionalmente o espaço de jogo; Finaliza rapidamente explorando situações de 3x2 ou 2x1; Opta pela forma mais rápida de progressão; passa e corta; Enquadra-se com o objetivo (cesto); Desenquadra o seu adversário direto; Participa no ressalto ofensivo.</p> <p>1.2. Na defesa: Coloca-se em posição defensiva base assumindo uma atitude defensiva; Enquadra-se entre a bola e cesto; Recupera o enquadramento defensivo; Procura intercetar o passe e dificulta a abertura de linhas de passe; Ajuda o companheiro nas suas ações defensivas; Participa no ressalto defensivo.</p>	<p>Aulas previstas 14</p>	<p>Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal</p>	<p>8,0%</p>
--	--	-------------------------------	--	-------------

<p>Ginástica de Aparelhos e Solo</p> <p>1. (Minitrampolim) Salto ao eixo e entre-mãos (boque/plinto) Salto em extensão (vela) Salto engrupado Pirueta Vertical Carpa de pernas afastadas e de pernas unidas</p>	<p>2. Conhece e identifica: formas de jogar a bola, início e recomeço do jogo, bola fora, objetivo do jogo, dribles, passos, bola presa, faltas pessoais, regresso da bola à zona de ataque, constituição das equipas, sinais de arbitragem, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas; a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas.</p> <p>1 - No boque/plinto, após corrida de balanço, chamada a pés juntos no trampolim (reuther ou sueco) e chegando ao solo em condições de equilíbrio para adotar a posição de sentido, realiza os seguintes saltos:</p> <p>1.1 - Salto ao eixo (boque/plinto transversal), com o primeiro voo longo para apoio das mãos na extremidade distal, com a bacia e pernas acima da linha dos ombros, transpondo o aparelho com os MI acentuadamente afastados e estendidos.</p> <p>1.2 –No minitrampolim, com chamada com elevação rápida dos braços e receção equilibrada no colchão de queda, realiza os seguintes saltos:</p> <p>1.4 - Salto em extensão (vela), após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), colocando a bacia em ligeira retroversão durante a fase aérea do salto.</p> <p>1.5 - Salto engrupado, após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), com fecho dos membros inferiores em relação ao tronco, na fase mais alta do voo, seguido de abertura rápida.</p>	<p>Aulas previstas 14</p> <p>2º Período</p>	
--	--	--	--

<p>Futebol</p> <p>1. Gestos Técnicos: Passe Receção e controlo da bola Condução da bola, finta Remate</p> <p>Ações Táticas em situação de jogo 2x23x3, , superioridades numéricas, 4x4 com GR Marcação Desarme Desmarcação Criação linhas de passe</p> <p>2. Conhecimentos acerca da modalidade.</p> <p>Badminton</p> <p>1. Posição base Serviço curto e comprido</p>	<p>1.6 - Pirueta vertical após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), quer para a direita quer para a esquerda, mantendo o controlo do salto.</p> <p>1.7 - Carpa de pernas afastadas e de pernas unidas, após corrida de balanço (saída ventral) e também após 2 ou 3 saltos de impulsão no aparelho (saída dorsal), realizando o fecho das pernas (em extensão) relativamente ao tronco, pouco antes de atingir o ponto mais alto do salto, seguido de abertura rápida.</p> <p>2. Conhece e identifica: conteúdos, material utilizado e a técnica de execução dos elementos abordados.</p> <p>1. Em situação de jogo 3x3, 4x4 e 5x5: 1.1. Logo que a sua equipa perde a posse da bola, assume de imediato atitude defensiva recuando rápido para o seu meio-campo (defesa individual), procurando recuperar a posse da bola: Faz marcação individual ao seu adversário, na proximidade e à distância; Desloca-se, acompanhando a circulação da bola, mantendo a visão simultânea da bola e do movimento do jogador da sua responsabilidade (“marcação de vigilância”); Quando em marcação individual na proximidade, faz “marcação de controlo” ao jogador com bola, procurando desarmá-lo e impedir a finalização.</p> <p>1.2. Realiza com oportunidade e correção global, no jogo e em exercícios critério, as ações: a) remates em suspensão, b) remates em apoio, c) fintas, d) mudanças de direção, e)</p>	<p>Aulas previstas 10</p> <p>Aulas previstas 6</p>	<p>INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <p>1. INICIAL</p> <table border="1" data-bbox="1632 1102 2085 1198"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de Observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Exercício oral</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> <p>2. FORMATIVA</p> <table border="1" data-bbox="1632 1254 2085 1345"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Observação /Correção</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table>	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de Observação direta	X	Exercício oral	X	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de observação direta	X	Observação /Correção	X
INSTRUMENTOS	N.º														
Grelhas de Observação direta	X														
Exercício oral	X														
INSTRUMENTOS	N.º														
Grelhas de observação direta	X														
Observação /Correção	X														

<p>Clear (defensivo/ofensivo) Lob Drive Amorti (lento/rápido)/Encosto Remate Bloqueio</p> <p>2. Conhecimentos acerca da modalidade.</p> <p>Andebol 1. Passe/recepção Remate em apoio, em salto e em suspensão Fintas</p>	<p>deslocamentos ofensivos, f) posição base defensiva, g) colocação defensiva, h) deslocamentos defensivos, i) desarme, j) “marcação de controlo”, l) marcação de vigilância”.</p> <p>2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo, adequando a sua atuação a esse conhecimento quer como jogador quer como árbitro.</p> <p>1. Em situação de jogo singulares, num campo de Badminton, desloca-se e posiciona-se corretamente, para devolver o volante (evitando que este caia no chão), utilizando diferentes tipos de batimentos:</p> <p>1.1. Serviço, curto e comprido (na área de serviço e na diagonal), tanto para o lado esquerdo como para o direito, colocando corretamente os apoios e dando continuidade ao movimento do braço após o batimento.</p> <p>1.2. Em clear, batendo o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco.</p> <p>1.3 - Em lob, batendo o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raquete (em afundo), utilizando em conformidade os diferentes tipos de pegadas de raquete (de esquerda ou de direita).</p>	<p>Aulas previstas 8</p>	<table border="1" data-bbox="1630 228 2083 292"> <tr> <td>Exercício Oral</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Avaliação recíproca</td> <td>X</td> </tr> </table> <p>3. SUMATIVA (momentos formais de avaliação) – ____%</p> <table border="1" data-bbox="1630 379 2083 547"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de registo/observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Trabalho de Grupo/Teste escrito</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Questionamento oral</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Autoavaliação</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Heteroavaliação</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> <p>CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO:</p> <table border="1" data-bbox="1630 611 2056 730"> <tr> <td>Domínio das Capacidades (Psicomotor)</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>Domínio dos Conhecimentos</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Domínio das Atitudes</td> <td>20%</td> </tr> </table> <p>PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO:</p> <table border="1" data-bbox="1630 794 2083 994"> <thead> <tr> <th>Parâmetros</th> <th>Ponderação</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Responsabilidade</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Empenho/Participação</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Org/Métodos trabalho</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal</td> <td>8,0%</td> </tr> </tbody> </table>	Exercício Oral	X	Avaliação recíproca	X	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de registo/observação direta	X	Trabalho de Grupo/Teste escrito	X	Questionamento oral	X	Autoavaliação	X	Heteroavaliação	X	Domínio das Capacidades (Psicomotor)	60%	Domínio dos Conhecimentos	20%	Domínio das Atitudes	20%	Parâmetros	Ponderação	Responsabilidade	4,0%	Empenho/Participação	4,0%	Org/Métodos trabalho	4,0%	Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal	8,0%
Exercício Oral	X																																		
Avaliação recíproca	X																																		
INSTRUMENTOS	N.º																																		
Grelhas de registo/observação direta	X																																		
Trabalho de Grupo/Teste escrito	X																																		
Questionamento oral	X																																		
Autoavaliação	X																																		
Heteroavaliação	X																																		
Domínio das Capacidades (Psicomotor)	60%																																		
Domínio dos Conhecimentos	20%																																		
Domínio das Atitudes	20%																																		
Parâmetros	Ponderação																																		
Responsabilidade	4,0%																																		
Empenho/Participação	4,0%																																		
Org/Métodos trabalho	4,0%																																		
Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal	8,0%																																		

<p>Drible Mudanças de direção Deslocamentos</p> <p>Ações Táticas em situação de jogo formal 5x5 e 7x7 e superiidade numérica (2x1; 3x2; 4x3, 5x4) Marcação Individual e à zona Desmarcação Equilíbrio ofensivo.</p> <p>Atletismo 1. Corridas: - Velocidade (Megasprint); - Estafetas 2. Salto em Comprimento (Megasalto) 3. Lançamento peso (Megalançamento) 4. Resistência (Megakilómetro)</p>	<p>1.4. - Em amorti (à direita e à esquerda), controlando a força do batimento de forma a colocar o volante junto à rede. 1.5. - Em drive (à direita e à esquerda), executando o batimento à frente do corpo, com a "cabeça" da raquete paralela à rede e imprimindo ao volante uma trajetória tensa. 1.6 – Remata na sequência do serviço alto do companheiro, batendo o volante acima da cabeça e à frente do corpo com rotação do tronco, após "armar" o braço atrás, num movimento contínuo e amplo, imprimindo-lhe uma trajetória descendente e rápida.</p> <p>2 - Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas, adequando as suas ações a esse conhecimento.</p> <p>1. Em situação de jogo 5x5 (campo reduzido, com aproximadamente 32m x 18m) e 7x7: 1.1. Logo que a sua equipa perde a posse da bola, assume de imediato atitude defensiva recuando rápido para o seu meio-campo (defesa individual), procurando recuperar a posse da bola: Faz marcação individual ao seu adversário, na proximidade e à distância; Desloca-se, acompanhando a circulação da bola, mantendo a visão simultânea da bola e do movimento do jogador da sua responsabilidade (“marcação de vigilância”); Quando em marcação individual na proximidade, faz “marcação de controlo” ao jogador com bola, procurando desarmá-lo e impedir a finalização.</p>	<p>Aulas previstas 4</p>	
--	--	------------------------------	--

<p>5. Conhecimentos acerca da modalidade</p> <p>Ginástica de Solo e Acrobática</p> <p>1.(solo) Rolamentos Apoio Facial Invertido Roda Avião Ponte Outras posições equilíbrio, força e flexibilidade Elementos de ligação para sequência gímnica 2. (acrobática)</p>	<p>1.2. Realiza com oportunidade e correção global, no jogo e em exercícios critério, as ações: a) remates em suspensão, b) remates em apoio, c) fintas, d) mudanças de direção, e) deslocamentos ofensivos, f) posição base defensiva, g) colocação defensiva, h) deslocamentos defensivos, i) desarme, j) “marcação de controlo”, l)marcação de vigilância”.</p> <p>2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo, adequando a sua atuação a esse conhecimento quer como jogador quer como árbitro.</p> <p>1. Efetua uma corrida de velocidade máxima com técnica de corrida e partida de blocos; Em corrida de estafetas (4 x 60 m, 4 x 80 m, 4 x 100 m), entrega o testemunho, utilizando a técnica descendente e ou ascendente, e recebe-o em aceleração sem controlo visual;</p> <p>2. Salta em comprimento com a técnica de “voo na passada”, com corrida de balanço ajustada. “Puxa” as pernas para a frente e os braços (paralelos) para a frente e para baixo, na parte final do voo, inclinando o tronco à frente para receção na caixa de saltos.</p> <p>3. Lança o engenho (peso) com a técnica correta de acordo com o protocolo do Megalançamento;</p>	<p>Aulas previstas 8</p>	<p>INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:</p> <p>1. INICIAL</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de Observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Exercício oral</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> <p>2. FORMATIVA – ___ %</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Observação /Correção</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Exercício Oral</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Avaliação recíproca</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> <p>3. SUMATIVA (momentos formais de avaliação)</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>INSTRUMENTOS</th> <th>N.º</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Grelhas de registo/observação direta</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Trabalho de Grupo/Teste escrito</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Questionamento oral</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Autoavaliação</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Heteroavaliação</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> <p>CRITÉRIOS GERAIS DE AVALIAÇÃO:</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>Domínio das Capacidades (Psicomotor)</td> <td>60%</td> </tr> <tr> <td>Domínio dos Conhecimentos</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Domínio das Atitudes</td> <td>20%</td> </tr> </tbody> </table>	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de Observação direta	X	Exercício oral	X	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de observação direta	X	Observação /Correção	X	Exercício Oral	X	Avaliação recíproca	X	INSTRUMENTOS	N.º	Grelhas de registo/observação direta	X	Trabalho de Grupo/Teste escrito	X	Questionamento oral	X	Autoavaliação	X	Heteroavaliação	X	Domínio das Capacidades (Psicomotor)	60%	Domínio dos Conhecimentos	20%	Domínio das Atitudes	20%
INSTRUMENTOS	N.º																																				
Grelhas de Observação direta	X																																				
Exercício oral	X																																				
INSTRUMENTOS	N.º																																				
Grelhas de observação direta	X																																				
Observação /Correção	X																																				
Exercício Oral	X																																				
Avaliação recíproca	X																																				
INSTRUMENTOS	N.º																																				
Grelhas de registo/observação direta	X																																				
Trabalho de Grupo/Teste escrito	X																																				
Questionamento oral	X																																				
Autoavaliação	X																																				
Heteroavaliação	X																																				
Domínio das Capacidades (Psicomotor)	60%																																				
Domínio dos Conhecimentos	20%																																				
Domínio das Atitudes	20%																																				

<p>Em pares, monte e desmonte (base, volante): Prancha</p> <p>3. Conhecimentos acerca da modalidade.</p> <p>Voleibol</p> <p>1. Serviço por baixo ou por cima; Passe; Manchete; Remate; Deslocamentos; Posição Base; Bloco; Comunicação Verbal; Situação de jogo 1x1; 2x2; 3x3; 4x4 e 6x6.</p> <p>2. Conhecimentos acerca da modalidade.</p>	<p>4. Corre no menor tempo possível um percurso de 1000 metros na pista do Estádio Municipal.</p> <p>5. Coopera com os companheiros, aceitando e dando sugestões, de acordo com as exigências técnicas e regulamentares, que favoreçam a melhoria das suas ações, cumprindo as regras de segurança, bem como na preparação, arrumação e preservação do material.</p> <p>Aplica criteriosamente o regulamento específico das corridas, lançamentos e saltos, quer como praticante, quer como juiz, e em todas as situações que o exijam.</p> <p>2. Aceita as decisões da arbitragem e trata com igual cordialidade e respeito os companheiros e adversários, evitando ações que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo. Conhece o objetivo do jogo, a função e o modo de execução das principais ações técnico-táticas e as regras do jogo, adequando a sua atuação a esse conhecimento quer como jogador quer como árbitro.</p> <p>1 - Coopera com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, preservando sempre as condições de segurança.</p> <p>1.1 - Compreende e desempenha corretamente as funções, quer como base quer como volante, na sincronização dos diversos elementos acrobáticos e coreográficos.</p> <p>1.2 - Conhece e efetua com correção técnica as pegadas, os montes e desmontes ligados aos elementos acrobáticos a executar.</p>	<p>3º Período</p> <p>Aulas previstas 10</p> <p>Aulas previstas 4</p>	<p>PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Parâmetros</th> <th>Ponderação</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Responsabilidade</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Empenho/Participação</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Org/Métodos trabalho</td> <td>4,0%</td> </tr> <tr> <td>Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal</td> <td>8,0%</td> </tr> </tbody> </table>	Parâmetros	Ponderação	Responsabilidade	4,0%	Empenho/Participação	4,0%	Org/Métodos trabalho	4,0%	Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal	8,0%
Parâmetros	Ponderação												
Responsabilidade	4,0%												
Empenho/Participação	4,0%												
Org/Métodos trabalho	4,0%												
Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento interpessoal	8,0%												

<p>Orientação</p>	<p>1.3 A par, combinam numa coreografia musicada (sem exceder dois minutos), utilizando diversas direções e sentidos, afundos, piruetas, rolamentos, passo-troca-passo, tesouras (saltos), posições de equilíbrio e outras destrezas gímnicas, com os seguintes elementos técnicos, marcando o início e o fim de cada elemento.</p> <p>1.4. - Em situação de exercício em trios, realizam os seguintes elementos técnicos com coordenação e fluidez:</p> <p>1.5 - Base em pé, suporta um volante que se equilibra de pé sobre as suas coxas (de costas para ele). Este base é auxiliado por um base intermédio que em posição de deitado dorsal, com os membros superiores em elevação, apoia o base colocando os pés na sua bacia.</p> <p>1.6 - O base em pé, suporta um volante que se equilibra de pé sobre as suas coxas (de costas para ele). Por sua vez o volante apoia o outro base, que executa o pino à sua frente, segurando-o pelos tornozelos, ajudando-o a manter a sua posição</p> <p>1. Em situação de jogo 4 x 4 num campo reduzido (12 m x 6 m) e jogo 6 x 6 (campo oficial), com a rede aproximadamente a 2,20 m de altura:</p> <p>1.1. No ataque: Serve por baixo ou por cima; Passa a bola a um companheiro de modo a facilitar-lhe a finalização ou finaliza com passe colocado ou remate; Ocupa o espaço de jogo de forma a enquadrar-se com a ação técnica a realizar.</p> <p>1.2. Na defesa: Recebe o serviço em manchete; Avisa os companheiros e posiciona-se para, de acordo com a trajetória da bola, executar um passe ou manchete, dando continuidade</p>		
--------------------------	--	--	--

	<p>às ações da sua equipa; Executa o bloco individual ao ataque adversário; Desloca-se em atitude defensiva (enquadra-se com o atacante que remata).</p> <p>2. Conhece e identifica: formas de jogar a bola, início e recomeço do jogo, bola dentro e bola fora, objetivo do jogo, sistema de pontuação, faltas (dois toques, violação da rede, número de toques consecutivos por equipa, faltas no serviço, rotação ao serviço), constituição das equipas, sinais de arbitragem, função e modo de execução das principais ações técnico-táticas posição dos jogadores, substituição de jogadores, faltas (passagem por cima da rede, do ataque, bloco), interrupções do jogo regulamentares (tempos de desconto), Intervalos entre os sets e troca de campo faltas (transporte e violação da linha divisória).</p>		
--	---	--	--

E - Relacionamento interpessoal

As competências na área de Relacionamento interpessoal dizem respeito à interação com os outros, que ocorre em diferentes contextos sociais e emocionais. Permitem reconhecer, expressar e gerir emoções, construir relações, estabelecer objetivos e dar resposta a necessidades pessoais e sociais.

As competências associadas a Relacionamento interpessoal implicam que os alunos sejam capazes de:

- adequar comportamentos em contextos de cooperação, partilha, colaboração e competição;
- trabalhar em equipa e usar diferentes meios para comunicar presencialmente e em rede;
- interagir com tolerância, empatia e responsabilidade e argumentar, negociar e aceitar diferentes pontos de vista, desenvolvendo novas formas de estar, olhar e participar na sociedade.

G - Bem-estar, saúde e ambiente

As competências na área de Bem-estar, saúde e ambiente dizem respeito à promoção, criação e transformação da qualidade de vida do indivíduo e da sociedade.

As competências associadas a Bem-estar, saúde e ambiente implicam que os alunos sejam capazes de:

- adotar comportamentos que promovem a saúde e o bem-estar, designadamente nos hábitos quotidianos, na alimentação, nos consumos, na prática de exercício físico, na sexualidade e nas suas relações com o ambiente e a sociedade;
- compreender os equilíbrios e as fragilidades do mundo natural na adoção de comportamentos que respondam aos grandes desafios globais do ambiente;
- manifestar consciência e responsabilidade ambiental e social, trabalhando colaborativamente para o bem comum, com vista à construção de um futuro sustentável.

J - Consciência e domínio do corpo

As competências na área de Consciência e domínio do corpo dizem respeito à capacidade de o aluno compreender o corpo como um sistema integrado e de o utilizar de forma ajustada aos diferentes contextos.

As competências associadas a Consciência e domínio do corpo implicam que os alunos sejam capazes de:

- realizar atividades motoras, locomotoras, não-locomotoras e manipulativas, integradas nas diferentes circunstâncias vivenciadas na relação do seu próprio corpo com o espaço;
- dominar a capacidade perceptivo-motora (imagem corporal, direcionalidade, afinamento perceptivo e estruturação espacial e temporal);
- ter consciência de si próprios a nível emocional, cognitivo, psicossocial, estético e moral por forma a estabelecer consigo próprios e com os outros uma relação harmoniosa e salutar.

Anexo IX: Exemplo de um plano de aula

Plano Aula			
Professor: Cláudio Sousa	Estagiário: Miguel Bernardes	Data:	Hora:
Ano/Turma: 9.º C	Período:	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.:	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula:
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			
Sumário:			

Tempo		Descrição da tarefa / Organização	Componentes/Críticas Critérios de Êxito/Objetivos	Avaliação
T	P			
Parte Inicial da Aula				
15h55	5'	Entrada dos alunos nos balneários para se equiparem 		
Parte Fundamental da Aula				
Parte Final da Aula				
		Retorno à calma - Recolha do material e retorno à calma considerações finais, resumo da aula e informações sobre a próxima aula. Alunos em meia lua. 	O aluno deve colocar dúvidas em relação à aula.	

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

Reflexão Crítica / Relatório da Aula:
--

<u>Planeamento da aula</u>

<u>Instrução:</u>

<u>Gestão:</u>

<u>Clima:</u>

<u>Disciplina:</u>

<u>Decisões de ajustamento:</u>

<u>Aspetos positivos mais salientes:</u>
--

<u>Oportunidades de melhoria:</u>

Anexo X: Ficha de autoavaliação

Ficha de Autoavaliação			
Nome:			
Ano:	Turma:	Nº	Ano letivo:

Legenda					
Sempre	Muitas Vezes	Às Vezes	Poucas Vezes	Nunca	
5	4	3	2	1	
Cognitivo (20%)					
Conteúdos			1ºP	2ºP	3ºP
1 – Demonstro conhecimento sobre os conteúdos abordados.					
2 – Respondo (oral e por escrito) de forma correta às questões colocadas pelo professor.					
3 – Esclareço eventuais dúvidas dos colegas.					
4 – Conheço as regras das modalidades abordadas.					
5 – Conheço as componentes críticas base dos gestos a realizar.					
6 – Conheço a terminologia (vocabulário específico) da disciplina.					
Socio-Afetivo (20%)					
Conteúdos			1ºP	2ºP	3ºP
1 – Respeito e coopero com os meus colegas e professor nas atividades.					
2 – Trago o equipamento necessário para a realização da aula.					
3 – Sou pontual e assíduo.					
4 – Executo as tarefas propostas pelo professor.					
5 – Tento superar as minhas dificuldades.					
6 – Respeito as regras de convivência.					
7 – Aceito sugestões para melhorar.					
8 – Cuido e preocupo-me com os materiais.					
9 – Presto atenção ao que me é transmitido.					
10 – Respeito as diferenças dos colegas (revelo espírito de equipa).					
11 – Tomo banho depois das aulas práticas de EF.					
Psicomotor (60%)					
Conteúdos			1ºP	2ºP	3ºP
1 – Esforcei-me e tenho evoluído/progredido nas situações de aprendizagem.					
2 – Executo, com correção, os gestos técnicos dos desportos individuais abordados.					
3 – Executo, com correção, os gestos técnicos dos jogos desportivos coletivos abordados.					
4 – Executo, com correção, as ações táticas elementares dos jogos desportivos coletivos abordados.					
5 – Aplico as regras básicas das modalidades abordadas em situação de jogo					
			1ºP	2ºP	3ºP
Depois de ter refletido na minha avaliação, considero que me deve ser atribuído o nível:					

Propostas para melhorar as aulas de EF:

Anexo XI: Mapa de Rotações da Escola Guilherme Stephens



MAPA DE ROTAÇÕES - III

Guilherme Stephens	2ª Feira				3ª Feira				4ª Feira				5ª Feira				6ª Feira			
	G1	Ext 1	G2	Ext 2	G1	Ext 1	G2	Ext 2	G1	Ext 1	G2	Ext 2	G1	Ext 1	G2	Ext 2	G1	Ext 1	G2	Ext 2
8.30 - 9.15		6E	5D	7H	6B	6E				6G	5C		8E	6C	6B	8G			7I	8D
9.15 - 10.00	6H	5B	5G	8B			8F		8A			8G					6D			7G
10.15 - 11.00						6A	5E	7A	6D	7E	5G	8B		6A	8F	8D	6H	7C	5D	7H
11.00 - 11.45	5F	7E	7I	7G	6F	8E														
11.55 - 12.40				7F		7C	5C			7B					5H				5E	7A
12.40 - 13.25	8A	6C	5A			6G	5H			7D							8C			
13.30 - 15.00																				
15.10 - 15.55													5F	7B		7F				
15.55 - 16.40		7D		9C	8C		5A													
16.50 - 17.35																				

2º Ciclo
SILVIA
DELFIN
HELDER
TEIXEIRA

3º Ciclo
FILIPA
PAULA
LÚCIA
RUI
CLAUDIO

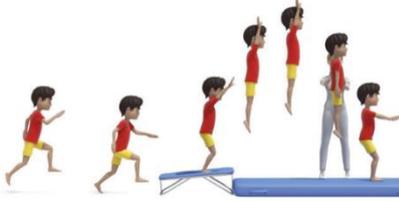
Anexo XII: Avaliação Sumativa de Ginástica de Aparelhos

Ginástica						
	Salto ao eixo no boque			Salto em extensão no mini		
	Elevação da bacia acima do nível dos ombros	Afasta as pernas mantendo-as em extensão	Realiza recepção em equilíbrio	Chamada a dois pés	Extensão completa das pernas e elevação rápida dos braços	Recepção em equilíbrio, com os braços esticados direcionados para o solo
1	A	A	A	A	A	A
2	A	B	B	A	B	A
3	A	B	B	A	B	B
4	B	B	B	A	B	B
5	A	A	A	B	B	B
6	C	C	C	B	B	B
7	C	C	C	A	B	A
8	A	B	B	A	A	A
9	B	B	B	A	A	A
10	C	C	C	B	B	B
11	A	A	A	A	A	A
12	A	B	A	A	B	A
13	A	B	B	A	A	A
14	A	A	A	A	B	A
15	A	A	A	A	A	A
16	A	A	A	A	B	A
17	B	C	B	A	B	A
18	A	A	A	A	A	A
19	A	A	A	A	A	A
20	A	A	A	A	A	A
21	A	A	A	B	B	B
22	C	C	C	A	B	B
23	A	A	A	A	B	B
24	A	A	A	A	B	A

Anexo XIII: Ficha de Heteroavaliação e autoavaliação de Ginástica de Aparelhos

Nome do Avaliador: _____ n.º _____

Nome do Avaliado: _____ n.º _____

Gesto Gímnico – Salto em extensão			
	<p>Chamada a dois pés</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Extensão completa das pernas e elevação rápida dos braços</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Receção em equilíbrio, com os braços estendidos direcionados para o solo</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>
Gesto Gímnico – Salto engrupado			
	<p>Salta o máximo para cima e em equilíbrio</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Elevação dos joelhos ao peito Toca os joelhos com os M.S. no ponto mais alto do voo</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Receção em equilíbrio</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>
Gesto Gímnico – Salto Carpa pernas afastadas			
	<p>O aluno realiza corrida de chamada</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Estica o corpo e flete as pernas sobre o tronco, afastando-as em seguida prepara a receção ao solo</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Receção controlada com ligeira flexão do tronco</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>
Gesto Gímnico – Salto pirueta			
	<p>Estica completamente o corpo fazendo uma rotação</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Mantem os braços esticados e acompanha a rotação com o olhar</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Receção controlada e em equilíbrio</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>
Gesto Gímnico – Salto ao eixo no boque			
	<p>Elevação da bacia acima do nível dos ombros</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Afasta as pernas mantendo-as em extensão</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>	<p>Receção controlada e em equilíbrio</p> <div style="border: 1px solid black; display: flex; justify-content: space-around; width: 100px; margin-top: 10px;"> A B C D </div>

Legenda: A - Executa | B- Executa com alguns erros | C- Executa com erros | D- Não realiza

Anexo XIV: Excel com a avaliação sumativa de Ginástica de aparelhos

Nº	NOME	Ginástica de aparelhos					28%	Total
		ext	eng	car	piru	eixo		
		20	20	20	20	20	1	
1		96	80	88	76	96		0,872
2		84	76	68	60	96		0,768
3		88	96	96	80	60		0,84
4		88	88	88	72	88		0,848
5		80	84	60	72	100		0,792
6		80	80	84	60	88		0,784
7		96	80	68	68	50		0,724
8		100	100	100	76	96		0,944
9		100	100	68	100	88		0,912
10		76	68	0	84	0		0,456
11		100	88	96	96	100		0,96
12		88	84	100	60	96		0,856
13		100	76	88	76	88		0,856
14		96	88	88	96	80		0,896
15		100	88	100	92	100		0,96
16		96	76	100	92	100		0,928
17		96	100	96	92	80		0,928
18		100	100	96	96	100		0,984
19		100	100	100	100	100		1
20		100	100	100	88	100		0,976
21		76	88	80	100	100		0,888
22		84	76	84	72	0		0,632
23		84	96	80	80	100		0,88
24		88	68	76	72	100		0,808

Anexo XV – Teste de avaliação online

Teste 2

https://docs.google.com/forms/d/1DQ4nfU5ZFHfXR3-eX4JgA5r3W_z82XX_mB9H5wolb0/edit

Horizontal

1. Ao atingir o máximo da altura, eleva os joelhos contra o peito, mantendo o tronco direito e o olhar dirigido para a frente.
2. É um gesto técnico que permite passar a bola a um companheiro que se encontra em boa posição para a receber.
3. O aluno lê a trajetória da bola no ar, acompanhando o seu percurso, e prevendo o local mais provável da sua queda
4. Ao atingir o máximo de altura, eleva rápido as pernas, completamente estendidas e afastadas, até chegarem à horizontal.
5. Modalidade inventada em 1891 pelo professor James Naismith nos Estados Unidos.

Vertical

1. Corpo em completa extensão, com os braços em elevação superior e pernas unidas.
2. Tipo de passe utilizado quando há um adversário entre dois jogadores.
3. Apoia as mãos à largura dos ombros e, com uma forte repulsão afasta as pernas e mantém o olhar em frente.
4. Rotação em volta do corpo, para a direita ou esquerda, olhando para o lado que se pretende rodar.
5. Lançamento após dois apoios no solo.

Anexo XVII: Questionário do Tema-Problema

Questionário sobre a influência do uso das Tecnologias Informação e Comunicação (TIC) nas aulas de ginástica de solo.

Este questionário faz parte de uma pesquisa que estamos a realizar sobre o tema do uso das TIC nas aulas de Educação Física.

Com este questionário pretende-se recolher informação sobre a tua opinião das aulas de ginástica de solo com o apoio das TIC. A tua colaboração é fundamental e os dados recolhidos destinam-se a tratamento estatístico, sendo garantida a confidencialidade dos mesmos.

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

1 - Identificação dos participantes:

Neste grupo pedimos que nos dês alguma informação sobre ti.

1.1. Idade: ____

1.2. Sexo: Masculino Feminino

2. Recursos digitais que utilizas em tua casa, quais são...?

(Assinala com X as que utilizas e a frequência com que o fazes (todos os dias, 1 vez por semana, 1 ou 2 vezes por mês))

	Sim	Todos os dias 1 vez semana 1 ou 2 vezes por mês		
A. Projetor de vídeo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
B. Leitor de DVD.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
C. Leitor de mp3.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
D. Consola de jogos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
E. Internet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
F. Computador portátil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
G. Tablet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
H. Smartphone	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I. Computador de mesa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
J. TV	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
K. SmartTV	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Nas tuas aulas o professor usou vários recursos TIC nas aulas de ginástica de solo.

Assinala com X os meios que o teu professor utilizou. Depois assinala com um X o grau de motivação que sentiste em relação a cada um (entre 1-Nada e 5-Muita).

3.1.1- Fotopaper (manipulação de fotos com percurso pela escola)

3.1.2- Disponibiliza nas aulas monitores de frequência cardíaca.

3.1.3- Vídeos com as componentes críticas.

3.1.4- Página de internet de repositório das atividades da aula

3.1.5- Animações para explicar os exercícios

3.1.6- Testes online.

3.1.7- Outro _____

S
I
M

<input type="checkbox"/>

Nenhum		Muita		
1	2	3	4	5
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				
<input type="checkbox"/>				

4. Opinião sobre a motivação para a Ginástica de solo.

Neste grupo pretendemos conhecer a tua motivação para as aulas de Ginástica de solo. Considerando a seguinte escala em que 1 corresponde a **nenhuma motivação** e 5 corresponde a **muita motivação**, assinala com uma cruz (X), correspondente à opção mais adequada.

4.1. Qual a tua motivação para as aulas de Ginástica de Solo?

Assinala com um X entre 1 – Nenhuma motivação e 5 – Muita motivação.

	Nenhuma motivação				Muita motivação
	1	2	3	4	5
4.1.1- Gosto pela modalidade.					
4.1.2- Sou bom/boa na Ginástica					
4.1.3- As aulas são cansativas.					
4.1.4- As aulas são mais agradáveis que outras modalidades.					
4.1.5- O professor ajuda-me a aprender esta matéria.					
4.1.6- Posso trabalhar com um colega e aprendo melhor.					
4.1.7- Posso trabalhar com um grupo e aprendo melhor.					

4.2. Na ginástica de solo o que achas que resultou melhor para a tua aprendizagem (Assinala uma ou mais opções que aches mais adequada)

- A. Trabalhar Sozinho.
- B. Trabalhar com auxílio dos vídeos
- C. Praticar com a ajuda de um colega.
- D. Praticar com o professor.
- E. Praticar em casa com recursos aos materiais disponíveis na página
- F. Praticar com auxílio ao fotopaper
- G. Praticar com auxílio dos cartazes
- H. O teste online
- Outro: _____

4.2.1 – Porquê?

- A. Estou mais à vontade.
- B. Aprendo melhor.
- C. O professor ajuda-me a aprender esta matéria.
- D. Quando trabalho com um colega é mais fácil.
- E. Interesse-me nas aulas.
- F. Satisfação nas aulas.
- G. Envolvimento nas tarefas.
- H. Ajudar os outros/colegas a melhorar.
- I. Trabalho melhor após a visualizações dos vídeos.

Obrigado pela colaboração.

Data: ____/____/____

Anexo XVIII: Inventário

Equipamentos Desportivos

Relativamente ao equipamento desportivo disponível, podemos afirmar que as condições do mesmo são boas para a leção das aulas. O seguinte quadro resume o material, existente:

GINÁSTICA

Tabela 6: Equipamentos desportivos (ginástica)

MATERIAL DE GINÁSTICA	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Paralelas Mistas	1			1
Paralelas Assimétricas	1		1	
Barra Fixa	1			1
Trave Olímpica	1			1
Plinto de 6 caixas	2			2
Plinto de 7 caixas	1		1	
Plinto de 9 caixas	1		1	
Cavalo de Saltos	1			1
Boque	2	1		1
Trampolim Reuther	1		1	
Mini Trampolim	2	1	1	
Banco Sueco	4		4	
Espaldares	18		18	
Colchão de quedas de 3x2x0,3m	2			2
Tapete com velcro de 3 cm de espessura da Fabrigimno	34		34	
Tapete azul de 5 cm de espessura	6		6	
Tapete com velcro de 2x1x0,05m da Topgim	5			5
Carro de transporte de tapetes	1		1	

FUTEBOL/FUTSAL

Tabela 7 Equipamentos desportivos (Futebol/Futsal)

MATERIAL DE FUTEBOL	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Bolas Futebol	8		8	
Bolas Futsal (novas)	8			8
Bolas Futsal (usadas)	18		18	
Total bolas	34		26	8

BASQUETEBOL

Tabela 8 Equipamentos desportivos (Basquetebol)

MATERIAL DE BASQUETEBOL	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Bolas – várias	30		30	
Bolas Nº6	4			4
Bolas Nº7	1			1
Tabelas	6		6	

Rede de cesto de basquetebol	16		4	12
Carros de cesto grandes oficiais	2			2
Carros de cesto pequenos oficiais	2			2

RÂGUEBI

Tabela 9 Equipamentos desportivos (Râguebi)

MATERIAL DE RÂGUEBI	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Bolas	8		8	
Saco Desportivo Fed. Portuguesa de Râguebi	1			1

ANDEBOL

Tabela 10 Equipamentos desportivos (Andebol)

MATERIAL DE ANDEBOL	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Bolas T1	16		1	15
Bolas T2	13		3	10
Bolas de jogo	2			2
Total bolas:	29		4	25

VOLEIBOL

Tabela 11 Equipamentos desportivos (Voleibol)

MATERIAL DE VOLEIBOL	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Bolas XSports	27			27
Bolas – várias	2			2
Varetas	8			8
Redes Grandes	4		2	2
Redes Pequenas	2			2
Postes	3			3
Suporte para postes	1			1
Cadeira de Árbitro	1			1

BADMÍNTON

Tabela 12 Equipamentos desportivos (Badminton)

MATERIAL DE BADMÍNTON	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Postes	2			2
Caixas de 6 Volantes	15		2	13
Raquetes	47		29	18
Rede Grande	1		1	
Redes Pequenas	3		3	

TÊNIS

Tabela 13 Equipamentos desportivos (Ténis)

MATERIAL DE TÊNIS	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
-------------------	------------	-----------------------

		Mau	Razoável	Bom
Rede	1			1
Postes	2			2
Bolas	117		61	56
Raquetes	36		28	8

HÓQUEI EM CAMPO

Tabela 14 Equipamentos desportivos (Hóquei em campo)

MATERIAL DE HÓQUEI EM CAMPO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Balizas Hóquei em campo	2	1	1	
Sticks de Hóquei em campo	12		12	
Bolas de Hóquei em campo	22		5	17
Conj. de proteções para GR de Hóquei em campo	2		2	
Saco para material de Hóquei em campo	1	1		

ATLETISMO

Tabela 15 Equipamentos desportivos (Atletismo)

MATERIAL DE ATLETISMO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Peso 1kg	1			1
Peso 2kg	1			1
Postes Salto em altura	2	2		
Elástico salto em altura	1			1
Postes de Slalom	6			6
Bola Medicinal 2 Kg	1			1
Argolas azuis	5			5
Barreiras Altas	10			10
Barreiras Médias	10			10
Barreiras Baixas	9			9
Testemunhos	6			6

ORIENTAÇÃO

Tabela 16 Equipamentos desportivos (Orientação)

MATERIAL DE ORIENTAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Balizas com alicate	20			20
Balizas sem alicate	5			5
Total de Balizas:	25			25

MONTANHISMO/ESCALADA

Tabela 17 Equipamentos desportivos (Montanhismo/escalada)

MATERIAL DE MONTANHISMO/ESCALADA	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Corda Dinâmica – Verde	2			2

Corda Dinâmica – Rosa	1		1	
Corda Dinâmica – Roxa	1		1	
Cordas para nós	25			25
Fita Express	2		2	
Mosquetão Manual	6		3	3
Mosquetão Automático	2		2	
Descensor – Oito	2		2	
Capacete	4	1	1	2
Boudrier Petzl	4			4
Boudrier Edelweiss	4			4
Boudrier Black Diamond	4		4	
Descensor Petzl Gri Gri 2	1			1
Blocos de magnésio	8			8
Chave sextavada	1			1
Par de luvas	1			1
Saco de transporte de material Patrick Grande	1			1

VESTUÁRIO DE APOIO ÀS AULAS

Tabela 18 Equipamentos desportivos (Coletes)

DESCRIÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		Mau	Razoável	Bom
Coletes azuis – vários			7	
Coletes verdes – vários			18	
Coletes amarelos – vários			18	
Coletes laranja – vários			10	

OUTRO MATERIAL EXISTENTE

Tabela 19 Equipamentos desportivos (Outro Material)

OUTRO MATERIAL	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO		
		MAU	RAZOÁVEL	BOM
Carro metálico para transporte de material	3	2	1	
Saco de transporte de bolas - Desporto Escolar	3		3	
Saco em rede para transporte de bolas	1			1
Cones	130	20	110	
Pinos	30		30	
Arcos	30		30	
Cronómetro	5			5
Apitos	13			13
Marcador de pontos	4	2	2	
Compressor elétrico	1		1	
Agulha para compressor	28			28
Extensão de eletricidade	1			1
Caixa “senta e alcança”	2			2
Balança digital	1			1

Rádio leitor de CDs	1			1
Coluna de som com rodas	1			1
Redes de cesto de basquetebol	2			2
Rede de baliza Andebol/Futsal 3,5mm	8	3	1	4
Balizas Andebol/Futsal	4			4
Corda de tração	1			1
Bola de Esponja multiusos	4		4	
Escada de Agilidade	1			1
Chancas	4		4	
Andas	6		6	
Arcos em metal	4	4		
Fita Métrica	1	1		
Bola Medicinal Pequena	1		1	

Anexo X:

leiri mar
centro de formação
Entidade Formadora Certificada - Registo nº COPEC/ENT-AM-1272/17

REPÚBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

CERTIFICADO

Olga Maria Pedroso Morouço, diretora do Centro de Formação de LeiriMar, certifica que **António Miguel Nunes Bernardes**, portador(a) do bilhete de identidade/cartão de cidadão n.º **11101798**, frequentou a Ação de Formação de Curta Duração:

Designação: "**Jornadas Pedagógicas: Inclusão, Flexibilidade e Inovação**".
Nº de registo: **LeiriMar-ACD-55/2018**, com a duração de **3 (três) horas**.
Formadoras: **Maria Manuela de Jesus Faustino Prata e Isilda Pereira e Silva**, detentoras do grau de Doutoramento; **Maria de Fátima dos Santos Carvalho e Olga Maria Pedroso Morouço**, detentoras do grau de Mestrado.
Promovida pelo(a) Centro de Formação de LeiriMar e Agrupamento de Escolas **Marinha Grande Poente**.
Data e local: **19 de setembro de 2018**, no(a) **Escola Secundária Eng.º Acácio Calazans Duarte**.

Mais se certifica que:

a) para os efeitos previstos no artigo 8.º do Regime Jurídico da Formação Contínua de Professores, a presente ação releva para a avaliação do desempenho e para a progressão em carreira do(s) **Educadores de Infância, Professores dos Ensinos Básico e Secundário e de Educação Especial**.
b) para efeitos da aplicação do artigo 9.º do Regime Jurídico da Formação Contínua de Professores, a presente ação **não releva** para a avaliação do desempenho e para a progressão em carreira.

Esta ação de formação cumpre o disposto no ponto 2, do artigo 5.º, do Despacho n.º 5741/2015, de 29 de maio.

Marinha Grande, 06 de novembro de 2018

A Diretora do Centro de Formação de LeiriMar
(Olga Maria Pedroso Morouço)

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS MARINHA GRANDE POENTE
Centro de Formação de LeiriMar

Cofinanciado por:

PORTUGAL 2020
UNião EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Rua professor Alberto Nery Capucho nº 385 - 2431-905 Marinha Grande
| telef. 244 575 145 | ctae.leirimar@gmail.com

Anexo XX:

Centro de Formação de LeiriMar
Entidade Formadora Certificada - Registo nº CCFFC/ENT- AE-1272/17

REPUBLICA PORTUGUESA
EDUCAÇÃO

CERTIFICADO

Olga Maria Pedrosa Morouço, diretora do Centro de Formação de LeiriMar, certifica que **António Miguel Nunes Bernardes**, portador(a) do número de identificação fiscal **201594951**, que leciona no(a) **Agrupamento de Escolas da Venda do Pinheiro**, frequentou a seguinte Ação de Formação de Curta Duração:

Designação: **"O ensino do Tag Rugby"**.
Nº de registo: **LEIRIMAR-ACD-68/2019**, com a duração de **6 (seis) horas**.
Formador(a): **Rui Pedro Pereira Luzio**, detentor(a) do grau de Mestrado.
Promovida pelo(a) **Centro de Formação de LeiriMar e APEFIL**.
Data e local: **24 de abril de 2019**, no(a) **Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente**.

Mais se certifica que:

- a) para os efeitos previstos no artigo 8.º do Regime Jurídico da Formação Contínua de Professores, a presente ação releva para a avaliação do desempenho e para a progressão em carreira do(s) **Professores dos Grupos 110, 260 e 620**.
- b) para efeitos da aplicação do artigo 9.º do Regime Jurídico da Formação Contínua de Professores, a presente ação releva para a avaliação do desempenho e para a progressão em carreira do(s) **Professores dos Grupos 110, 260 e 620**.

Esta ação de formação cumpre o disposto no ponto 2, do artigo 5.º, do Despacho n.º 5741/2015, de 29 de maio.

Marinha Grande, 18 de junho de 2019

A Diretora do Centro de Formação de LeiriMar
(Olga Maria Pedrosa Morouço)



Centro de Formação de LeiriMar
Rua professor Alberto Nery Capucho - apartamento 305 - 2431-905 Marinha Grande
Tel: 244 575 145 | cfae.leirimar@gmail.com

Colaborado por: