

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Rodrigo Vieira Cruz

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA  
INTEGRADA C/ J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA  
JUNTO DA TURMA 8ºE NO ANO LETIVO 2022/2023**

**IMPACTO DE UM PROGRAMA DE SENSIBILIZAÇÃO  
NA PERCEÇÃO DOS ALUNOS DO 8ºANO FACE À  
INCLUSÃO DE ESTUDANTES COM DEFICIÊNCIA  
NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**VOLUME 1**

**Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física  
nos Ensinos Básico e Secundário orientada pela Professora  
Doutora Maria João Carvalheiro Campos, apresentado à Faculdade  
de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de  
Coimbra**

junho de 2023



**RODRIGO VIEIRA CRUZ**  
**2018273257**

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA  
INTEGRADA C/J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA JUNTO DA TURMA DO  
8ºE NO ANO LETIVO 2022/2023**

IMPACTO DE UM PROGRAMA DE SENSIBILIZAÇÃO NA PERCEÇÃO DOS ALUNOS DO 8ºANO FACE À INCLUSÃO  
DE ESTUDANTES COM DEFICIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

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

**Orientadora:** Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Maria João Campos

**Coimbra**  
**2023**

**Esta obra deve ser citada como:**

Cruz, R. V. (2023). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola integrada c/ J.I. Prof. Dr Ferrer Correia, junto da Turma 8ºE, no ano letivo 2022/2023. Impacto de um programa de sensibilização na Perceção dos alunos do 8ºano face à inclusão nas aulas de Educação Física. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

## **COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO**

Rodrigo Vieira Cruz, aluno com o número 2018273257 do Mestrado de Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, vem declarar por sua honra que este Relatório de Estágio constitui um documento original de sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo nº27-A, da Secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 2 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, 19 de junho de 2023

---

(Rodrigo Vieira Cruz)

## **Dedicatória**

Aos meus pais, pelo exemplo, motivação, suporte e confiança que sempre demonstraram ao longo de toda a minha formação acadêmica e pessoal.

## AGRADECIMENTOS

É chegado o momento de dizer muito obrigado!

Viver implica relação, não existimos sozinhos, vivemos, crescemos, aprendemos com os demais e por isso devemos estar agradecidos por todas as experiências de crescimento que os outros nos proporcionam.

Partilhar alegrias e vitórias é gratificante, mas é no cansaço e nos momentos de desânimo que nos sentimos mais agradecidos, quando encontramos no caminho, por vezes penoso e difícil, alguém que nos orienta, nos norteia e acompanha, dando-nos a força necessária para seguir em frente, sem desistir.

Obrigado Universidade de Coimbra, pelo privilégio de poder crescer academicamente acompanhado por um grupo de docentes exigentes e rigorosos.

Obrigado FCDEF, por todos os ensinamentos e experiências que estes cinco anos de formação me trouxeram. Nesta faculdade senti-me em casa, em família, rodeado de saberes e oportunidades e acompanhado de pessoas extremamente competentes e humanas.

Obrigado a todos os professores que conheci ao longo da minha vida académica pelo profissionalismo, dedicação e competência.

Obrigado, professor Raul Pinto e professor Vítor Henriques (professores do A.E. Anadia), pelo voto de confiança e pela oportunidade fantástica de aprender tanto convosco sobre a importância do desporto na vida de cada um.

Obrigado Professora Doutora Maria João Carvalheiro Campos e professor Edgar Ventura, por terem aceitado orientar este meu trabalho de estágio, mas sobretudo, obrigado, pelo exemplo que me deram e pelo tão grande valor académico, profissional e pessoal que demonstraram.

Obrigado aos meus colegas de jornada de formação pedagógica Fausto Lourenço e Sérgio Bento pelo espírito de entreajuda, disponibilidade e excepcional companheirismo.

Obrigado a toda a Comunidade Educativa da Escola Integrada com Jardim de Infância Professor Doutor Ferrer Correia pelo acolhimento e apoio que recebi.

Obrigado a todos os meus alunos pelo muito que aprendi graças a eles.

Obrigado a todos os meus amigos pela disponibilidade, pela paciência, boa disposição e por me acompanharem sempre neste percurso.

Obrigado a toda a minha família pelo suporte, confiança e compreensão demonstrados, pelos sacrifícios feitos para garantir que chegaria, com sucesso, ao fim desta caminhada e principalmente por me ensinarem, pelo exemplo, a ser mais pessoa.

Obrigado a todos quantos, de alguma forma, me ajudaram a chegar aqui.

## RESUMO

O presente documento visa efetuar uma análise crítica e reflexiva da intervenção pedagógica desenvolvida na extensão do Estágio Pedagógico, a saber: a Escola Integrada com Jardim de Infância Professor Doutor Ferrer Correia, no Senhor da Serra, pertencente ao Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo, junto da turma do 8ºE, no ano letivo 2022/ 2023. O Estágio Pedagógico (EP) corresponde ao 2º ano do Mestrado de Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Assumindo-se crucial para o desenvolvimento de novas competências, responsabilidades e aprendizagens o EP é um momento supervisionado e guiado onde se consegue pôr na prática, e em contexto real, tudo aquilo que foi adquirido até ao momento. Como em qualquer processo de aprendizagem este EP apresentou momentos em que tiveram de ser ultrapassadas dificuldades e imprevisibilidades inerentes à docência. Foi sem dúvida um momento fundamental para a formação académica, pessoal, social e profissional de todos os intervenientes neste processo de formação.

O presente documento é composto por três capítulos. Primeiramente, são expostas as expectativas iniciais e feita a caracterização do contexto onde decorreu o Estágio. Depois segue-se uma reflexão sobre a prática pedagógica onde se abordam os vários planeamentos (Planeamento Anual, Unidade Didática e o Planeamento de Aula), a Intervenção Pedagógica (Gestão, Decisões de Ajustamento, Clima e Disciplina), os vários tipos de Avaliação (Avaliação Formativa Inicial, Avaliação Formativa, Avaliação Sumativa e Autoavaliação), todas as atividades de Organização e Gestão Escolar, parcerias e projetos desenvolvidos e, por fim a atitude ético-profissional.

O terceiro e último capítulo pretende apresentar minuciosamente o Tema/ Problema desenvolvido durante o Estágio Pedagógico, ou seja, analisar o impacto de um programa de sensibilização na perceção dos alunos de 8º ano face à inclusão de alunos com deficiência na aulas de Educação Física, apelidado de “Semana para Tod@s”.

**Palavras-Chave:** Estágio Pedagógico, Educação Física, Perceção, Atitudes, Inclusão.



## **ABSTRACT**

In this present document, we aim to carry out a critical and reflective analysis of the pedagogical intervention developed during the extension of the Teacher Training, conducted at the Integrated School with Kindergarten Professors Doctor Ferrer Correia, in Senhor da Serra, belonging to the School Grouping of Miranda do Corvo, with the 8<sup>th</sup> grade class. The Teacher Training is part of the 2<sup>nd</sup> year of the master's degree in teaching Physical Education in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sports Sciences and Physical Education of the University of Coimbra, in the academic year 2022/2023.

Recognizing the crucial role in the development of new skills, responsibilities, and learning, the Theater Training is a supervised and guided moment where one can put into practice and in a real context everything that has been acquired until then, facing some difficulties and inherent challenges in the pedagogical process. Undoubtedly, it is a fundamental moment for personal and professional development as a teacher and academic.

This document is composed of three chapters. Firstly, the initial expectations and characterization of the context where the Teacher Training took place are presented. Then, there is a reflection on the pedagogical practice, addressing various planning aspects (Annual Planning, Didactic Unit, and Lesson Planning), Pedagogical Intervention (Management, Adjustment Decisions, Climate, and Discipline), various types of Assessment (Initial Formative Assessment, Formative Assessment, Summative Assessment, and Self-assessment), all activities related to school organization and management, partnerships, and projects developed, and finally, the ethical-professional attitude.

The third and final chapter aims to present in detail the theme/problem developed during the Teacher Training, which is to analyze the impact of an adapted physical activity program on students' perception of Inclusive Physical Education for students with disabilities before and after an inclusive physical activity program, known as "Week for All".

**Keywords:** Teaching Training, Physical Education, Perception, Attitudes, Inclusion.

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

EP- Estágio Pedagógico

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

EF - Educação Física

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

EBIJFC - Escola Básica Integrada com J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia

NE- Núcleo de Estágio

NEE- Necessidades Educativas Especiais

CT – Caracterização da Turma

PA- Planeamento Anual

UD- Unidade Didática

FB- Feedback

AFI- Avaliação Formativa Inicial

AF- Avaliação Formativa

AS- Avaliação Sumativa

PASEO- Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória

DT – Diretor de Turma

DL- Decreto-lei

PE- Professores Estagiários

FICEF- Fórum Internacional das Ciências da Educação Física

# ÍNDICE

<b>AGRADECIMENTOS.....</b>	<b>VI</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>VIII</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>X</b>
<b>LISTA DE ABREVIATURAS .....</b>	<b>XI</b>
<b>ÍNDICE DE ANEXOS .....</b>	<b>XV</b>
<b>Bibliografia .....</b>	<b>1</b>
<b>Introdução.....</b>	<b>3</b>
<b>Capítulo I- Contextualização da Prática .....</b>	<b>5</b>
<b>1.Expectativas iniciais.....</b>	<b>5</b>
<b>2.Caracterização do contexto .....</b>	<b>6</b>
2.1. A Escola .....	6
2.2. Recursos Espaciais e Materiais.....	7
2.3. O Núcleo de Estágio .....	8
2.4. Os Orientadores .....	9
2.5. A turma.....	9
<b>Capítulo II- Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica .....</b>	<b>11</b>
<b>Área 1- Atividades de Ensino-Aprendizagem.....</b>	<b>11</b>
<b>1.Planeamento .....</b>	<b>11</b>
<b>1.1. Planeamento Anual .....</b>	<b>12</b>
1.2. Unidades Didáticas.....	13
1.3. Plano de aula .....	14
<b>2. Realização .....</b>	<b>16</b>
2.1. Instrução .....	16
2.2. Gestão .....	18
2.3. Clima e disciplina.....	19
2.4. Decisões de Ajustamento.....	20
<b>3. Avaliação .....</b>	<b>21</b>
3.1. Avaliação Formativa Inicial.....	22

3.2. Avaliação formativa.....	23
3.3. Avaliação Sumativa .....	24
3.4. Autoavaliação.....	25
<b>4. Coadjuvação .....</b>	<b>26</b>
4.1. Coadjuvação no 1º Ciclo.....	26
4.2. Coadjuvação no 9º ano .....	27
<b>Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar .....</b>	<b>28</b>
<b>Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas.....</b>	<b>29</b>
<b>Área 4 – Atitude Ético-Profissional.....</b>	<b>30</b>
<b>Capítulo III – APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA.....</b>	<b>33</b>
<b>Abstract: .....</b>	<b>34</b>
<b>1.Introdução.....</b>	<b>35</b>
<b>2.Método .....</b>	<b>37</b>
2.1. Participantes.....	37
2.2. Instrumentos .....	37
2.3. Procedimentos .....	38
2.4. Caracterização e programação da atividade .....	38
2.5. Análise Estatística.....	39
3.Resultados.....	40
<b>3.1. Análise descritiva.....</b>	<b>40</b>
<b>3.2. Estudo Estatístico inferencial .....</b>	<b>41</b>
<b>4. Conclusões .....</b>	<b>46</b>
<b>5. Conclusões Finais.....</b>	<b>48</b>
<b>6. Referências Bibliográficas .....</b>	<b>49</b>
<b>Considerações Finais.....</b>	<b>51</b>
<b>Referências Bibliográficas.....</b>	<b>52</b>
<b>Legislação .....</b>	<b>54</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>55</b>

## ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 Dados Sociográficos .....	40
Tabela 2 Resultados das subescalas das atitudes.....	41
Tabela 3 Contacto prévio com a Deficiência na Família ou Amigo .....	42
Tabela 4 Nível de Competitividade .....	44
Tabela 5 A Influência do Sexo nas atitudes dos Alunos .....	45

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo II Planeamento Anual .....	56
Anexo II Rotação de Espaços .....	56
Anexo III Exemplo de uma Extensão de Conteúdos de uma Unidade Didática .....	56
Anexo IV Plano de aula.....	57
Anexo V Cartaz do “Corta-Mato” e do “Circuito Fun” .....	61
Anexo VI Cartaz da "Semana para tod@s" .....	61
Anexo VII Cartaz "Megas" .....	62
Anexo VIII Certificado da Ação de Formação "MOOC Opportunity" .....	62
Anexo IX Certificado da Ação de Formação “O valor da Comunicação no Futsal” .....	63
Anexo X Certificado "Sketching the appropriate visual elements" .....	63
Anexo XI certificado “A guide to visual abstracts” .....	64
Anexo XII certificado “Creating a Visual Abstract” .....	64
Anexo XIII Certificado Olimpíada Sustentada - a equidade não tem género .....	65
Anexo XIV XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física .....	65



## **Bibliografia**

Falar de mim sem falar de Desporto é uma missão impossível, porque desde sempre estive ligado ao desporto como um dos promotores de hábitos de vida saudável. Pela educação que me foi dada, pelo exemplo e contexto familiar em que nasci, percebi desde o berço a importância da prática desportiva e o gosto pela superação de dificuldades. Tive o privilégio de me terem sido dadas todas condições para poder praticar os mais variados desportos, mas foi no Basquetebol e na Natação que comecei a dar os primeiros passos desportivos.

Tendo em conta o gosto inato pelo desporto e ciente das bases que o curso profissional Técnico de Apoio à Gestão Desportiva me poderia dar, conclui o ensino obrigatório na Escola Básica e Secundária de Anadia, tendo recebido o Prémio Escolar Professor Doutor Rodrigues Lapa. Consciente da necessidade de prosseguir com a minha formação pessoal, decidi candidatar-me à Licenciatura em Ciências do Desporto e Educação Física com o desígnio de, posteriormente, realizar o Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário. A escolha deste Mestrado surgiu desde muito cedo, primeiro pela influência e impacto positivo que os professores de Educação Física tiveram sobre mim, durante todo o meu percurso escolar e, depois, pelo facto perceber a importância da Educação Física na formação/desenvolvimento de uma sociedade saudável, rica em valores, mais justa e fraterna, onde a cultura desportiva desempenha um papel determinante, na formação de cidadãos livres, autónomos e responsáveis.

Como se costuma dizer, há uma tendência natural dos filhos seguirem a carreira profissional dos pais, uma vez que estes desempenham o papel de modelos e influenciadores na vida dos filhos e as suas profissões podem servir de referência e inspiração para eles. A ligação profissional do meu pai, à área do desporto e à gestão desportiva, e da minha mãe, à área da educação, em conjunto com os fatores supracitados, culminou no meu desejo de adquirir competências para poder exercer o ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Federado desde 2005 tanto em Natação e como em Basquetebol, fui atleta do Sangalhos Desporto Clube e da Associação Académica de Coimbra, participei em diversos Campeonatos Regionais Interclubes, em Campeonatos do Desporto Escolar nas

modalidades de Basquetebol, Voleibol, Natação e Corta-mato. No ano de 2018 participei na organização dos Campeonatos Nacionais do Desporto Escolar, o que foi bastante enriquecedor a nível pessoal, uma vez que me permitiu compreender, in loco, como é funciona o Desporto Escolar a Nível Nacional. Mantive um papel ativo nas jornadas concentradas nas escolas que frequentei, quer na organização das mesmas jornadas, quer no acompanhamento de algumas equipas. Na Universidade de Coimbra fiz parte da Equipa de Basquetebol dos campeonatos da FADU, o que fortaleceu o que é a minha opinião sobre o Desporto, em contexto escolar, em Portugal.

Todas estas experiências foram gerando em mim o desejo de ser professor de Educação Física, apesar do momento menos positivo que Educação Nacional atravessa, onde docentes se manifestam contra as decisões do governo da nação e onde alguns alunos se encontram em abandono escolar oculto, ou seja, desmotivados e desvinculados da vontade de aprender, apesar de presentes em sala de aula. Espero que, finda a formação, eu possa ajudar a contrariar esta tendência pessimista, pois acredito na riqueza da missão do professor, especialmente da do professor de Educação Física.

## Introdução

O Relatório Final de Estágio Pedagógico (EP) surge no âmbito do Estágio Pedagógico na disciplina de Educação Física realizado na Escola Básica Integrada com Jardim de Infância Professor Doutor Ferrer Correia, pertencente ao agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo. O EP pertence ao plano curricular do 2ºano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra e decorreu no ano letivo de 2022/23. De acordo com o Decreto-lei n.º43/2007 para lecionar nos Ensinos Básicos e Secundário é necessário a formação profissional na Licenciatura em Educação Básica e Mestrado em Ensino.

De acordo com Silva *et al.* (2023) é necessário que o professor tenha concluído uma Licenciatura (1º ciclo) em áreas relacionadas com as Ciências do Desporto e Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário para ministrar aulas de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Segundo os mesmos autores o Mestrado vai permitir a formação especializada e de investigação, completando o 1º ciclo de estudos para a profissão de docente, incluindo aferição de competências profissionais, sociais e éticas, de acordo com o Decreto-Lei n.º240/2001.

Silva (2023) refere que o professor deve ser um agente transformador e estar apto para enfrentar os desafios do mundo contemporâneo, considerando que a Educação constitui um dos alicerces basilares para o desenvolvimento sustentável da sociedade. O mesmo autor defende que é fundamental que a formação inicial e continuada do professor seja repensada, valorizada e priorizada, de forma a garantir a aquisição das competências necessárias para ir ao encontro das necessidades das novas sociedades.

O relatório que aqui se apresenta é constituído por três capítulos onde são expostas as expectativas iniciais para o EP, feita a Caracterização do Contexto onde este decorreu e elaborada uma reflexão sobre a Prática Pedagógica onde são referidos os vários tipos de Planeamento, a Intervenção Pedagógica, todas as Atividades de Organização e Gestão Escolar, Parcerias e Projetos desenvolvidos, como também a Atitude Ético-profissional tida ao longo do estágio. Por fim, o último capítulo tende a apresentar minuciosamente o Tema/ Problema desenvolvido durante o EP. Este teve como tema a Perceção dos alunos

face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física (EF) antes e depois de um programa de atividade física inclusiva, nomeado de “Semana para Tod@s”.

## **Capítulo I- Contextualização da Prática**

O EP tende a ser um momento da formação estudantil onde se adquirem experiências, competências e noções que ajudarão na inserção na carreira de docente. Citando Leite (2023) independentemente o objeto de formação, este necessitará ter como principal objetivo dar primazia a determinados aspetos de ensino, de aprendizagem e, no caso dos professores, de como aprender a ensinar. Do mesmo modo, cabe ao aluno operar nas mais diversas áreas, através de um espírito crítico para o mercado de trabalho de forma a encontrar soluções para as problemáticas que vão surgindo nas áreas que se pretende atuar (Silva, 2014).

Assim sendo, o capítulo primordial é composto por uma parte reflexiva sobre as expectativas iniciais inerentes ao estágio bem como a caracterização do contexto onde o mesmo se concretizou.

### **1.Expectativas iniciais**

No decorrer do primeiro ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), foi-nos proposto a realização de uma entrevista a um professor de Educação Física (EF), no âmbito da Unidade Curricular de Necessidades Educativas Especiais (NEE) em EF, com a temática relativa a alunos com NEE. Eu e o meu grupo decidimos realizar essa mesma entrevista ao Professor Edgar Ventura que é o orientador do EP, na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia. A proximidade da escola com a cidade de Coimbra, as excelentes condições que a mesma proporcionava para o contexto de aulas de EF, o feedback que antigos estagiários reportaram sobre o EP nessa mesma escola e a perceção com que fiquei do orientador após a entrevista, fizeram com que colocasse esta mesma escola nas principais opções de candidatura ao EP, no ano seguinte. Na altura de divulgação de resultados constatei que, efetivamente, havia sido colocado na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia, o que me deixou satisfeito e ansioso pelo início do ano letivo.

Iniciado o nono mês do ano de 2022, teve início o EP. Foi feita a reunião geral de professores do Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo e nesse momento consegui ter uma primeira impressão da dimensão do Agrupamento e do Meio Envolve. Dias depois, o NE apresentou-se para a Reunião Geral de Professores de EF de todo o Agrupamento onde, juntamente, com os meus colegas de Estágio, fui apresentado ao

grupo de docentes de EF. Findas as prestações na escola sede de agrupamento, dirigimo-nos, agora em NE, para a escola onde iríamos estagiar durante o ano letivo 2022/2023.

Os primeiros contactos com a escola tiveram como objetivos o ambientar dos professores estagiários com a comunidade estudantil, o reconhecimento das infraestruturas da escola, normas e procedimentos, o que tornou fácil a integração na escola. Antes do início do ano letivo foram explanadas orientações no sentido de garantir o sucesso do EP, bem como foram esclarecidas dúvidas inerentes ao mesmo.

Deste modo, foi-nos apresentado um conjunto de premissas e considerações pelas quais nos deveríamos guiar ao longo do EP, de forma a garantir um bom clima de trabalho entre o grupo de estágio e entre os restantes professores da escola, assegurando a efetiva transmissão de conhecimentos, tanto na área da EF, como no âmbito da cultura geral, suscitando um combinado de valores e atitudes pelos quais os alunos se deverão guiar dentro e fora da escola. Para além do acima referido, foi nosso propósito levar a cabo uma ação pedagógica que garantisse um ensino para todos, inclusivo, respeitador das características pessoais de cada discente, promotor da igualdade de oportunidades e de uma aprendizagem efetiva para todos.

## **2.Caracterização do contexto**

Serve o seguinte momento para caracterizar o contexto em que o EP foi realizado, expondo particularidades da escola, dos seus intervenientes, do Núcleo de Estágio, dos orientadores e da turma que foi intervencionada ao longo do ano.

### **2.1. A Escola**

A Escola Básica Integrada com Jardim de Infância Professor Doutor Ferrer Correia está confiada ao Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo, localizada no Senhor da Serra, pertencente à freguesia de Semide. O Senhor da Serra é uma aldeia com cerca de 500 habitantes, que se situa acerca de 10 Km de Coimbra e onde, há bem pouco tempo, os seus habitantes, viviam essencialmente da agricultura e colateralmente da silvicultura. Transcorridos vários anos, com o evoluir dos meios de locomoção e o modificar das necessidades e aspirações da população, esta localidade foi deixando o setor primário local e começou a laborar em atividades ligadas ao comércio ou prestação de serviços, em Coimbra.

Como o nome sugere, a escola tem integrada nas suas estruturas o Jardim de Infância (JI) aglomerado com os outros ciclos do ensino básico, revolucionando o que estava na génese da escola, no ano de 1968, onde o ensino estava destinado apenas o ensino primário. Esta modificação da morfologia da escola (1973) teve o intuito de diminuir as privações que as populações circundantes tinham na alfabetização e na alimentação. Deste modo, assume-se que foi a Escola Básica Integrada pioneira em Portugal. Decompondo o nome verificámos que o senhor Professor Doutor António de Arruda Ferrer Correia, antigo Reitor da Universidade de Coimbra e Presidente da Fundação Calouste Gulbenkian foi escolhido como patrono desta escola.

No presente ano letivo a escola conta com um universo de 162 alunos dispersos em 13 turmas dos diversos ciclos de escolaridade. Aludindo ao corpo docente a escola tem na sua composição 38 docentes, 2 assistentes técnicos e 17 assistentes operacionais. Através da perceção tida no decorrer do ano letivo e através de escolhas feitas por diversas pessoas dentro e fora do contexto escolar constámos que existe um excelente ambiente educativo dentro da escola bem com o meio envolvente à escola.

Nas imediações da escola localiza-se o Lar de Jovens de Santa Maria de Semide, uma instituição de acolhimento de crianças e jovens em risco, que alberga vários alunos, conferindo à escola e às turmas características socio emocionais próprias que são precisas ter em conta.

## **2.2. Recursos Espaciais e Materiais**

A Escola Integrada c/ J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia é constituída por dois corpos de edificações principais, de rés-do-chão e 1º andar, e pela nave secundária que é composta pelo pavilhão gimnodesportivo, destinado à prática de distintas modalidades desportivas como o Badminton, o Futebol, o Basquetebol, entre outros (espaço A). Anexa ao pavilhão encontra-se a Sala de Ginástica onde se desenvolvem determinadas atividades, tais como Ginástica de aparelhos, Dança, Ténis de Mesa, entre outros (espaço B).

Na edificação principal situam-se as salas do Jardim de Infância, o auditório, a biblioteca, a cantina, os serviços administrativos, a sala dos professores, o bar, a papelaria e as dezanove salas de aula das diversas disciplinas.

No exterior existem três campos de jogos (2 campos de Basquetebol, 1 campo de Futsal/Andebol), uma caixa de areia para Saltos e Lançamentos e uma zona destinada ao Atletismo. Podemos assim salientar que a escola apresenta boas condições para o ensino

e prática de atividades de Educação Física promovendo assim, o sucesso do processo de ensino aprendizagem dos discentes.

No que concerne ao material, destinado à EF, verificámos que a escola tem ao seu dispor diversos recursos, alguns deles em excelentes condições e outros que deveriam ser substituídos. Contudo, no que ao material diz respeito, é possível afirmar que reúne as condições necessárias para cumprir o que está definido no Anexo 3 das Aprendizagem Essenciais da Educação Física para qualquer ano de escolaridade.

Tendo em conta todas as especificações acima referidas, constatámos que a escola tem condições condignas para a lecionação da disciplina de EF, favorecendo o processo ensino-aprendizagem.

### **2.3. O Núcleo de Estágio**

O Núcleo de Estágio (NE) inicialmente era constituído por quatro elementos do sexo masculino, acabando um deles por desistir, nas primeiras semanas de Estágio.

A relação com os dois colegas que efetuaram o estágio na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia foi, sem dúvida, excelente, o que potenciou um clima de trabalho em parceria e equipa, rentabilizando esforços para levar a bom porto o EP em todas as suas áreas, dinâmicas e vertentes. De referir que do Grupo de Estágio apenas conhecia o Fausto Lourenço, por ter sido meu colega no primeiro ano do MEEFEBS e que nunca havia tido contacto com o Sérgio Bento pois não efetuou o primeiro ano do Mestrado simultaneamente comigo.

Enquanto membro do NE, senti que as experiências prévias de cada um dos elementos do núcleo se complementavam e que, em espírito de equipa e de solidariedade, imbuídos da mesma vontade de desenvolver o melhor trabalho possível, conseguimos preencher as lacunas uns dos outros, superando todas as dificuldades que fomos sentido. O respeito mútuo, a disponibilidade, o compromisso, a responsabilidade e a flexibilidade de todos para com todos foram, sem dúvidas, o garante da manutenção de um clima saudável, enriquecedor e evolutivo de todo o EP.

## **2.4. Os Orientadores**

O EP foi orientado pelo Professor Edgar Ventura, enquanto Professor Cooperante e a Professora Doutora Maria João Campos, desempenhando o cargo de Orientadora da Faculdade.

Thebault (2014) confina a cedência de conhecimentos ao conjunto de permutações circunscritas das práticas profissionais, ao longo da concretização do trabalho, entre os sujeitos com trajetórias, experimentações e idades dissemelhantes. Desta forma, as permutações são estigmatizadas pelas discrepâncias relacionadas com a multiplicidade das individualidades. Anexamente à transmissão de conhecimentos, o Professor Orientador deverá tributar-se para conservar um favorável ambiente relacional entre todos, auxiliar o aluno estagiário a incrementar aptidões de autoconhecimento, de inovação e promover o gosto pela pedagogia.

Indo ao encontro do que acima foi referido, o Professor Cooperante teve um papel crucial na inclusão de cada um dos estagiários no meio escolar. Guiou as nossas intervenções pedagógicas de forma a atingir o nosso sucesso pessoal, pedagógico e profissional e o dos alunos que nos foram confiados. Do mesmo modo, o professor orientador teve o critério de nos chamar à atenção sempre que assim o entendeu, de forma a corrigir os nossos erros e atenuar eventualidades menos positivas. Refira-se que o Professor Cooperante foi extremamente motivador, incentivador e sensível a qualquer situação ao longo do EP.

No que concerne à Professora Orientadora, a sua experiência foi fulcral para nos guiar ao longo do ano letivo. Igualmente importante foi o facto de observar aulas, como prevê o guia estágio, a opinião dada subsequente às mesmas e a indicação de pontos a melhorar nas nossas intervenções pedagógicas. Todo o apoio fornecido no desenvolvimento do tema problema e planeamento do relatório de estágio foi fundamental para o seu progresso.

## **2.5. A turma**

A turma atribuída a cada professor estagiário foi seleccionada de modo a facilitar os horários de todos os docentes, sendo-me confiada a turma E do 8º ano de escolaridade.

O 8ºE da Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia é composto por 16 alunos, 9 do género feminino e 7 do género masculino, com idades compreendidas entre os 12 e os 16 anos. A disparidade de idades, deve-se ao facto de alguns alunos terem retenções em anos escolares anteriores, havendo alunos com mais do que uma reprovação. O percurso escolar dos alunos que compõem esta turma e as características individuais dos aprendentes levou a que esta turma apresentasse um número reduzido de alunos. Tal como dispõe o art.5º. no seu número 2 do Despacho Normativo nº10-A/2018, de 19 de Junho: “As turmas dos 6.º, 8.º e 9.ºanos de escolaridade são constituídas por um número mínimo de 26 alunos e um máximo de 30 alunos”. A redução do número de alunos por turma deverá acautelar não apenas os aspetos relacionados com condições logísticas e com os percursos formativos, mas sobretudo inscrever-se como medida potenciadora de melhores aprendizagens para todos os alunos. Importará, pois, que esta medida se associe a impactos pedagógicos claros”.

No início do ano letivo foi realizada uma caracterização da turma (CT) de forma a identificar as principais características, diagnosticar eventuais problemas e apresentar possíveis soluções que conduzam ao sucesso dos alunos. Cada turma e cada aluno tem as suas particularidades, devendo o professor identificá-las, de forma a potencializar as capacidades de cada um e a minimizar as suas dificuldades, levando a cabo uma efetiva diferenciação pedagógica, consciente de que em causa está o sucesso e desenvolvimento integral dos alunos por quem é responsável.

Em relação a alunos com problemas de saúde é de realçar uma aluna, com Paralisia Cerebral que tem dificuldades ao nível da fala, da locomoção (necessidade de cadeira de rodas mecânica), perícia e manipulação de objetos. Da restante turma destaco duas alunas com problemas visuais e a outra com alergias fortes.

Pudemos constatar, por meio de questionários individuais, que a turma, no geral, não tinha grandes motivações para a aula de Educação Física, o que exigiu da minha parte trabalho e dedicação acrescidos em relação à motivação e ao incentivo para a aprendizagem desta área curricular. No entanto, através da Caracterização da Turma, foi-me possível verificar que nove dos dezasseis alunos praticavam diferentes desportos, enquanto atletas federados, fora da escola (Judo, Futsal, Boccia e Atletismo), possuindo, desta feita, o gosto pela atividade desportiva específica, fora do ambiente escolar. Assim sendo, socorri-me desta informação como uma mais-valia em favor do despertar de todos os alunos da turma para o gosto pelo Desporto, em geral, e pela aula de Educação Física, em particular.

Ao longo do ano letivo fui conhecendo melhor a turma, os alunos e as suas especificidades, adaptando-me às suas características, zelando sempre por uma oferta pedagógica diferenciada para cada aluno poder desenvolver o seu potencial de aprendizagem, rumo ao seu sucesso acadêmico e pessoal.

## **Capítulo II- Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica**

### **Área 1- Atividades de Ensino-Aprendizagem**

Silva *et al.* (2019) diz-nos que nesta área da pedagogia devemos considerar três grandes domínios profissionais da prática docente: o Planeamento do Ensino, a Condução do Ensino-Aprendizagem (Realização) e a Avaliação. Deste modo, neste capítulo, será efetuado inicialmente um enquadramento teórico de cada domínio e subdomínio e, conseqüentemente, uma análise reflexiva sobre os aspetos críticos da minha intervenção no EP, debatendo essas mesmas áreas, com vista a analisar o processo de ensino-aprendizagem que desenvolvi.

