

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Hugo Dos Santos Costa
2020146171

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO
PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA
ESCOLA SECUNDÁRIA C/3º CICLO D.
DINIS JUNTO DA TURMA 8ª A NO ANO
LETIVO 2021/2022**

TEMPO DE PRÁTICA MOTORA NA LECIONAÇÃO DE
MODALIDADES DESPORTIVAS COLETIVAS

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

JULHO de 2022

Hugo Dos Santos Costa
2020146171

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
C/3º CICLO D. DINIS JUNTO DA TURMA 8ª NO ANO
LETIVO 2021/2022**

**TEMPO DE PRÁTICA MOTORA NA
LECIONAÇÃO DE MODALIDADES
DESPORTIVAS COLETIVAS**

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

Orientador: Prof. Doutor Raul A. Martins

Coimbra, Julho de 2022

Costa. H. (2022). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária c/3ºciclo D. Dinis junto da turma 8.ªA no ano letivo de 2021/2022*. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal.

Compromisso de originalidade do documento:

Hugo Dos Santos Costa aluno nº2020146171 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constituiu um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo n.º 27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº400/219, 6 de maio.

Assinatura

(Hugo dos Santos Costa)

Agradecimentos

“Ninguém vence sozinho, nem no campo, nem na vida!” (Papa Francisco).

Nem sempre foi fácil o percurso desta caminhada, a qual apenas foi possível concretizar com o apoio dos que me rodeiam.

Começo por agradecer aos meus pais e à minha irmã que desde início apoiaram e depositaram total confiança nos objetivos académicos por mim traçados. Sem eles não seria possível, e por isso deixo-lhes um agradecimento especial por todo o apoio que sempre me proporcionaram em momentos de maior dificuldade, assim como pelo orgulho que demonstraram nos momentos de êxito.

Seguidamente, quero agradecer aos meus orientadores: Prof. Doutor Raul Martins e Professora Joana Nogueira, por todos os conhecimentos transmitidos ao longo do presente ano letivo.

Sendo este um longo percurso, desde cedo foi evidente uma grande proximidade com o núcleo de estágio, particularmente com a Professora cooperante Joana Nogueira. Assim sendo, quero agradecer-lhe por toda a partilha, compreensão e apoio fornecido, que, sem dúvida, teve um papel predominante na minha evolução, quer a nível pessoal quer a nível profissional. Também às minhas colegas de estágio, e em especial, à Salomé Mendes pela amizade, pelo apoio constante e por alegrar cada dia do nosso estágio.

Ao Grupo Disciplinar de Educação Física, aos auxiliares de ação educativa e a todos os professores da Escola Secundária C/3ºCiclo D. Dinis com os quais tive o prazer de privar, por me terem integrado tão bem, fazendo-me sempre sentir como parte integrante do grupo.

Aos meus alunos, da turma A do 8ºano, que contribuíram para o meu desenvolvimento profissional, agradeço toda a disponibilidade e empenho manifestado, desejando-vos toda a sorte para o vosso futuro, quer a nível profissional como pessoal.

Aos meus amigos: Henrique, Daniel, Nelson, André, Hélder, Bárbara, Daniela, Vanessa, Lúcia, Alexandra, Filipa, Joana, Marta e Inês por toda amizade, apoio e momentos de alegria, que contribuíram para que este percurso fosse mais fácil, fazendo-me ver sempre o caminho certo a seguir.

A todos os professores que estiveram desde cedo presentes na minha formação, em especial ao Professor Marco Moutinho, por me mostrar realmente o gosto pela Educação Física.

Por fim, quero agradecer ao meu Avô, por todos os ensinamentos e valores transmitidos, por vibrar e celebrar comigo todas as conquistas, por me mostrar que há sempre força para lutar contra qualquer desafio que nos seja colocado pela frente ao longo da vida, por isso, um muito obrigado.

“Algumas pessoas gostariam que algo acontecesse. Algumas desejam que aconteça. E outras fazem acontecer.”

(Michael Jordan)

Resumo

O presente Relatório de Estágio corresponde à conclusão do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, resultando de uma análise crítica e reflexiva da intervenção realizada no decorrer do Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária com 3º Ciclo D. Dinis, junto da turma A, do 8º ano, no ano letivo 2021/2022.

O Estágio Pedagógico é o momento de desenvolvimento de uma prática pedagógica através da aplicação de todos os conhecimentos adquiridos durante a formação académica. No presente relatório serão descritas tanto as estratégias implementadas como as experiências vividas.

A supervisão do Estágio Pedagógico foi realizada por dois professores: a Professora Orientadora da respetiva escola e o Professor Supervisor da FCDEF-UC.

A estruturação deste Relatório de Estágio divide-se em três capítulos: O capítulo I, que tem como objetivo apresentar a contextualização da prática pedagógica, descrevendo as expectativas iniciais e a caracterização do contexto; o Capítulo II, que se encontra dividido em quatro temas (Atividades de Ensino Aprendizagem; Organização e Gestão Escolar; Projetos e Parcerias Educativas; Atitude Ético-profissional); e o Capítulo III, que se destina à apresentação do tema-problema, intitulado “Tempo de prática motora na lecionação de unidades didáticas coletivas”. Como principais resultados, emergem para um maior tempo de prática ao longo da lecionação nos dois momentos de aula, quer na de 50’ como na de 100’.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Física, Estágio Pedagógico, Tempo de Prática motora, Análise Crítica, Análise Reflexiva

Abstract

This Internship Report corresponds to the conclusion of the master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sports Sciences and Physical Education of the University of Coimbra, which results from a critical and reflective analysis of the intervention during the Pedagogical Internship developed at Escola Secundária com 3º Ciclo D. Dinis, with class A, from the 8th year, in the academic year 2021/2022.

The Pedagogical Internship is the moment of development of a pedagogical practice through the application of all the knowledge acquired during the entire academic training, and this report will describe the strategies implemented and the lived experiences.

The supervision of the Pedagogical Internship was carried out by two teachers, the Guiding Teacher from the respective school and the Supervisor Teacher from FCDEF-UC.

The structure of this Internship Report is divided into three chapters: The chapter I, aims to present the contextualization of pedagogical practice, describing initial expectations and the characterization of the context; Chapter II is divided into four themes (Teaching-Learning Activities; School Organization and Management; Educational Projects and Partnerships; Ethical-Professional Attitude); Chapter III is intended for the presentation of the theme-problem, entitled "Time of motor practice in the teaching of collective didactic units". As main results, emerge to a longer time of practice throughout the teaching in both classes (50' and 100').

KEYWORDS: Physical Education, Teacher Training, Motor Practice Time, Reflective Analysis, Critical Reflective

Índice

Índice de tabelas.....	XII
Índice de gráficos	XIII
Índice de anexos	XIV
Lista de Abreviaturas.....	XV
Introdução	1
Capítulo I – Contextualização Da Prática.....	2
1. Expetativas Iniciais.....	2
1.1. Dimensão Profissional e Ética.....	2
1.2. Participação na Escola.....	2
1.3. Desenvolvimento e Formação Profissional	3
1.4. Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem.....	3
2. Caracterização do contexto.....	4
2.1. A Escola.....	4
2.2. O núcleo de estágio.....	6
2.3. Grupo Disciplinar	7
2.4. Os Orientadores	8
2.5. A turma	9
Capítulo II – Análise reflexiva sobre a prática pedagógica.....	10
Área 1 - Atividades de ensino-aprendizagem.....	10
1. Planeamento	10
1.1. Plano Anual	11
1.2. Unidades Didáticas	13
1.3. Planos de Aula	15
2. Realização.....	17
2.1. Instrução	18
2.2. Gestão	21
2.3. Clima / Disciplina.....	23
2.4. Decisões de ajustamento.....	24

3. Avaliação	25
3.1. Avaliação Formativa Inicial	25
3.2. Avaliação Formativa.....	27
3.3. Avaliação Sumativa.....	28
3.4. Autoavaliação	30
4. Intervenção Pedagógica no Ensino Secundário	30
Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar	33
Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas.....	35
Área 4 – Atitude Ético-profissional.....	37
Capítulo III - Aprofundamento do Tema Problema	39
1. Introdução	41
2. Revisão da Literatura.....	42
3. Metodologia.....	44
4. Procedimentos metodológicos.....	44
Caracterização da Amostra.....	44
5. Instrumentos	45
6. Procedimentos	45
7. Apresentação de Resultados	46
8. Discussão	48
9. Conclusão	49
Referências Bibliográficas.....	50
Capítulo IV – Considerações Finais.....	51
Referências bibliográficas.....	52
Anexos.....	55

Índice de tabelas

Tabela 1- Instalações da instituição.....	5
Tabela 2-Instalações desportivas da instituição.....	6
Tabela 3- Reflexão - Plano Anual	13
Tabela 4-Reflexão - Unidades Didáticas	15
Tabela 5-Reflexão- Planos de Aula	17
Tabela 6-Reflexão- Instrução	20
Tabela 7-