#### **1.Planeamento**

O Planeamento de Ensino é uma etapa importantíssima do processo de ensino-aprendizagem. Trata-se de um processo de planificação sistemático que ajuda o professor a alcançar os objetivos de ensino de maneira eficaz e organizada, permitindo ao docente articular os conteúdos, a metodologia, os recursos e a avaliação que serão necessários para atingir os objetivos de ensino de cada nível de escolaridade.

O Planeamento divide-se em três momentos distintos como refere Bettencourt (2023): o Planeamento Anual (PA), a Unidade Didática (UD) e o Planeamento de aula. Estas fases de planeamento devem ser interrelacionadas e reajustáveis, a qualquer momento, com o intuito de oferecer aos alunos um ensino de excelência e qualidade. Assim, é necessário estabelecer claramente os objetivos que se desejam alcançar ao longo do ano. Objetivos estes que devem ser claros e específicos, de modo a permitir que o professor possa avaliar a sua consecução, selecionando de acordo com eles os conteúdos programáticos. É fundamental que os conteúdos sejam claros, relevantes, atualizados, adaptados ao nível de conhecimento dos alunos e que o professor desenvolva estratégias de ensino que permitam aos alunos alcançar eficazmente os objetivos de ensino definidos.

Parte integral do processo de ensino- aprendizagem é o Planejamento da Avaliação, pois é por meio dele que vai ser permitido tomar consciência do nível de aquisição/ compreensão da informação transmitida.

O Planejamento de Ensino é uma ferramenta valiosa para o professor, pois permite que ele organize o seu ensino de maneira eficaz e alcance os objetivos traçados. Além disso, o Planejamento de Ensino ajuda a garantir que este seja relevante e significativo para os alunos, melhorando o seu desempenho e motivação. O presente capítulo consistirá num enquadramento teórico de cada domínio e subdomínio, e numa análise reflexiva sobre os aspetos críticos da minha intervenção pedagógica no EP, debatendo essas mesmas áreas, com vista melhorar a minha prestação enquanto agente do processo de ensino-aprendizagem.

## **1.1. Planejamento Anual**

O PA (Anexo I) escolar é uma estratégia de programação pedagógica elaborada para uma determinada escola ou turma onde se visa garantir que os objetivos educacionais sejam alcançados de forma eficiente, organizada e coerente. É sem dúvida uma ferramenta essencial para garantir a eficácia do ensino e para assegurar que os alunos recebam a educação de qualidade de que precisam para se desenvolverem de forma completa e integral.

De acordo com Bettencourt (2023) existem dois modelos de planeamento, nomeadamente o planeamento por blocos e o planeamento por etapas. Tendo em conta que a escola se organiza na definição das matérias conforme a predominância e especificidade de cada instalação desportiva, decidi planear as matérias de acordo com os espaços que me foram atribuídos, nas rotações predefinidas no início do ano.

Assim sendo e tendo como ponto de partida a rotação de espaços (Mapa de Rotações) e sob a diretriz do professor orientador Edgar Ventura, concebemos a calendarização e sequenciação das matérias a abordar. O Mapa de Rotações (Anexo II) é um instrumento organizativo que visava que cada turma passasse por cada espaço duas vezes por semestre (aproximadamente 4 semanas por espaço). Os espaços eram os seguintes: Espaço A- Pavilhão Gimnodesportivo; Espaço B- Sala de Ginástica e Campo Exterior. Ao professor Edgar Ventura foi lhe atribuída a sequência A-B-A-B tanto no primeiro como no segundo semestre.

Outro fator que foi levado em consideração no PA foi que os estagiários iriam lecionar sempre nos mesmos espaços, ao mesmo tempo. Para melhorar a qualidade de ensino decidimos quais seriam as UD a abordar de forma a que, em conjunto, pudéssemos guiar-nos reciprocamente, servindo as atividades e exercícios desenvolvidos como ponto de referência para os três membros do grupo do estágio em que me insiro.

Para que haja um bom planejamento do ensino é necessário definir objetivos e metas a atingir de acordo com as expectativas do Professor, dos Alunos e dos seus Encarregados de Educação. Do mesmo modo, o professor ao planejar deve ter em conta as necessidades dos alunos para planejar atividades indo ao encontro das suas características, habilidades e conhecimentos, pelo que é fundamental haver uma boa seleção dos conteúdos a abordar durante o ano. É necessário escolher conteúdos que sejam relevantes, atualizados e adequados ao nível de conhecimento dos alunos, indo ao encontro do que está definido nas Aprendizagens Essenciais da Educação Física para cada nível de escolaridade. Para elaboração do PA foram tidos em conta o Projeto Educativo do Agrupamento, a Caracterização do Meio Envolverte, os Recursos físicos, humanos e materiais da Escola, as Aprendizagens Essenciais em Educação Física e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO).

As Unidades Didáticas lecionadas foram: 1º Semestre: Basquetebol, Ginástica de Solo, Badminton, Ginástica de Aparelhos; 2º Semestre: Patinagem, Andebol, Voleibol e Atletismo. Para verificar a evolução da aptidão física dos alunos no decorrer do ano letivo, as primeiras 3 aulas do 1º semestre e a últimas 3 do 2º semestre estão destinadas à realização da bateria de testes do FITescola.

O PA deve ser um documento exequível e realista, didaticamente exato e preciso, de modo que oriente para o fundamental do processo de ensino-aprendizagem (Bento, 1987) garantindo assim a sua eficiência, bem como uma educação de qualidade.

## **1.2. Unidades Didáticas**

Citando Bossle (2002), a Unidade Didática (UD) é “o segundo nível de planeamento, é uma construção orientadora da ação docente que, como processo, organiza e dá direção e coerência aos objetivos a que se propõe”, ou seja, é um momento planificação fundamental para que haja um ensino de qualidade, de eficácia, de coerência e de especificidade para com a turma e para com o meio. Como afirma Bento (2003) esta definição de matérias é um contributo imprescindível para que haja uma aprendizagem

eficaz e cuidada, contribuindo para uma corporalização mental antecipada do projeto de ensino. Não obstante, existe um conjunto de regras e condicionantes que vão interferir na escolha das UD a lecionar.

O Anexo III das Aprendizagens da Essenciais da Educação Física define o currículo do Ensino Básico e do Ensino Secundário em Portugal. Este documento foi elaborado pela Direção Geral da Educação e tende a padronizar o ensino da Educação Física com base o perfil dos alunos. Atendendo ao que está definido no documento supracitado, o inventário de material, as instalações desportivas da escola, a rotação de espaços predefinidos no início do ano e em concordância com o Grupo de Estágio, pode definir as UD que viria a lecionar mesmo estando ciente que a qualquer altura poderia haver a necessidade de reformular o que estava definido à priori.

Uma boa planificação de UD (Anexo III) vai facilitar aquilo que é o planeamento de cada aula, uma vez que, neste documento está presente tudo aquilo que será necessário abordar durante a sequência de aulas. As UD produzidas pelo grupo de estágio continham a seguinte estrutura: O Valor formativo da modalidade; A História da modalidade; A chegada da Modalidade a Portugal; Os objetivos da modalidade, A Caracterização da Modalidade; Principais gestos técnicos, suas componentes críticas e erros mais frequentes; Abordagens à modalidade com exemplos de exercícios e progressões pedagógicas; Recursos Humanos, Espaciais e Materiais; Regras de segurança; Objetivos Gerais e Específicos da modalidade em concordância com o que está definido no Anexo III; Extensão de conteúdos; Avaliação; Reflexão Final.

A produção deste documento foi fundamental para nos ajudar a especializar nas matérias que viríamos a abordar, aprofundando os nossos conhecimentos nas mesmas, relembrando alguns termos técnicos, regras e possíveis feedbacks que poderíamos dar durante o decorrer das aulas aprimorando as nossas intervenções pedagógicas.

### **1.3. Plano de aula**

O Plano de Aula (Anexo IV) surge no seguimento do Planeamento Anual e das UD, sendo o último momento de planeamento, correspondendo ao nível micro, onde se discrimina aquilo que vai ser lecionado na aula, indo ao encontro daquilo que foi definido nos dois planeamentos anteriores. Conforme Bento (2003) “o ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção e depois na realidade”.

No início do ano letivo foi proposto ao NE para desenvolver uma estrutura modelo de Plano de Aula com o intuito de padronizar os planos de aula de todos. Esta estrutura foi definida recorrendo a exemplos que tínhamos de anos anteriores, a Planos de Aulas desenvolvidos durante a licenciatura e mestrado, atendendo à opinião de todos, incluindo a do orientador de estágio. Depois de muita ponderação, produzimos o documento final que foi apresentado ao nosso orientador e posteriormente aprovado.

A parte inicial do plano de aula contém um conjunto de informações que consideramos cruciais para poder planear a aula: indicação da turma, do número de alunos presentes e os dispensados da aula, do horário da aula, da data, do espaço de aula, da UD, da função didática, dos materiais, dos objetivos da aula e do sumário. O documento contém ainda várias colunas onde se definem o tempo total da aula e o tempo parcial de cada exercício, a descrição da tarefa e sua organização, as componentes críticas, os critérios de êxito e os objetivos específicos para cada exercício. Geralmente, nas modalidades que exigiam a formação de grupos ou equipas, no final do planeamento, optava por fazer a organização das mesmas, definindo quem vestia ou não colete (e a sua cor) ou quem ia para cada estação. No final da aula havia um espaço para a Fundamentação/Justificação das opções tomadas (tarefas e sua sequência).

Os cinco primeiros minutos das aulas estavam destinados ao balneário para que os alunos se pudessem equipar e dirigir ao local destinado para a aula. Na parte inicial da aula havia uma breve preleção onde era feito um resumo das aulas anteriores, explanados os exercícios principais da aula, bem como o seu funcionamento. De seguida era realizado o aquecimento podendo ser geral ou específico da modalidade em questão. Na parte fundamental da aula optei por utilizar a menor quantidade de exercícios analíticos possível de forma a ser uma aula dinâmica e apelativa para os alunos. Recorri várias vezes a jogos pré-desportivos e a situações de jogo reduzido, em alternância com exercícios analíticos, o que permitia que os alunos tivessem um elevado tempo de empenhamento motor e um elevado número de repetições.

No final da aula realizava o retorno à calma com o recurso a alongamentos ou a um jogo lúdico, fazia uma sinopse daquilo que tinha sido abordado e uma antevisão do que iria ser lecionado na aula a seguir. Os últimos dez minutos de aula eram destinados de novo ao balneário, para que os alunos pudessem realizar a sua higiene pessoal, banho e trocaram de roupa.

Como afirma Évora (2005) existem 3 níveis de tomada de decisão, por parte do professor:

- 1- decisões pré interativas (processo de planeamento das aulas);
- 2- pensamentos e decisões interativas (decisões imediatas do professor, em que o docente necessitará de pensar e agir rapidamente durante a própria interação na sala de aula);
- 3- decisões pós interativas (todas as decisões relativas à avaliação, à reorganização e reestruturação do processo de ensino)

Dando enfoque ao último nível de tomada de decisão, no final de cada aula existia uma troca de ideias, feedbacks e comentários entre o NE e o professor orientador sobre o decorrer da mesma. Assim, tal como afirma o autor supracitado pudemos reorganizar e reestruturar do processo de ensino.

## **2. Realização**

Após o planeamento do processo de ensino/ aprendizagem segue-se a realização/concretização/aplicação do mesmo. Esta realização pode ser trabalhada de forma mais específica em cada aula de Educação Física, dependendo dos objetivos pedagógicos e dos interesses e necessidades dos alunos, tendo sempre em conta as dimensões de intervenção pedagógica. Nesta fase, é onde aplicamos, efetivamente, todo o conhecimento adquirido durante a formação académica e transmitimos todos esses conhecimentos aos alunos. Sem dúvida que é uma área fundamental para o professor, pois é nesta fase que consegue verificar se aquilo que “idealizou no papel” pode ser posto em prática.

Este capítulo pretende abordar as quatro dimensões de intervenção pedagógicas, que se relacionam e complementam, nomeadamente: a Instrução, a Gestão, o Clima e a Disciplina, bem como as Decisões de Ajustamento tomadas.

### **2.1. Instrução**

De acordo com Piéron (1999) a instrução corresponde entre 15% a 20% das interações entre professor e aluno e consiste na apresentação das atividades de aprendizagem a realizar. A instrução nas aulas de educação física é essencial para garantir que os alunos compreendam corretamente os exercícios, movimentos e técnicas que estão

a ser ensinados, bem como os objetivos de cada atividade. Uma boa instrução deve ser clara, concisa e adaptada ao nível de habilidade dos alunos.

Deste modo, é necessário que o professor de EF esteja bem preparado, conheça as atividades que serão realizadas e tenha competência para explicá-las de forma simples e objetiva. Além disso, o professor deve estar atento às dúvidas e dificuldades dos alunos e ser capaz de ajudá-los a superá-las.

A instrução também pode ser complementada por demonstrações e exemplos práticos. O professor pode demonstrar os movimentos e técnicas que serão ensinados, bem como fornecer exemplos de como eles são usados em diferentes contextos e atividades, sempre com o intuito de ajudar os alunos a alcançar objetivos de aprendizagem e a maximizar os benefícios das atividades físicas.

Enquanto docente, no início de cada Unidade Didática (UD), optei por fazer mais demonstrações e exemplificações para toda a turma, enquanto nas aulas de consolidação dos assuntos tratados, me foquei apenas nos pormenores essenciais, para promover o sucesso e especialização em cada aluno. Na fase instrutória, utilizei estratégias diversificadas como colocar os alunos em semicírculo, para a preleção inicial e, quando as aulas eram nos espaços exteriores, colocava os alunos sempre de costas para o sol, de modo a que eles não tivessem problemas em olhar diretamente para o professor, evitando ficar enraizados pelo sol. No início das aulas, tive sempre por objetivo transmitir uma informação sucinta, focada e significativa dos objetivos, das situações de aprendizagem, da estrutura e da organização da aula, situando as aprendizagens a promover na atividade referente e identificando a sua relação com as aprendizagens anteriores. Foi meu princípio também certificar-me que a compreensão da mensagem transmitida era efetiva, recorrendo para tal ao questionamento, e a reformulações da informação, sempre que necessário.

Foi minha preocupação promover períodos curtos de demonstração para dar tempo efetivo de prática aos alunos, daí ter que estar o mais preparado possível para intervir. Muitas vezes, no início de cada matéria, optei por fazer uma apresentação ou em PowerPoint ou em Vídeo (jogo da modalidade ou gestos técnicos) para motivar para a aprendizagem e facilitar a perceção dos alunos.

Dando ênfase ao Feedback (FB), processo importantíssimo de interação pedagógica, que, para Rosado e Mesquita (2011), é o comportamento do professor face à resposta motora do aluno (com o objetivo de melhorar a sua ação motora, para que este a

possa adquirir de forma correta), durante as aulas fui recorrendo essencialmente a FB's prescritivos, descritivos, corretivos e interrogativos nas formas de auditivas, visuais e algumas vezes quinestésicas. Durante a minha prática pedagógica o feedback foi dado individualmente, ou em pequenos grupos, ou para a turma toda, de acordo com as necessidades. Tentei dar FB's à distância, sempre que achasse pertinente, de forma a mostrar aos alunos que estava atento a todo o espaço de aula e não ao apenas ao que estava à minha frente e perto de mim. Das maiores dificuldades que tive durante o EP foi em fechar o ciclo de FB.

O meu maior objetivo com o Feedback foi que os alunos recebessem, compreendessem e aceitassem as informações que lhes eram prestadas, por forma a melhorarem as suas prestações.

Encerrando o tema da instrução, considero que houve melhorias consideráveis durante o EP, sobretudo nas preleções iniciais e finais, bem como no FB. Sem dúvida que a experiência que fui adquirindo ao longo desde EP foi crucial para melhorar a minha função de pedagogo.

## **2.2. Gestão**

Uma boa gestão das aulas poderá predizer o sucesso do processo ensino aprendizagem. A gestão engloba um conjunto de fatores como por exemplo o tempo, os materiais e o espaço, cabendo ao professor gerir estas variáveis conforme o que achar melhor para levar os alunos ao sucesso.

O tempo é precioso para os professores, pois é fundamental para a produção de aprendizagens. Por isto se faz necessário articular um sistema de organização que permita ganhar tempo. As estratégias que reduzem o tempo de organização permitem aos alunos dedicarem mais tempo em tarefas de aprendizagem. Reduzir o tempo de organização não só proporciona um maior tempo de aprendizagem, como também reduz a probabilidade de condutas irregulares.

Os materiais utilizados nas aulas de EF podem variar dependendo da atividade, do espaço e dos objetivos da aula. No que diz respeito à gestão de materiais, optei por dar a maior variedade de experiência aos alunos, através dos materiais disponíveis na escola. Caso não houvesse materiais suficientes, como no caso da patinagem, foi pedido aos

alunos e aos professores que levassem os materiais que eventualmente tivessem em casa (nomeadamente patins) para emprestar, garantindo um maior número de equipamentos por turma. Antes do início da aula, dediquei sempre tempo à organização dos materiais necessários recorrendo à arrecadação do pavilhão, e à preparação do espaço da aula. No final de cada aula ou de cada exercício pedia aos alunos para arrumarem o material, economizando tempo de transição entre exercícios. Do mesmo modo, tentei que a quantidade de materiais não fosse exagerada, de modo a não atrapalhar a fluência da aula e o desempenho dos alunos.

A gestão do espaço da aula estava sempre dependente da rotação dos espaços previamente definida, as condições climáticas e as matérias que estavam a ser lecionadas. Dentro do espaço físico da aula, tentei sempre ocupar racionalmente o espaço de forma a ter alcance visual sobre todos os grupos. O mesmo acontecia na sala de ginástica, onde tive sempre o cuidado de ter as estações espaçadas entre si, para garantir condições de segurança para os alunos praticarem a modalidade. Saliento que o facto de ter estações muito juntas ou muito afastadas interferiam no clima de aula. Muitas vezes verifiquei que se as estações de trabalho estivessem muito juntas davam azo a mais conversas paralelas e mais comportamentos desviantes. Pelo contrário, se afastasse essas mesmas estações, o comportamento melhorava e as conversas paralelas diminuía.

### **2.3. Clima e disciplina**

A gestão do clima e da disciplina é uma parte importante do ensino de Educação Física. Um clima positivo e disciplinado é fundamental para a criação de um ambiente seguro e agradável para a prática da atividade física, contribuindo para o sucesso do processo de ensino e aprendizagem.

Desde o início do ano letivo tentei criar uma boa relação com todos os alunos fomentando laços de confiança, compromisso e seriedade. Tentei fazer com que os alunos pressentissem que da minha parte poderiam ter aquilo que precisassem tanto dentro como fora da sala de aula de EF.

Foi sempre minha preocupação adotar um conjunto de estratégias que ajudassem a manter um clima e disciplina estáveis durante as aulas. Assim, preconizei uma ação educativa assente na negociação e estabelecimento de regras de conduta claras de forma que todos soubessem o que era esperado deles. Procurei que regras fossem simples, positivas e aplicáveis a todas as atividades e escrupulosamente cumpridas. Foi crucial ser

consistente na aplicação das mesmas regras estabelecidas, para que os alunos soubessem o que esperar e não houvesse surpresas. Tentei sempre criar um ambiente positivo e encorajador de forma a ajudar a promover a disciplina e a cooperação. Sem dúvida que foi importante elogiar os alunos pelo seu esforço e progresso, e não apenas por seus resultados.

Com vista a gerir o comportamento dos alunos e o sucesso da aula optei sempre por envolver os alunos de forma ativa, permitindo que eles fossem responsáveis pelo seu próprio progresso e sucesso, tendo por vezes que adaptar as atividades para atender às necessidades e habilidades individuais de cada um, de forma a garantir que todos pudessem participar plenamente.

Durante o ano letivo o ponto em que senti maior evolução da minha parte foi na gestão dos conflitos entre alunos durante a aula. É importante gerir conflitos de forma construtiva, usando técnicas de resolução e comunicação eficazes, para ajudar os discentes a resolverem suas diferenças de forma respeitosa. Em certas situações bastou trocar um aluno de grupo ou de equipa para que deixasse de haver conflitos entre eles. Contudo a gestão de conflitos e de comportamentos desajustados em sala de aula, nem sempre é fácil, neste sentido foi meu princípio, sempre que pude evitar sentar os alunos no banco (privando-os da prática dos exercícios) quando perturbavam o bom funcionamento das aulas, tentando, através do diálogo construtivo, arranjar uma solução para que o aluno perturbador alterasse o seu comportamento. A utilização destas estratégias de mediação de comportamentos, permitiu-me promover um clima positivo e uma disciplina adequados ao contexto de sala de aulas, criando um ambiente seguro e agradável para a prática da atividade física, por todos durante o ano letivo.

## **2.4. Decisões de Ajustamento**

O planeamento de um ano escolar, de uma aula, de um exercício ou de uma variante de exercício, pode ter que ser alterado a cada momento, indo ao encontro de Carreiro da Costa (2010) que afirma que o professor deve ter espírito crítico sobre si mesmo, deve ser capaz de analisar incessantemente o ensino e o produto do seu trabalho, e estar preparado para diligenciar as alterações que se mostrem importantes para o processo ensino-aprendizagem.

No decorrer de cada aula as maiores dificuldades que tive foram em manter os grupos que tinha predefinido em casa, no planeamento da aula. Houve quase sempre a necessidade de ajustar os grupos de trabalho, devido ou à ausência dos alunos nas aulas, ou a alguns conflitos que surgiam dentro do exercício, ou para criar maior homogeneidade ou heterogeneidade, conforme o que achasse melhor no momento.

Houve ainda outras situações externas que conduziram à necessidade de ajustamento do planeamento anual: as greves nacionais de professores, as visitas de estudo que não estavam datadas no início do ano, as concentrações do desporto escolar, palestras, entre outras, que fizeram com que diminuísse o número de aulas, inicialmente previstas, em algumas UD.

Com o intuito de enriquecer o currículo dos alunos, a planificação inicial contemplava lecionar 14 aulas de Andebol e, em concordância com o orientador de estágio, apenas lecionámos 12 aulas de Andebol e ficando as 2 aulas restantes destinadas à leção de algumas noções básicas da modalidade de Orientação.

Concluindo, um bom planeamento é a chave do sucesso tanto para os alunos como para o professor. Porém o professor tem de estar preparado para alterar/ajustar o que foi planeado conforme as circunstâncias, visando sempre o melhoramento do processo de ensino-aprendizagem. Sinto que com o avançar do ano letivo, o tempo que demorava a tomar uma decisão de ajustamento foi diminuindo e as decisões foram melhorando cada vez mais. As reflexões no final da aula, os conselhos dados pelos meus colegas de estágio e pelo professor orientador foram cruciais para que as decisões de ajustamento fossem mais adequadas aos objetivos propostos durante as aulas.

### **3. Avaliação**

A Avaliação é uma prática importante no contexto escolar, sendo uma forma de verificar se os objetivos da aprendizagem foram atingidos pelos alunos e se os métodos de ensino utilizados pelo professor foram eficazes. A avaliação nas aulas de EF pode ocorrer de diversas formas: através do questionamento oral, da componente prática, da realização de testes, trabalhos individuais ou de grupo, entre outros.

A avaliação pode ser dividida em várias categorias que se distinguem através do momento em que são aplicadas e através o objetivo pelo qual se avalia. A avaliação pode

ser: Avaliação Formativa Inicial (AFI), Avaliação Formativa (AF), Avaliação Sumativa (AS) e Autoavaliação. De acordo com Nobre (2009), pode entender-se por avaliação “um processo sistemático de recolha de informação respeitando determinadas exigências, que envolve a formulação de juízos de valor com base num referencial, de modo a facilitar a tomada de decisões de melhoria do objetivo avaliado”.

Em qualquer momento de avaliação aplicado pelo docente esta tem de ser feita de forma justa, objetiva e coerente com os objetivos de aprendizagem definidos. Além disso, é importante que a avaliação seja baseada em critérios claros e previamente definidos, para que os alunos saibam o que é esperado deles e possam preparar-se adequadamente.

É igualmente importante que a avaliação seja acompanhada por feedback construtivo, que ajude o aluno a compreender as suas falhas e a identificar formas de melhorar o seu desempenho. O feedback pode ser dado pelo professor, mas também pode ser dado pelos próprios colegas de turma, em atividades de revisão de trabalho em grupo, por exemplo.

A avaliação, para além de ser um elemento que irá diferenciar os alunos entre si, deverá sempre ir ao encontro das especificidades de cada aprendiz, havendo, muitas das vezes, a necessidade de aplicar métodos avaliativos diferentes, de acordo com as especificidades de cada aluno.

### **3.1. Avaliação Formativa Inicial**

Segundo o Decreto-lei 55/2018, a AFI permite a definição de planos didáticos e a adoção de estratégias adequadas às necessidades específicas dos alunos. Esta avaliação visa essencial a diferenciação do ensino para cada aluno ou grupo de alunos, ou seja, a avaliação tem por objetivo conhecer o estado do ensino, retificar procedimentos e reajustar o ensino das diversas disciplinas aos objetivos curriculares fixados segundo o disposto no número 4 do artigo 23.º do Decreto-Lei n.º139/2012 de 5 de julho.

Tendo em conta a importância que este momento tem no planeamento do ensino, foi necessário recorrer geralmente às duas primeiras aulas de cada UD por forma a recolher os dados necessários que permitissem ajustar o ensino às capacidades motoras, processuais e cognitivas de cada aluno.

De forma a detalhar o nível de cada aluno, utilizei a escala de 1 a 3, onde 1 correspondia a Não executa; Não se empenha; Não conhece aspetos elementares. 2 correspondia a: Executa, participa com empenho muito satisfatório; conhece a maioria dos aspetos regulamentares e formas de execução. 3 correspondia a: Executa corretamente; Participa ativamente e corretamente; Conhece todos os aspetos regulamentares e formas de execução. A soma de todos os parâmetros dentro dos 3 domínios, ditaria se o aluno se encontrava no Nível Avançado, no Nível Elementar ou no Nível Introdutório, consoante uma escala que foi realizada para cada grelha de avaliação.

A AFI nos Jogos Desportivos Coletivos foi realizada essencialmente através de situação de jogo reduzido ou formal, contudo para alguns gestos técnicos mais complexos foram utilizados exercícios critério. Nas modalidades individuais como a Ginástica e o Atletismo a avaliação foi concretizada através de exercícios critério.

### **3.2. Avaliação formativa**

De acordo com o disposto no número 5 do artigo 24.º do Decreto-Lei nº 55 de 2018, “a avaliação formativa é a principal modalidade de avaliação e permite obter informação privilegiada e sistemática nos diversos domínios curriculares, devendo, com o envolvimento dos alunos no processo de autorregulação das aprendizagens, fundamentar o apoio às mesmas”. O mesmo artigo afirma que AF é uma parte integrante do ensino e da aprendizagem, tendo por propósito central a sua melhoria baseada num processo contínuo de intervenção pedagógica.

Este tipo avaliação foi realizada em todas as aulas de maneira informal, com o intuito de obter informações sobre os alunos visando aperfeiçoar o processo de ensino. De acordo com Haydt (2008) a AF permite verificar se os objetivos determinados foram obtidos pelos discentes, como também recolher um conjunto de dados para que possamos, enquanto agentes educativos, executar um trabalho de restauração e aprimoramento do ensino. A AF é crucial para clarificar ideias que ficaram pendentes na AFI, bem como reposicionar os alunos em níveis de desempenho, de acordo com o seu progresso ou regressão.

Indo ao encontro do que foi acima referido, houve situações, ao longo do EP, em que os objetivos inicialmente definidos, para cada grupo de nível, foram alterados de forma a evitar torná-los demasiado exigentes ou pouco desafiantes.

No decorrer das UD e no sentido de monitorizar a aquisição dos conhecimentos, fui selecionando alunos por aula e fazendo um relatório sobre as suas performances.

### **3.3. Avaliação Sumativa**

A Avaliação Sumativa tem como propósito fazer uma avaliação geral das aprendizagens dos alunos, com o intuito de classificá-los e certificá-los. Este tipo de avaliação é dividido em duas categorias: avaliação sumativa interna, a qual é realizada ao final de cada semestre pelos professores e pelos órgãos pedagógicos da escola, e a avaliação sumativa externa, que é conduzida por serviços ou entidades do Ministério da Educação e Ciência. Tal como dispõe a alínea 4, do 25º artigo do decreto-lei nº139/2012, a AS dá origem a uma tomada de decisão sobre a progressão pedagógica, absorção ou reorientação do processo educativo do aluno.

Foi responsabilidade dos PE a construção dos instrumentos de AS, como as grelhas de avaliação final de cada UD, tendo-nos sido concedida liberdade e autonomia para sua elaboração. Foram desenvolvidas tabelas práticas, com no máximo três componentes críticas para cada conteúdo, a fim de tornar a observação mais objetiva/eficaz sem ser exaustiva. A escala de avaliação utilizada variou de 1 a 5, pois apesar de tornar a observação mais rigorosa, permitiria que a avaliação fosse mais detalhada e, conseqüentemente, mais justa/coerente.

Esta abordagem de avaliação utilizou tarefas semelhantes e conhecidas dos alunos, uma vez que já haviam sido utilizadas na avaliação formativa inicial e ao longo da Unidade Didática (UD). Isso permitiu observar e acompanhar o progresso dos alunos em relação ao seu nível inicial de aprendizagem. Além disso, essa estratégia possibilitou um maior sucesso dos alunos, já que estavam familiarizados com as tarefas e tiveram várias oportunidades para repeti-las, caso necessário ou desejado. Esta avaliação realizou-se nas últimas duas aulas de cada matéria lecionada.

Após a AS de cada UD, elaboramos um relatório, com o objetivo de comparar os resultados com os da AFI, verificando se houve evolução na aprendizagem dos alunos e se estes atingiram os objetivos propostos. Só assim foi possível analisar se a nossa

intervenção pedagógica foi a mais adequada. Importa ressaltar que no final de cada semestre, realizávamos uma ponderação final, onde eram englobados os testes do FITEscola, o teste de Avaliação, as Atitudes e Valores e a Componente Prática de cada matéria.

É crucial que os avaliadores tenham uma boa comunicação com os alunos e sejam capazes de fornecer feedback construtivo para ajudá-los a melhorar a sua performance. Com o tempo e a prática, fomos desenvolvendo saberes e apurando imprescindíveis para avaliar de forma mais eficaz e justa.

### **3.4. Autoavaliação**

Para Juste (2006), a Autoavaliação “deve ser utilizada como forma de promoção da metacognição e da consciência das próprias capacidades e limitações dos indivíduos”. Para Ferreira (2012), a autoavaliação é considerada como uma estratégia que favorece a criação de “um clima motivacional orientado para a mestria”, tendo em conta que os alunos tendem a procurar melhorar a sua prestação de forma individual, “adotando um critério autorreferenciado”. Indo ao encontro do que foi proferido pelo autor supracitado, para Snoxell, (2014) os alunos tendem a melhorar os seus níveis de habilidade e performance motora sempre que são despertados a avaliar o seu grau de desempenho.

Durante as aulas de EF os PE tentaram produzir estímulos para que os alunos fizessem uma autoavaliação ou autorreflexão sobre os seus comportamentos, de forma a melhorar a sua performance em cada matéria. No final de cada semestre, recorremos à plataforma *Google Forms* para o registo da autoavaliação de cada aluno, com o intuito de termos algo palpável e concreto sobre a auto percepção do mesmo.

Em suma, achamos que a autoavaliação é fundamental para a formação universal de todas as crianças e jovens, sendo que deve ser estimulada, não apenas no final de cada semestre, mas sim em todas as aulas de EF.

## **4. Coadjuvação**

Coadjuvar significa auxiliar, colaborar, dar suporte ou ajudar alguém que ocupa uma posição de responsabilidade. O coadjuvante pode ser um funcionário que trabalha em conjunto com a pessoa que ocupa o cargo de maior destaque e comprometimento, atuando como um braço direito e contribuindo para o bom desempenho das atividades relacionadas a esse cargo. A coadjuvação pode ocorrer em diversos tipos de cargos, como cargos de chefia, gerência, coordenação, supervisão, entre outros, e tem como objetivo principal garantir o sucesso e o alcance dos objetivos da organização.

O presente momento visa apresentar e discriminar as coadjuvações feitas ao longo do EP.

### **4.1. Coadjuvação no 1º Ciclo**

Com o intuito de aumentar a nossa experiência, enquanto professores de EF, fomos proposto no início do ano letivo lecionar aulas às turmas do 1º ciclo da Escola. Ciente da importância que isto teria para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional aceitámos lecionar as respectivas aulas.

Deste modo, fiquei responsável por lecionar às terças-feiras, de 15 em 15 dias, às turmas do 2º e 3º ano, contando com cerca de 18 alunos. As aulas tiveram lugar nos diversos espaços disponíveis para a prática de EF da escola. Na planificação e execução destas aulas tive como principal objetivo fomentar o gosto pela atividade física, dar aos alunos um conjunto de jogos lúdicos que estes pudessem jogar autonomamente, adquirindo hábitos, rotinas e valores inerentes à prática da atividade física, cumprindo o programa de EF do 1º ciclo.

Tendo em vista que a professora titular da turma nos forneceu um conjunto de informações sobre as provas de aferição do 2º ano, às quais atendi, fiz um planeamento de modo a ir ao encontro do que está definido nas Aprendizagens Essenciais para a Educação Física no 2ºano, no 1ºciclo de Ensino Básico.

## 4.2. Coadjuvação no 9º ano

A Turma do 9º ano, composta por 12 alunos, no início do ano letivo, era da responsabilidade um colega estagiário que acabou por desistir do EP. Na mesma linha de pensamento da coadjuvação anterior, e em concordância com o orientador de estágio dividimos a turma pelos três professores estagiários e demos aulas a essa turma, durante todo o ano. Eu lecionei às terças-feiras das 12h:35m às 13h:25m nos espaços disponíveis para a aula, de acordo com o planeamento anual, desenvolvido para a turma desde o início do ano.

Esta coadjuvação revelou-se muito interessante pois éramos três professores estagiários a lecionar a esta turma todas as semanas. Todos os professores tinham métodos de ensino diferentes, *timings* diferentes, regras diferentes e os alunos foram-se moldando aos métodos de ensino dos três, a partilha de experiências foi sem dúvida uma mais-valia. Esta estratégia pedagógica, potenciou da nossa parte um diálogo e cooperação acrescidos, uma maior articulação no planeamento e na realização das aulas, de forma a preconizarmos em parceria um processo de ensino/ aprendizagem o mais rico e coerente possível, indo sempre ao encontro do que estava definido nas aprendizagens essenciais do 9º ano, ano terminal do 3º ciclo do ensino básico.

Em suma, esta coadjuvação foi uma prática benéfica para maximizar o potencial de aprendizagem tanto dos alunos como dos professores estagiários onde se promoveu a igualdade de oportunidades educacionais, espírito de equipa e cooperação mútua entre todos.

## **Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar**

Conforme o que está previsto no guia de estágio foi feito um acompanhamento direto de um cargo de gestão intermédia na escola: assessoria a um Diretor de Turma (DT). O cargo de assessoria ao DT tem o intuito dotar os professores estagiários de competências organizacionais que lhes permitam no futuro assumir a responsabilidade do cargo de DT ou outro cargo dirigente inerente ao serviço docente. A assessoria confere ao estagiário um conjunto de competências e experiências no âmbito da organização e gestão escolares.

Para atingir o propósito da assessoria é necessário: definir um conjunto de estratégias e instrumentos que auxiliam o professor estagiário a compreender a complexidade das escolas, das situações educativas, da amplitude atual do trabalho docente. Esta estratégia de assessoria permitiu-nos refletir criticamente sobre o cargo de DT e compreender de forma mais engrenada o alcance do desempenho deste cargo, tão importante. Reunir periodicamente com a Diretora de Turma para tomar noção das funções intrínsecas a este cargo, tais como o registo, justificação e notificação de faltas; organização do dossier de turma; elaboração de documentos de caracterização da turma; constituição/ atualização do processo individual dos alunos e do dossier da turma; acompanhamento individualizado de cada aluno para promover o seu sucesso escolar; reuniões sempre que necessário com diferentes elementos da comunidade educativa, para resolver assuntos relativos à direção de turma; acompanhamento em atividades relacionadas com a direção de turma e com conselho de turma; colaboração na preparação, execução, acompanhamento e auxílio ao diretor de turma no desempenho das suas funções, sempre que necessário, nomeadamente nas reuniões com os Encarregados de Educação e preparação das atas das reuniões, entre outros.

Posso afirmar que o cargo de assessoria ao DT foi por mim desempenhado com ética e comprometimento, visando sempre o bem-estar, o desenvolvimento dos meus alunos, o trabalho colaborativo e principalmente compreender por meio da observação e cooperação as exigências desta função. Enquanto assessor mostrei sempre a minha disponibilidade para o que fosse necessário. Este cargo foi essencial para eu perceber as dinâmicas e as dificuldades inerentes à função de DT e apetrechou-me de ferramentas de

trabalho, experiência e estofamento para um dia poder desempenhar com competência um cargo semelhante.

### **Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas**

O presente momento surge para apresentar os Projetos e Parcerias Educativas desenvolvidas ao longo do EP com o intuito de oferecer aos alunos oportunidades de aprendizagem enriquecedoras e recursos adicionais que visem o sucesso dos alunos. Em estrita colaboração com o orientador de estágio, outros professores, a comunidade educativa e outras entidades externas foi possível levar a cabo duas atividades em prol da comunidade escolar. As principais atividades realizadas pelo NE foram o Corta-mato Escolar e a “Semana para Tod@s”.

O Corta-Mato, que decorreu na escola no dia 21 de Dezembro, foi uma prova de apuramento de um conjunto de alunos com vista a participarem nas provas do Programa do Desporto Escolar organizada pela Direção Geral da Educação – Divisão do Desporto Escolar, e pela Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares. Nesta prova, os atletas competem numa corrida em terreno aberto ou acidentado. O dia desta atividade, para além do Corta-Mato, teve na sua composição um Circuito-Fun (caminhada em redor da escola), Jogos Tradicionais Portugueses e uma aula de aeróbica, contando com a participação de 129 alunos (69 alunos no corta-mato e 60 alunos no “Circuito-Fun”), e de 11 professores que realizaram tanto o circuito, como a aula de aeróbica. Em anexo encontram-se os cartazes das 2 atividades (anexo V).

A “Semana para Tod@s” (Anexo VI), que ocorreu na semana de 13 a 17 de fevereiro, visava modificar a perceção que os alunos tinham face à EF inclusiva, dando-lhes experiências e testemunhos reais para os sensibilizar sobre a temática em questão. O evento englobou atividades como: Basquetebol em Cadeira de Rodas, *Polybat*, Boccia, jogo dos gestos (um aluno, sem falar tinha de gesticular para dar a entender aos alunos o que queria dizer), jogo dos cheiros (alunos vendados e tinham de descobrir, pelo olfato, aquilo que estavam a cheirar), Voleibol Sentado, Paracanoagem e *Goalball*. A atividade contou com cerca de 80 estudantes, do primeiro, ao nono ano de escolaridade (com idades compreendidas entre os 6 e os 17 anos), com os 3 professores estagiários, os 2 professores de Educação Física da Escola (onde está incluído o professor orientador), com um Funcionário que facultou o transporte de materiais desde a FCDEF-UC até à escola, com

alguns professores da escola que se prontificaram a colaborar, com a Professora Doutora Maria João Campos, uma senhora cega e um atleta Olímpico. Usufruímos de uma parceria com o Clube Náutico de Coimbra, que forneceu o material para a Paracanoagem, bem de uma gráfica que provisionou os diplomas, oferecidos aos alunos no final da semana. Pudemos contar ainda com a colaboração da FCDEF-UC, que emprestou o material para o *Polybat*, o Basquetebol em Cadeira de Rodas, a Boccia e o *Goalball*.

Concluindo, o planeamento e consecução destas duas atividades foram fundamentais para o desenvolver o espírito de entreatajuda e cooperação entre estagiários e estes e a comunidade educativa, dando-nos experiência e recursos para realizar outras atividades do género. Considero que as atividades supracitadas foram uma mais-valia tanto para o NE como para a comunidade escolar e, o impacto causado foi, sem dúvida, bastante positivo.

Em parceria com o Desporto Escolar, o NE ajudou na realização e organização dos Megs de Atletismo (Anexo VII), na fase Escola (Mega Quilómetro, Mega Lançamento, Mega Salto e Mega Sprint) apurando os alunos para a fase Distrital que se iria realizar em Tábua, a qual acompanhamos e demos apoio.

#### **Área 4 – Atitude Ético-Profissional**

Segundo Estrela e Caetano (2017) a ética deve ser compreendida, na estrutura de uma formação profissional, como uma competência macro, autónoma, autossuficiente e dimensão permeadora, ou seja, transversal das demais competências. A ética profissional engloba o compromisso com a comunidade, a formação e desenvolvimento pessoal, a consciência social crítica e educativa, a diferenciação pedagógica e o compromisso com o direito à educação de acordo com Escudero (2011). Um professor para ser um bom profissional deve ir além do apenas ensinar. É fundamental inculcar valores e crenças aos alunos que sejam aplicáveis no seu dia a dia e na sua vida futura.

No decorrer do EP procurámos sempre oferecer aos alunos um ensino de qualidade, diferenciado e rigoroso. Desenvolvemos materiais, como o documento de apoio ao professor e o documento de apoio ao aluno, com o intuito de contextualizar as aprendizagens, contribuindo para a excelência e qualidade do ensino, ousando similantemente a aquisição de conhecimentos específicos de cada UD. O realizar destes

documentos foi essencial para o nosso desenvolvimento profissional pois exigiu da nossa parte uma reflexão e ponderação do que era essencial para o sucesso dos alunos.

Durante as UD existiu o compromisso com o assegurar das aprendizagens dos alunos, sendo necessário diferenciar o ensino, criando grupos de nível e situações que permitissem que todos executassem as tarefas propostas, ajustando-as conforme necessário. O ensino inclusivo foi uma das premissas pelas quais nos guiámos durante todo o estágio, oferecendo igualdade de oportunidades para todos os alunos, afim de que todos aprendessem, independentemente das suas potencialidades ou fragilidades, das suas possibilidades, níveis de desempenho e/ou capacidades.

Estivemos envolvidos e inseridos nas atividades da escola e do agrupamento como a festa de Natal, o hastear da bandeira, a entrega de prémios de mérito desportivo e académico, a celebração do dia de sensibilização para a Prevenção dos Maus-tratos Infantis, entre outras. Tentámos estar presentes no maior número de atividades possível, contribuindo para o desenvolvimento da comunidade escolar mesmo que a atividade não estivesse diretamente ao grupo de EF.

No que concerne aos códigos conduta presumimos que foram sempre adequados ao logo do EP. Mostrámo-nos sempre cooperantes, respeitadores e cumpridores dos nossos deveres e obrigações enquanto parte integrante da comunidade escolar.

Assim enquanto PE procurei estabelecer junto dos meus alunos uma relação pedagógica sustentada no respeito e na confiança, no prazer de aprender, de agir e interagir e na construção conjunta do conhecimento. Procurei igualmente promover a autonomia, a responsabilidade, o espírito de entreatajuda e o respeito mútuo entre os alunos, tendo sempre conseguido gerir situações de conflito, de forma autónoma e salutar, apelando essencialmente ao civismo, ao respeito pelo interesse de todos. A relação com a restante comunidade educativa foi igualmente muito profícua, procurei ser um agente educativo interessado e interventivo, estabelecendo com os vários membros que compõem a nossa comunidade educativa uma relação assente no profissionalismo, na cooperação e na total disponibilidade.

Ainda no que à conduta e ética diz respeito, foi preocupação de todos os estagiários o cumprimento do dever de pontualidade e assiduidade, na consciência de que

se educa pelo exemplo. Em suma, zelámos sempre pelos nossos interesses pessoais, sem nunca colocar em causa os interesses do outro, honrando o nosso compromisso de Professores Estagiários.

A formação individual é essencial para nos mantermos atualizados e para aprofundar aprendizagens nas mais diversas áreas. A participação nesta iniciativas de formação permite melhorar o processo de ensino-aprendizagem. No decorrer do EP participei em: “*MOOC Opportunity: fostering social inclusion and gender equality in formal and nonformal educational contexts through applying traditional sports and games*” (Anexo VIII), desenvolvida pelo programa Erasmus+, realizada na FCDEF UC; “O Valor da Comunicação no Futebol e Futsal” (Anexo IX) desenvolvida pela Associação de Futebol de Braganca *Knowledge Academy*; “*Sketching the appropriate visual elements*” (Anexo X), “*A guide to visual abstracts*” (Anexo XI) e “*Creating a visual abstract*” (Anexo XII) desenvolvidas pela *Researcher Acadmy* em formato online; Ação de formação sobre bases de dados bibliográficas (Professora Doutora Catarina Amorim na FCDEF-UC); Ação de formação Programa Olimpíada Sustentável (Anexo XIII) realizada pelo Comité Olímpico de Portugal; XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física (FICEF) (Anexo XIV).

Acredito que durante o EP existiu um clima de ajuda, de cooperação e de respeito mútuo favorável entre NE e isso foi crucial para o bom desenvolvimento do mesmo. O diálogo constante com o professor orientador foi crucial para o nosso fortalecimento pessoal e profissional enquanto professores estagiários. Assim, assumimos que o comportamento e a postura face à escola de todos os PE teve uma influência e um impacto muito positivos no seio da comunidade escolar.

## Capítulo III – APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA

### O impacto de um programa de sensibilização na perceção dos alunos do 8º ano face à Educação Física Inclusiva

Rodrigo Vieira Cruz<sup>1</sup>

Maria João Campos <sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

#### Resumo:

A escola de hoje zela cada vez mais pelos valores da igualdade, inclusão, respeito pelo outro e pela diferença. É por meio da promoção destes princípios éticos, que nos definem enquanto seres humanos, que conseguimos a construção de um mundo melhor, mais justo e mais fraterno. A defesa de uma escola cada vez mais inclusiva humaniza o ensino e faz com que todos os alunos aprendam juntos, independentemente das suas capacidades e diferenças. Este estudo tem como objeto analisar o impacto da “Semana para Tod@s” na perceção que os alunos fazem da educação inclusiva nas aulas de EF com alunos com deficiência. Para isto foram analisadas as variáveis “género”, “contacto prévio com deficiência na família/amigos” e “nível de competitividade” nas aulas de EF com alunos com algum tipo de NEE. O instrumento utilizado foi a versão portuguesa do *Children’s Attitudes Toward Integrated Physical Education – Revised (CAIPE-R)*, BLOCK (1995), validada por Campos, Ferreira e Block (2013). Participaram 13 estudantes do 8º ano, sete do sexo masculino e nove do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 12 e os 14 anos, média de 13,00±1 anos. Da comparação das respostas dos alunos antes e depois da atividade “Semana para Tod@s” pôde constatar-se que não se verificaram mudanças de atitudes significativas face à inclusão nas aulas de EF, uma vez que os alunos apresentam atitudes muito positivas.

**Palavras-Chave:** Inclusão, Atitudes, Educação Física, impacto, programa de sensibilização

## **The perception of 8th grade students regarding Inclusive Physical Education**

### **Abstract:**

Today's schools increasingly value equality, inclusion, respect for others, and embracing differences. It is through the promotion of these ethical principles that define us as human beings that we can build a better, fairer, and more compassionate world. Advocating for a more inclusive school humanizes education and enables all students to learn together, regardless of their abilities and differences. This study aims to analyze the impact of the "Week for All" on students' perception of inclusive education in physical education classes with students with disabilities. The variables analyzed were "gender," "previous contact with disability in family/friends," and "level of competitiveness" in physical education classes with students with special needs. The instrument used was the Portuguese version of the Children's Attitudes Toward Integrated Physical Education - Revised (CAIPE-R), BLOCK (1995), validated by Campos, Ferreira, and Block (2013). Thirteen 8<sup>th</sup>-grade students participated, seven males and nine females, aged between 12 and 14 years old, with a mean age of 13.00±1 years. Comparing the students' responses before and after the "Week for All" activity, no significant changes in attitudes towards inclusion in physical education classes were observed, as the students already had very positive attitudes.

**Keywords:** Inclusion, Attitudes, Physical Education, Impact, Sensitization Program

## **1.Introdução**

De acordo com Freire (2001), “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção”. Segundo o mesmo autor, a inclusão social de indivíduos com deficiência é um processo que envolve tanto o fortalecimento quanto as mudanças na sociedade, com o objetivo de oferecer oportunidades de participação plena na vida social. O seu sucesso depende da alteração de conceitos, estigmas e preconceitos. Sem dúvida que o desporto tem um papel crucial na promoção de integração e inclusão social nas populações com deficiência nas suas diversas vertentes (educativa, recreativa, terapêutica e competitiva), tal como afirma Campos e Ferreira (2017).

Acompanhando o que foi referido por Duarte, Filgueiras, Neves e Ferreira (2013), cada vez mais é necessário diferenciar o ensino e adaptar “processo de escolarização para pessoas com deficiência”. Os autores supracitados referem que são muitas as dificuldades e entraves sentidos, principalmente por estudantes com deficiência e suas famílias, para a garantia de uma educação digna e de qualidade, que chegue verdadeiramente a todos.

Para Pereira e Ribeiro (2023) o tema da inclusão em torno das Ciências da Educação é recorrentemente estudado e abordado. Contudo, no contexto particular da EF ainda persistem muitas incertezas e indeterminações corporalizadas na ambivalência que se observa na literatura ao nível do saber e perceção das barreiras e facilitadores subjacentes à inclusão.

Deste modo, o estudo sobre a perceção que os alunos têm sobre o ensino inclusivo poderá servir para refletir sobre o tema, de forma a atenuar muitas das limitações existentes no processo ensino-aprendizagem, fomentando a busca de novas medidas e instrumentos que garantam a Educação para toda e qualquer pessoa, independentemente da condição especial de aprendizagem que possa ter. Pretende-se pois, uma efetiva mudança de paradigma educativo assente no reconhecimento do aluno como ser único, dotado de capacidades e limitações específicas, como todo e qualquer ser humano a quem tem de ser garantido o direito à educação plena.

Indo ao encontro de Farah e Renders (2023), “a Educação Inclusiva tem como um dos seus fundamentos, a valorização e o respeito às diferenças, compreendendo a Educação

como um direito humano. No entanto a garantia desse direito exige o reconhecimento da diferença como uma condição inerente ao homem.”

No âmbito da educação inclusiva na EF, foi realizado um em Portugal um estudo onde se aplicou o mesmo método, sobre a mesma temática, desenvolvido por Campos, Ferreira e Block (2014) tendo se chegou à conclusão que o programa de conscientização pareceu ter uma influência positiva na mudança de atitudes dos alunos face a esta problemática. Os mesmos autores afirmam que embora os resultados subsistam inconclusivos, há provas de que existem outras variáveis que podem afetar as atitudes dos alunos, como o sexo dos mesmos, a exposição anterior a pessoas com deficiência e sua competitividade. Neste estudo são citados inúmeros autores como Block (1995) que afirma que relativamente ao sexo as meninas têm atitudes mais positivas em relação à inclusão que os meninos. No que concerne ao contacto anterior com a deficiência, os resultados são um pouco ambíguos, pois alguns estudos revelaram atitudes menos positivas em alunos com contacto anterior (e.g. Hutzler & Levi, 2008) e outros estudos não encontraram diferenças significativas para o contacto prévio (exemplo Block (1995)). Campos, Ferreira e Block (2014) afirmam que são necessários mais estudos sobre o carácter competitivo dos alunos e a inclusão de alunos com deficiência, porém segundo Horta (2016) cooperação e competição devem ser entendidas como duas estruturas que se complementam, em vez de serem vistas como opostas. Do mesmo modo, uma abordagem integrada proporciona as melhores oportunidades para a satisfação e crescimento pessoal dos estudantes.

O propósito deste estudo é comparar a percepção dos alunos do 8º ano de escolaridade face à educação inclusiva antes e depois da atividade realizada pelo Núcleo de Estágio, denominada de “Semana para Tod@s” através das variáveis “género”, “contacto prévio com deficiência na família/amigos” e “nível de competitividade” influenciam a percepção dos alunos perante a inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física.

## **2.Método**

O presente momento visa expor os procedimentos praticados, os instrumentos empregues, a amostra do estudo e o método utilizado na análise dos dados recolhidos.

### **2.1. Participantes**

A amostra é constituída pelos alunos da turma 8ºE da Escola EBI/J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia, no Senhor da Serra, pertencente ao Agrupamento de escolas de Miranda do Corvo, no ano letivo 2022/23. A amostra é integrada por 13 alunos, sete do sexo masculino (38,5%) e nove do sexo feminino (61,5%). As idades estão compreendidas entre os 12 e os 14 anos ( $M = 13,00 \pm 1$  ano).

### **2.2. Instrumentos**

Tal como acima referido, a recolha de dados foi feita através da aplicação de um questionário. O questionário foi uma tradução autorizada e validada por Campos, Ferreira e Block (2013), a partir do questionário *Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education - Revised* (CAIPE - R), Block (1995), intulado por “Perceção dos alunos face à Educação Inclusiva”.

Inicialmente, o questionário estabelece um conjunto de instruções gerais para o seu preenchimento ao qual se segue uma história/ simulação/ contextualização da problemática, através da integração na turma de um aluno com NEE, que condicionam a realização das aulas de Educação Física.

O questionário está dividido em duas partes distintas: a primeira com 11 itens relacionados com a história/ contexto predefinido apresentados, em que os alunos são convidados a expressar a sua opinião face à integração na turma de um aluno com deficiência. A opinião dos alunos é apresentada através da escolha das respostas “Sim”, “Provavelmente Sim”, “Provavelmente Não” e “Não”.

A segunda parte do questionário consiste em seis questões de carácter pessoal que pretendem aferir o contacto pré existente com a realidade da diferença e os níveis de competitividade. Cinco dessas questões (de resposta “Sim” ou “Não”) prendem-se com a experiência pessoal dos alunos, relativamente ao contacto com pessoas com deficiência.

Quando a resposta é “Sim” pede-se que os alunos identifiquem a dificuldade ou condição de deficiência da(s) pessoa(s) com as quais contactaram.

O questionário comporta ainda uma questão que visa que os alunos se posicionem quanto ao seu nível de competitividade, apresentando-se para tal uma escala que varia entre: “*Muito competitivo(a)*”, “*Mais ou menos Competitivo(a)*” e “*Não sou competitivo(a)*”.

### **2.3. Procedimentos**

O protocolo implementado na base deste estudo teve o lugar no início de duas aulas de EF, uma antes e outra após a realização da atividade “Semana para Tod@s”, onde foi entregue um questionário aos alunos para se preenchido. Antes do preenchimento do inquérito foi feito um enquadramento sobre a importância do preenchimento consciente do mesmo, bem como a sua finalidade. O inquérito foi realizado anónima e individualmente.

### **2.4. Caracterização e programação da atividade**

O programa de sensibilização organizado pelo grupo de Estágio nomeada de “Semana para Tod@s” decorreu durante uma semana, nas três aulas de Educação Física de cada turma da escola. Esta atividade integrou um conjunto de atividades de sensibilização sobre temática a ser abordada, oferecendo aos alunos um conjunto de testemunhos reais sobre a mesma. De modo a enriquecer a experiência educativa proporcionámos a prática de modalidades adaptadas para pessoas com algum tipo de deficiência, com o intuito de consciencializar os alunos sobre as dificuldades sentidas por elas e respetivas formas de superação.

De seguida será apresentado o cronograma da atividade:

- 1º dia da “Semana para Tod@s” :
  - Apresentação de um PowerPoint e vídeo de sensibilização;
  - Palestra com o atleta Olímpico Joaquim Lobo;
  - Jogo do olfato;

- Percurso vendados;
- Boccia;
- Paracanoagem.
  
- 2º dia da “Semana para Tod@s”:
  - Palestra com uma pessoa cega e contacto com o seu cão guia;
  - Goalball;
  - Voleibol Sentado;
  - Jogo dos gestos.
  
- 3º dia da “Semana para Tod@s”:
  - Jogo dos materiais;
  - Basquetebol em Cadeira de rodas;
  - Polybat.

Em todas as modalidades desportivas foram explicadas previamente as regras, em que contexto eram praticadas e tentando proporcionar aos alunos uma experiência o mais próximo possível da realidade. Com esta ação, tentámos levar a cabo uma alteração de paradigmas, estereótipos e preconceitos relativos à inclusão, por forma a garantir uma efetiva possibilidade de participação de pessoas com algum tipo de deficiência no dia-a-dia de uma sociedade.

## **2.5. Análise Estatística**

A análise dos dados foi efetuada com recurso ao SPSS, versão 28.0 (IBM SPSS Statistics for IOS, Version 28.0. IBM Corp. Armonk, NY, USA).

Os dados foram analisados utilizando o método de estatística descritiva (Média e Desvio Padrão) e estatística inferencial não paramétrica de *Mann-Whitney* e *Kruskal-*

*Wallis*. Do mesmo modo foi utilizado o teste Wilcoxon para a análise do impacto do programa de sensibilização nas variáveis dependentes.

Durante a análise estatística foi utilizado o nível de significância de  $p > 0,05$ .

### 3.Resultados

O presente momento surge com o propósito de apresentar os resultados da análise estatística descritiva que inclui dados sociográficos, os quais nos proporcionam uma compreensão mais abrangente da amostra. Seguidamente, serão apresentados os dados da análise estatística inferencial relativos às variáveis em estudo.

#### 3.1. Análise descritiva

*Tabela 1 Dados Sociográficos*

		F	P (%)
Género	Masculino	8	61,50%
	Feminino	5	38,50%
Idade (anos)	12	3	23,10%
	13	7	53,80%
	14	3	23,10%
Contacto prévio com familiar/amigo	Sim	11	84,60%
	Não	2	15,40%
Contacto prévio na Aula de Educação Física	Sim	13	100,00%
	Não	0	0,00%
Contacto prévio na Turma	Sim	13	100,00%
	Não	0	0,00%
Nível de competitividade	Muito competitivo	2	15,40%
	Mais ou menos competitivo	10	76,90%
	Não competitivo	1	7,70%

Analisando a amostra verificámos que dos 13 inquiridos, 8 são do sexo feminino (61,5%) e 5 do sexo masculino (38,5%). A turma inquirida é do 8º ano de escolaridade, tendo idades compreendidas entre os 12 e 14 anos, 3 alunos têm 12 anos (23,10%), 7 alunos têm 13 anos (53,80%) e 3 alunos têm 14 anos (23,10%).

Analisando as variáveis contacto prévio na aula de EF e na turma constata-se que os 13 (100%) elementos já tiveram contacto com alunos com deficiência.

No que diz respeito ao contacto prévio com familiar ou amigo portador de deficiência, 11 alunos (84,6%) já tinham tido contacto e apenas 2 alunos (15,40%) nunca tinham tido contacto.

Quanto ao nível de competitividade 2 elementos (15,40%) responderam “Muito Competitivos”, 10 elementos (76,90%) responderam “Mais ou menos competitivos” e, 1 elemento (7,70%) respondeu não competitivo.

### 3.2. Estudo Estatístico inferencial

Na tabela 2 podemos verificar as Atitudes Globais, Gerais e Específicas na alteração de regras nos alunos antes e depois da atividade de sensibilização.

*Tabela 2 Resultados das subescalas das atitudes*

	Intervenção	Média	Desvio Padrão	p
Atitude Global	Antes	3,64	0,26	ns
	Depois	3,58	0,24	
Atitude Geral Face à aula de Educação Física	Antes	3,67	0,21	ns
	Depois	3,53	0,26	
Atitude específica face à alteração de regras	Antes	3,60	0,46	ns
	Depois	3,70	0,43	

ns = não significativo ( $p > 0,05$ )

Deste modo, verifica-se que para a Atitude Global a média diminui da primeira aplicação (M=3,64) para a segunda aplicação (M=3,58), não havendo diferenças significativas entre as 2 aplicações do questionário, tendo em conta que  $p > 0,05$ .

Tal como aconteceu na Atitude Global, a média da Atitude Geral diminui da primeira intervenção (M=3,67) para a segunda intervenção (M=3,53), não havendo diferenças significativas ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção em relação à Atitude Geral.

Verificando a influência da Atitude Específica observa-se que na primeira aplicação a média (M) foi de 3,60, enquanto na segunda aplicação a média (M) foi de 3,70 não existindo uma diferença significativa ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção em relação à Atitude Específica.

A Tabela 3, demonstra se o contacto prévio com um familiar ou amigo tem influência nas atitudes dos alunos.

*Tabela 3 Contacto prévio com a Deficiência na Família ou Amigo*

Contacto com Familiar e amigo	Intervenção	Média	Desvio Padrão	p	
Atitude Global	Não	Antes	3,79	0,10	ns
		Depois	3,60	0,21	
	Sim	Antes	3,60	0,28	ns
		Depois	3,58	0,26	
Atitude Geral Face à aula de Educação Física	Não	Antes	3,71	0,08	ns
		Depois	3,43	0,22	
	Sim	Antes	3,66	0,24	ns
		Depois	3,56	0,24	
Atitude Específica face à alteração de regras	Não	Antes	3,92	0,80	ns
		Depois	3,92	0,80	
	Sim	Antes	3,50	0,49	ns
		Depois	3,52	0,49	

ns = não significativo ( $p > 0,05$ )

Analisando a influência que o contacto que um familiar ou amigo com deficiência tem na atitude dos alunos, verifica-se que naqueles que já tinham tido contacto a média diminuiu da primeira aplicação para a segunda aplicação na atitude global e na Atitude Geral. Contudo, a média da atitude específica aumentou da primeira para a segunda aplicação.

Nos alunos que nunca tinham tido contacto com um familiar ou amigo com deficiência, a média na atitude global e na geral diminuiu enquanto na atitude específica manteve-se.

Fazendo uma análise entre os alunos que nunca tiveram contacto e aqueles que já tiveram contacto com um familiar ou amigo portador de deficiência na segunda aplicação verifica-se que na atitude global e específica a média é superior nos alunos que não tiveram contacto. Já na atitude geral é superior nos alunos que já tiveram contacto.

Fazendo uma análise detalhada dos resultados obtidos, os participantes que não tiveram contacto com familiar ou amigo com deficiência, a média da Atitude Geral antes da intervenção foi de 3,71, diminuindo para 3,43 após a intervenção. Entre os participantes que tiveram contacto com familiar ou amigo portador de deficiência, a média da Atitude Geral antes da intervenção foi de 3,66 e, após a intervenção, diminuiu para 3,56. No geral, não há diferenças significativas ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção em relação à Atitude Geral para nenhum dos grupos.

Os resultados obtidos neste estudo vão contra o que os resultados citados por Campos, Ferreira e Block (2014) onde afirmam que alunos que já tivessem tido contacto prévio com um familiar ou amigo com deficiência tinham atitudes mais positivas face à aceitação da diferença, à alteração de regras e eram mais tolerantes que os que nunca tivessem tido contacto. Contudo, ambas as médias são bastante elevadas e podem ser influenciadas pelo facto de a amostra ser pequena e representar um pequeno grupo.

A tabela 4 apresenta a influência que o nível de competitividade tem nas atitudes dos alunos.

Tabela 4 Nível de Competitividade

	Nível de Competitividade	Intervenção	Média	Desvio Padrão	p
Atitude Global	Muito competitivo	Antes	3,59	0,20	ns
		Depois	3,45	0,13	
	Mais ou Menos competitivo	Antes	3,65	0,29	ns
		Depois	3,60	0,26	
	Não Competitivos	Antes	3,73	-	-
		Depois	3,73	-	
Atitude Geral Face à aula de Educação Física	Muito competitivo	Antes	3,57	0,00	ns
		Depois	3,29	0,40	
	Mais ou Menos competitivo	Antes	3,69	0,24	ns
		Depois	3,57	0,24	
	Não Competitivos	Antes	3,71	-	-
		Depois	3,71	-	
Atitude específica face à alteração de regras	Muito competitivo	Antes	3,63	0,53	ns
		Depois	3,75	0,35	
	Mais ou Menos competitivo	Antes	3,58	0,50	ns
		Depois	3,68	0,49	
	Não Competitivos	Antes	3,75	-	-
		Depois	3,75	-	

ns = não significativo ( $p > 0,05$ )

Analisando o nível de competitividade e a atitude dos alunos verifica-se que antes da intervenção, a média da Atitude Global era de 3,59 para o grupo "Muito Competitivo" e 3,65 para o grupo "Mais ou Menos Competitivo". Após a intervenção, a média da Atitude Global diminuiu para 3,45 no grupo "Muito Competitivo" e para 3,60 no grupo "Mais ou Menos Competitivo". Não foram fornecidos dados sobre o grupo "Não Competitivos". No geral, não há diferenças significativas ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção, em relação à Atitude Global para nenhum dos grupos.

Verificando a Atitude Geral dos alunos face à aula de Educação Física, antes da intervenção, a média da Atitude Geral era de 3,57 para o grupo "Muito Competitivo" e 3,69 para o grupo "Mais ou Menos Competitivo". Após a intervenção, a média da Atitude Geral diminuiu para 3,29 no grupo "Muito Competitivo" e para 3,57 no grupo "Mais ou Menos Competitivo". Não foram fornecidos dados sobre o grupo "Não Competitivos" tendo em conta que foi apenas 1 aluno que respondeu que não era competitivo. No geral, não há diferenças significativas ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção.

Em relação à Atitude Específica face à alteração de regras verifica-se que antes da intervenção, a média da Atitude Específica era de 3,63 para o grupo "Muito Competitivo" e 3,58 para o grupo "Mais ou Menos Competitivo". Após a intervenção, a média da Atitude Específica aumentou para 3,75 no grupo "Muito Competitivo" e para 3,68 no grupo "Mais ou Menos Competitivo". Não foram fornecidos dados sobre o grupo "Não Competitivos". No geral, não há diferenças significativas ( $p > 0,05$ ) entre as médias antes e depois da intervenção em relação à Atitude Específica para nenhum dos grupos. Analisando a competitividade dos alunos, verifica-se que nos alunos muito competitivos a média diminuiu da primeira aplicação para a segunda aplicação na atitude global e na Atitude Geral. Da mesma forma que aconteceu com a variável anterior, a média da atitude específica aumentou da primeira para a segunda aplicação. Os alunos mais ou menos competitivos seguiram o mesmo padrão dos muito competitivos de aumentar a média na Atitude Específica e diminuir na Atitude Geral e Global. Comparando os dois tipos de competitividade verifica-se que os alunos mais ou menos competitivos tem melhores Atitudes Globais e Gerais do que os alunos muito competitivos. Por outro lado, na Atitude Específica os alunos muito competitivos têm melhores atitudes. Os resultados obtidos vão ao encontro de Campos, Ferreira e Block (2014) onde os alunos muito competitivos relataram piores atitudes em relação aos restantes.

Seguidamente, na tabela 5, estão discriminadas as atitudes dos alunos, antes e depois da intervenção, tendo em conta a variável género.

*Tabela 5 A Influência do Sexo nas atitudes dos Alunos*

	Género	Intervenção	Média	Desvio Padrão	p
Atitude Global	Masculino	Antes	3,76	0,21	ns
		Depois	3,76	0,81	
	Feminino	Antes	3,57	0,27	ns
		Depois	3,48	0,25	
Atitude geral face à aula de Educação Física	Masculino	Antes	3,77	0,22	ns
		Depois	3,69	0,12	
	Feminino	Antes	3,61	0,20	ns
		Depois	3,43	0,29	
Atitude Específica face à aula de Educação Física	Masculino	Antes	3,75	0,25	ns
		Depois	3,90	0,14	
	Feminino	Antes	3,50	0,55	ns
		Depois	3,56	0,51	

ns = não significativo ( $p > 0,05$ )

Com base nos dados obtidos em relação à Atitude Global antes da intervenção, a média era superior no género masculino (M=3,76) em relação o género Feminino (M=3,57). Após a intervenção, a média da Atitude Global foi mantida em 3,76 no género masculino enquanto que diminuiu para 3,48 no género feminino.

Observando a Atitude Geral Face à aula de EF Antes da intervenção, a média da Atitude Geral era de 3,77 para o género masculino e 3,61 para o género feminino. Após a intervenção, a média da Atitude Geral diminuiu para 3,69 no género masculino e para 3,43 no género feminino.

Através da observação do Género em relação à Atitude Específica face à alteração de regras, verifica-se que antes da intervenção, a média da Atitude Específica era de 3,75 no género masculino e 3,50 no género feminino, sendo novamente superior no género masculino. Após a intervenção, a média da Atitude Específica aumentou para 3,90 no género masculino e para 3,56 no género feminino.

Verifica-se que foi na atitude específica de alteração de regras onde os alunos tiveram um maior aumento da média, independentemente do género, mesmo que a média do género masculino fosse sempre superior ao género feminino. Contudo a média foi bastante elevada quer no género masculino, quer no género feminino, antes e depois da intervenção.

Um limitador que pode justificar os resultados obtidos é o facto de que o caso hipotético do questionário dar um exemplo um rapaz e não uma rapariga. De acordo com alguns estudos como por exemplo Schwab, Lehofer e Tanzer (2021) parece que o género desempenha um papel importante na participação social de estudantes com NEE. Foram utilizados cenários com personagens femininos/masculinos para avaliar as atitudes em relação aos colegas com deficiência a fim de evitar efeitos de género (por exemplo, meninas podem ter atitudes geralmente mais negativas em relação a meninos em comparação com meninas).

#### **4. Conclusões**

O presente estudo tinha como objetivo verificar se um programa de sensibilização com atividades inclusivas tinha algum impacto nas atitudes dos alunos do 8º ano face à

Educação Física Inclusiva de alunos com deficiência. Assim, foi realizada uma semana com atividades físicas adaptadas de modo a analisar de que forma é que esta semana ia ter impacto nos alunos, através um conjunto de variáveis como “*género*”, “*contacto prévio com pessoas com deficiência*” e “*nível de competitividade*” chegando-se à conclusão de que a intervenção não teve influência positiva acentuada no incremento de atitudes mais positivas nos alunos.

O facto de os alunos já terem tido respostas bastante elevadas na primeira aplicação do questionário e escola já ser uma escola inclusiva, onde se realizam periodicamente atividades que promovem esse sentimento de inclusão, faz com que as respostas sejam bastante positivas.

Coincidindo com o que foi dito por Campos e Ferreira (2014) os alunos portugueses podem ter atitudes altamente positivas mesmo antes da intervenção, presumivelmente porque estes já têm algum conhecimento e experiências com crianças com deficiência em diferentes contextos. O mesmo se confirma pelo facto da turma em análise ter uma aluna com paralisia cerebral o que influencia, sem dúvida, os resultados em relação à Educação Inclusiva.

O Decreto-Lei nº 54/2018 da legislação portuguesa tem como objetivo promover a inclusão de crianças e jovens com deficiência e incapacidade nas escolas, integrando-os no ensino regular. Foi criado com o propósito de garantir a igualdade de oportunidades e o pleno desenvolvimento educativo e social desses alunos, assegurando-lhes o acesso a uma educação de qualidade, em um ambiente inclusivo. O decreto-lei estabelece diretrizes e medidas para a implementação da inclusão, incluindo a adoção de práticas pedagógicas adequadas, a disponibilização de recursos de apoio e a promoção de adaptações curriculares e acessibilidade. Este DL vai dar suporte ao que afirma Campos, Ferreira e Block (2014) onde os alunos com deficiência podem ser incluídos com sucesso na EF quando recebem o apoio adequado, pois não têm nenhum efeito negativo sobre os colegas sem deficiência e tendem a ter atitudes moderadamente positivas em relação aos colegas com deficiência. Lindsay e Edwards (2013) referem ser importante melhorar a conscientização sobre a deficiência, pois as atitudes das crianças são frequentemente influenciadas pelo seu conhecimento.

## 5. Conclusões Finais

O facto do N do estudo ser muito reduzido não dá para aferir que os resultados obtidos sejam representativos da realidade, quer das escolas envolvidas, quer num panorama nacional. Os estudos que foram citados anteriormente tinham uma amostra maior e mais representativa, o que suporta a fiabilidade do estudo em questão.

O facto de na turma haver uma aluna com Paralisia Cerebral e a escola ser bastante inclusiva, promovendo atividades inclusivas há alguns anos, faz com que os alunos tenham atitudes muito positivas e a sua perceção face à EF inclusiva seja boa, antes e depois da semana com atividades inclusivas. Deste modo, a turma do 8ºano está ciente da necessidade e responsabilidade de incluir alunos com deficiência quer nas aulas, quer fora delas, havendo predisposição e comportamentos apropriados para tal.

Embora nos últimos anos tenha havido um incremento de estudos sobre a temática, a inclusão nas escolas ainda é vista como um tabu. Estes estudos visam fornecer evidências e conhecimentos fundamentados para aprimorar o planeamento e implementação de práticas inclusivas, promovendo a igualdade de oportunidades, o respeito à diversidade e o desenvolvimento integral de todos os estudantes. Segundo Anku, Dogbe e Mensah (2021) para garantir a plena participação social dos alunos com deficiência em ambientes inclusivos, deverão ser promovidos mais estudos voltados para as atitudes dos alunos em relação aos colegas com deficiência, uma vez que isso pode ajudar a indagar políticas que ajudem a combater as atitudes negativas que as pessoas com deficiência enfrentam por parte de alguns colegas.

Os resultados obtidos neste estudo são sem dúvida fruto do trabalho desenvolvido pela escola ao longo dos anos. Apenas assim, com persistência e regularidade, é que se consegue ter um corpo estudantil e uma comunidade escolar respeitadora da diferença e com atitudes positivas e verdadeiramente integradoras.

Apesar da realidade escolar ser cada vez mais inclusiva, a temática da inclusão educativa tem ser uma premissa que não se pode descurar, desleixar ou olhar de ânimo leve.

## 6. Referências Bibliográficas

- Anku, F. K., Dogbe, D. S.Q., Mensah, A. K. (2021). Attitudes of non-disabled of non-disabled students towards their peers with disabilities in a inclusive setting in Ghana. *European Journal of Special Education Research*, 7(4), 48-61.
- Block, M. (1995). Development and validation of the Children's Attitudes Toward Integrated Physical Education–Revised (CAIPE–R) inventory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12(1), 60-77.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P, Block, M.E. (2013). Na analysis into the structure, validity, and reliability of the Children's Attitudes towards Integrated Physical Education- revised (CAIPE-R). *European Journal of Adapted Physical Activity*, 6(2), 29-37.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P, Block, M.E. (2014). Influence of an awareness program on portuguese middle and high school students' perception of peers. *Psychological Reports*, 115(3), 897-912.
- Campos, M. J., & Ferreira, J. (2017). Aferição da aptidão física em jovens com síndrome de down. *Debates em Educação*, 9(17), 17.
- Duarte, E. R., Rafael, C. B. D. S., Filgueiras, J. F., Neves, C. M., & Ferreira, M. E. C. (2013). Estudo de caso sobre a inclusão de alunos com deficiência no Ensino Superior. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 19(2), 289-300.
- Freire, P. (2001). Carta de Paulo Freire aos professores. *Estudos avançados*, 15, 259-268.
- Horta, M. R. (2016). *A inclusão nas aulas de educação física: a relação da competição e da cooperação com as crenças de controlo. (Tese de Mestrado)*. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Faculdade de Educação Física e Desporto. Lisboa

Lindsay, S. & Edwards, A. (2013). A systematic review of disability awareness interventions for children and youth. *Disability and Rehabilitation*, 35(8 ), 623 - 646 .

Hutzler, Y. & Levi, I. (2003). Attitudes toward the participation of individuals with disabilities in physical activity: a review. *Quest*, 55, 347-373.

Portugal. Decreto-lei n.º54/2018. Publicado a 6 de julho de 2018. Diário da República Série I de 2018-07-06, 2918 –2928.

Solera, B., Flores, P. P., Anversa, A. L. B., da Silva Caraçato, Y. M., de Souza, V. D. F. M., & Junior, C. H. (2021). Percepções de atletas paralímpicos sobre a inclusão social por meio do esporte. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (42), 655-661.

## Considerações Finais

O estágio a que demos corpo revelou-se um momento fundamental na construção da nossa identidade enquanto profissionais de educação. Foi sem dúvida uma experiência profundamente enriquecedora tanto a nível profissional como pessoal. Exigente, desafiador, estruturante e enriquecedor, eis alguns dos adjetivos que caracterizaram este EP.

Este processo de formação foi encarado como um enorme desafio, uma como uma oportunidade única para adquirir conhecimentos e desenvolver competências, de modo a que progressivamente a nossa ação ganhasse mais solidez e segurança.

Muito embora extremamente gratificante, não podemos afirmar que se tratou de uma tarefa fácil, pois muitas vezes tivemos de lidar com as nossas limitações, enfrentar dificuldades e cansaços que poderiam levar-nos a desanimar ou perder o entusiasmo nesta caminhada de formação. Foi uma caminhada longa e por vezes dura, mas sempre na companhia dos orientadores que nos ajudaram a ultrapassar medos e inseguranças.

Crescer enquanto profissional da área do desporto, acreditar e defender o ideal do desporto para todos e a importância da prática desportiva como ferramenta indispensável “para o exercício de uma cidadania plena, ativa e criativa na sociedade da informação e do conhecimento em que estamos inseridos” como refere o PASEO (Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória), assim como promover o respeito pela diferença, por meio da prática desportiva, foi para nós uma prioridade.

Este estágio permitiu-nos viver experiências únicas lado a lado com a desigualdade e experienciar momentos de superação de barreiras, graças a atividades integradoras da diversidade.

Concluindo, pudemos provar aos nossos alunos, através da aula de Educação Física, que todas as barreiras podem ser ultrapassadas com trabalho, resiliência, luta e vontade de vencer e que as dificuldades devem ser encaradas como um estímulo para avançar em direção à meta desejada.

## Referências Bibliográficas

- Bettencourt, D. (2023). *Idade relativa na educação física. (Dissertação de Doutorado)*. Instituto Piaget. Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada
- Bento, J. O. (1987). *Desporto “matéria” de ensino*. Lisboa: Editorial Caminho.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa, Livros Horizonte.
- Bossle, F. (2002). Planeamento de ensino na educação física-uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8(1), 31-39.
- da Costa, F. C. (2010). Educação física: Disciplina dispensável versus disciplina imprescindível como ultrapassar a situação paradoxal que caracteriza a educação física. *Revista brasileira de docência, ensino e pesquisa em Educação Física*, 2(1), 91-110.
- Escudero, J.M. (2011). Dilemas éticos de la profesión docente. *CEE. Participación Educativa*, 16, 93-102
- Estrela, M. T., & Caetano, A. P. (2017). *Ética profissional docente. Do pensamento dos professores à sua formação*. Lisboa: Educa.
- Évora, S. R. F. (2005). *Análise de planos de aula dos estagiários da FCDEF—um estudo comparativo dos elementos do currículo (Bachelor's thesis)*. Univeridade de Coimbra. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.
- Ferreira, J. D. S. (2012). *Perfil da formação continuada e autoavaliação de competências docentes na Educação Física Escolar*.
- Haydt, R. C. (2008). *Avaliação: conceito e princípios*. São Paulo: Ática, 7-15.

- Juste, P. R. (2000). La evaluación de programas educativos: conceptos básicos, planteamientos generales y problemática. *Revista de Investigación Educativa*, 18(2), 261-287.
- Leite, N. D. O. G. (2023). A Relevância do Estágio Curricular Supervisionado na Formação Docente. *Diversitas Journal*, 8(1).
- Nobre, P.R (2009). Contributos para uma avaliação curricular da escola: a avaliação do PCE. *Comunicação apresentada no X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação: Investigar, Avaliar, Descentralizar*. Instituto Politécnico de Bragança.
- Piéron, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas. *INDE Publicaciones*.
- Portugal. (S.d.). *Aprendizagens essenciais Educação Física- Anexo III*
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Determinants of Feedback Retention in Football players [Abstract]. *Book of In the World Congress on Science & Football*.
- Silva, F. C. T., de Moraes, M. P., Campos, M. J., & Ferreira, J. P. (2023). Um olhar sobre a formação contínua de docentes de Educação Física na perspetiva inclusiva em Portugal. *Debates em Educação*, 15(37), e15111-e15111
- Silva, A. F. D. (2014). *Análise do perfil do profissional contabil: exigências do mercado de trabalho e formação académica*
- Silva, G. C. S., Oliveira, N. C. R., Medeiros, B. L., Araújo, F. G. C., & Anacleto, F. N. A. (2019). Educação Infantil na BNCC: análise e contextualização do componente curricular educação física. *Temas em educação física escolar, Rio de Janeiro*, 4(1), 97-116.
- Silva, L. (2023). *O professor Harger em Santa Isabel*.

Snoxell, E. (2014). *The effect of teaching styles upon skill improvement and perceived enjoyment in badminton in year 7 boys*. Investigative Research Report. Cumbria, UK: University of Cumbria.

Thébault, J. (2014). A transmissão profissional: processo de elaboração de interações formativas em situação de trabalho. Uma pesquisa realizada junto à equipe de cuidados em saúde de um Centro Hospitalar Universitário. *Laboreal*, 10(2), 83–87.

## **Legislação**

Portugal. Decreto-Lei n.º 43/2007. Publicado em 22 de fevereiro de 2007. Diário da República, Série I, n.º 38/2007, p.1320-1328.

Portugal. Decreto-Lei n.º240/2001. Publicado a 30 de agosto de 2001. Diário da República n. 201 – I Série A. Ministério da Educação, Lisboa.

Portugal. Decreto-Lei n.º139/2012. Publicado a 5 de julho de 2012. Diário da República Série I de 2012-07-05, 3476 -3491

Portugal. Decreto-lei n.º55/2018. Publicado a 6 de julho de 2018. Diário da República Série I de 2018-07-06, 2928 – 2943

Portugal. Despacho Normativo n.º10-A/2018. Publicado a 19 de junho de 2018. Diário da República n.º 116/2018, 1º Suplemento, Série II, 4-6

# ANEXOS





Plano Aula nº 59					
Professor: Rodrigo Vieira Cruz		Data: 13 de março de 2023		Hora: 15:25 – 16:15	
Ano/Turma: 8ºE	Semestre: 2º	Local/Espaço: Pavilhão			
Nº da aula: 59	Nº da aula da UD 4 de 14	UD: Andebol	Duração da aula: 50 minutos		
Nº de alunos previstos: 17		Nº de alunos dispensados: 01			
Função didática: Introdução e exercitação					
Recursos materiais: 12 bolas, 8 cones, 2 balizas, 1 rede alvo KIPSTA, 4 arcos, 3 coletes vermelhos, 4 coletes azuis e 4 amarelos					
Objetivos da aula: Introdução do remate em apoio. Exercitação ao passe de ombro, passe picado, receção e posição base					
Sumário: Introdução do remate em apoio. Exercitação ao passe de ombro, passe picado, receção e posição base					
	Tempo		Tarefas	Descrição da tarefa /Organização	Componentes Críticas/ Critérios de Êxito/ Objetivos específicos
	T	P			
Parte inicial	15:25 - 15:30	5'	<b>Chegada dos alunos equipados o pavilhão e início de aula</b>	Os alunos terão cinco minutos para se equipar e para se aglomerar ao pé do professor no pavilhão.	CE: Os alunos mantêm-se em silêncio, ouvem com atenção as instruções do professor
	15:30 - 15:32	2'	<b>Preleção Inicial</b>	Os alunos deverão estar de pé em meia-lua à frente do professor. Neste momento o professor irá explicar os objetivos para a aula. 	<b>O.E.:</b> Os alunos devem estar de pé à frente do professor em meia-lua a ouvir atentamente o professor e se compreende os objetivos da aula. <b>C.E.:</b> Os alunos devem responder acertadamente às perguntas do professor.
	15:32 - 15:33	1'		Distribuição dos coletes e organização do 1º exercício	
	15:33 - 15:39	6'	Aquecimento específico  Passe e receção	<b>2º Exercício</b>  2 a 2 com bola; execução de passe de ombro, receção e devolução com passe de ombro (alunos parados);  2 a 2 com bola; execução de passe picado, receção e devolução com passe picado (alunos parados);  2 a 2 com bola; alterar a execução do passe (ombro e picado) e a distância entre os alunos (alunos em movimento).  2 a 2 com bola; alterar a execução do passe (ombro e picado), driblar 1 ou 1 vezes e alterar a distância entre os alunos (alunos em movimento).	<b>C.E.:</b> Realização dos exercícios propostos de acordo com as componentes críticas <b>O.E.:</b> introdução do passe de ombro e picado, posição e receção, <b>C.C.:</b> <b>Passe picado-</b> Braço no prolongamento da linha dos ombros; Ângulo entre o braço e o antebraço superior a 90º, com a bola ligeiramente acima do plano da cabeça; Pega da bola realizada pelos dedos sem contacto com a palma da mão; "Armar" o braço; Arremessar a bola com um movimento rápido do antebraço e do pulso; A bola deve ressaltar no solo antes de chegar ao colega  <b>Passe de ombro-</b> Braço no prolongamento da linha dos ombros; Ângulo entre o braço e o antebraço superior a 90º, com a bola ligeiramente acima do plano da cabeça; Pega da bola realizada pelos dedos sem contacto com a palma da mão; "Armar" o braço; Arremessar a bola com um movimento rápido do antebraço e do pulso; Dirigir a bola para o peito do colega.  <b>C.C.:</b> <b>Posição Base:</b> Abaixamento do centro de gravidade; Pés afastados à largura dos ombros; Pernas semi-flectidas; Peso do corpo distribuído pelas duas pernas; Cabeça levantada; Tronco ligeiramente inclinado à frente; Ligeira tensão muscular; Para melhor velocidade de reação não deve ser estática deve ser alta, média e baixa.  <b>C.C.:</b> <b>Receção:</b> Avançar para a bola, com o tronco ligeiramente inclinado para a frente, fixando o olhar na sua trajetória; controlar a bola com as duas mãos, com os

				<p>polegares na sua parte posterior e amortecer o movimento da bola, fletindo os braços; O termo utilizado para caracterizar este movimento é "concha".</p>
12:39 - 13:47	8'	Jogo dos 10 passes.	<p><b>2º Exercício</b></p> <p>Dividir a turma em 4 equipas. Duas equipas em cada meio-campo fazem o jogo dos 6 passes. A primeira equipa a fazer 6 passes pontua. Cada jogador pode ter a bola na mão no máximo 3 segundos. Os jogadores no máximo podem dar 3 passos com a bola na mão antes de passar a bola. Não se pode passar a bola ao colega que recebeu a bola.</p> <p>Rodar 3x as equipas para que todas joguem contra todas.</p>	<p><b>C.E.:</b> conseguir realizar os 6 passes sem a defesa interceptar a bola e somar o máximo de pontos possível. <b>O.E.:</b> execução do passe e da receção com oposição</p>
16:47 - 16:55	8'		 <p>Duas filas onde os alunos passam a bola para o colega Pivot, recebem a bola novamente, escolhem um lado (caso necessário podem driblar para se aproximar da baliza e rematam em apoio. Os alunos devem acertar nos alvos da baliza. Ganha o aluno que acertar mais vezes com a bola nos alvos. Após um aluno rematar deve assumir a posição de pivot e o pivot vai buscar a bola e segue para a fila, junto ao meio campo. Num dos campos estará a rede KIPSTA como alvo e no outro campo haverá 4 arcos a fazer de alvos.</p> <p><b>4º Exercício</b></p>	<p><b>C.E.:</b> Realização dos exercícios propostos de acordo com as indicações do professor; acertar mais vezes nos alvos. <b>O.E.:</b> Introdução do remate em apoio. Execução do passe e receção <b>C.C: Remate em Apoio:</b> Armar o braço no final do primeiro passo e rematar após o terceiro; Rotação do corpo; O ombro e a perna devem apontar para a baliza; Extensão/adição do braço muito rápida; Rápida flexão da mão. Rematar para fora do alcance do guarda-redes.</p>
15:55 - 16:02	7'	Jogo 3x3 + GR	<p>Jogo 3x3 + guarda-redes.</p> <p>Os jogadores deverão realizar pelo menos 5 passes antes de rematar a bola à baliza. Deverão ocupar o espaço do campo racionalmente, procurando sempre o espaço corredor. A posição de guarda-redes será trocada mediante indicação do professor.</p> <p>As equipas que marcarem mais golos em cada campo irá jogar uma contra a outra, bem como as que marcaram menos.</p> <p>Se sobrar algum aluno este deverá assumir a função de árbitro.</p> <p>Apenas se pode realizar o remate em apoio.</p>	<p><b>C.E.:</b> Realização dos exercícios propostos de acordo com as indicações do professor; marcar mais golos que o adversário. <b>O.E.:</b> Execução do passe, da receção, da ocupação racional do espaço e do remate em apoio. <b>O.E.: defesa:</b> estar sempre entre o adversário e a baliza. impedir que o adversário realize remates à baliza sem oposição. Tentar interceptar bolas entre passes. <b>O.E.: Ataque:</b> Após receber a bola o jogador deve verificar se existe oponente entre si e a baliza. Caso não haja deve dirigir-se até ela de forma a rematar, caso não apareça defesa, entretanto. Se isto acontecer ele deverá procurar uma linha de passe para passar a bola ou mudar a direção para fugir da oposição. Se o jogador quando receber a bola verificar que tem adversário entre si e a baliza este poderá: driblar, fintar e passar a bola.</p>

				
16:02 - 16:05	3'	Retorno à calma	Exercício de Alongamentos dirigidos pelo professor, onde os alunos o acompanham.	<p><b>C.E.:</b> Realizar os alongamentos corretamente seguindo as instruções do professor. Responder acertadamente às perguntas.</p> <p><b>O.E.:</b> Diminuição da Frequência Cardíaca e respiratória</p>
16:05 - 16:15	10'	Final da aula e regresso ao balneário	Os alunos deslocam-se para o balneário para trocar de roupa e fazer a sua higiene pessoal.	<b>C.E.:</b> Os alunos abandonam a aula de forma ordeira e procedem a sua higiene pessoal

**Equipas:**

- Sem col
- Amarelo
- Azul: D
- Vermelho

Nome dos alunos

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

A aula iniciará com 5 minutos para os alunos trocarem de roupa e se aglomerarem à frente do professor, em meia-lua, de forma a que nenhum aluno esteja atrás de outro e o professor tenha alcance visual sobre todos.

Posteriormente, o professor fará uma reflexão sobre os conteúdos abordados na aula anterior de forma a lembrá-los das componentes técnicas introduzidas.

De seguida, para economizar tempo, o professor distribuirá os coletes, formando 4 equipas que se manterão durante o resto da aula.

O primeiro exercício visa a ativação específica para a modalidade de andebol e a exercitação do passe e da receção. Optei por escolher esta atividade pelo facto de permitir que os alunos passem bastante tempo em contacto com a bola, permitindo uma melhor exercitação dos movimentos técnicos.

O segundo exercício tem os mesmos objetivos do anterior. Neste caso, a escolha deveu-se à necessidade de os alunos terem de adaptar o passe consoante a posição de defesa do colega, servindo assim para treinarem não só o passe, como também as deslocções e a oposição ao colega que tem a bola. Pelo facto de não ser possível passar

a bola para o mesmo jogador de quem se recebeu, implica que o portador da bola procure outros jogadores em campo, técnica também treinada neste momento da aula.

O terceiro exercício tem como principal objetivo a introdução do remate em apoio. Foram colocados alguns alvos para os alunos atingirem, de forma a tornar o exercício mais interessante, aproveitando ainda para exercitarem a precisão na altura do remate. Do mesmo modo, ao adicionar o pivot no exercício, pretendo começar a introduzir algumas posições do andebol.

No final da aula, os alunos jogarão 3x3 em meio-campo, com guarda-redes, precisamente para o professor poder tecer algumas considerações relativas ao posicionamento dos jogadores em campo, bem como exercitar não só as técnicas anteriormente introduzidas (passe e receção), mas também o remate em apoio, elemento essencial da aula em questão.

A aula terminará com uma sessão de alongamentos dirigida pelo professor que aproveitará o tempo para questionar os alunos relativamente aos conteúdos introduzidos.

Os alunos seguirão para o balneário para trocar de roupa e tomar banho.





Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Project: 622100-EPP-1-2020-1-ES-SPO-SCP



## Certificado de Participação

Certifica-se que

**Rodrigo Vieira Cruz**

Participou da Ação de Formação do MOOC Opportunity: fostering social inclusion and gender equality in formal and nonformal educational contexts through applying traditional sports and games, no âmbito do Programa Erasmus+, realizada na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, no dia 25 de abril de 2023, perfazendo o total de 25 horas.

Coimbra, 25 de abril de 2023.

  
Paulo Colinho de Araújo  
FCDEF.UC

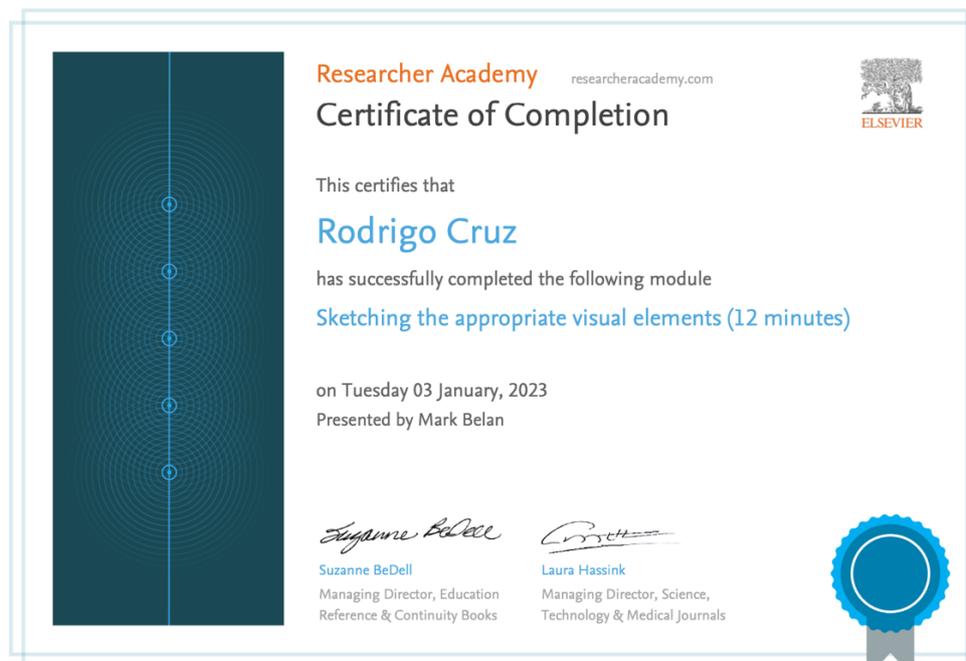
  
Ana Rosa Jáqueira  
FCDEF.UC

  
Artur Romão Pereira  
FCDEF.UC



INEFC





Anexo XI certificado "A guide to visual abstracts"



Anexo XII certificado "Creating a Visual Abstract"



## CERTIFICADO

O Comité Olímpico de Portugal confere o presente Certificado a

**Rodrigo Cruz**

pelo trabalho desenvolvido na promoção da Educação Olímpica através da implementação do projeto **Olimpíada Sustentada – a equidade não tem género**

Lisboa, 2 de junho de 2023



José Manuel Constantino  
Presidente do  
Comité Olímpico de Portugal



[www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt](http://www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt)



## DIPLOMA

**Rodrigo Vieira Cruz**

apresentou a parte investigativa do respetivo Relatório de Estágio no XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, sobre o tema **Inovação e Tecnologias em Educação Física**.

Coimbra, 28 de abril e 5 de maio de 2023

A coordenadora do MEEFEBS

Assinado por: **ELSA MARIA FERRO RIBEIRO DA SILVA**  
Num. de identificação: 05333351  
Data de emissão: 13/06/2023 10:40:10Z

 CHAVE MÓVEL

(Prof.ª Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

Organização: Mestrado em Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário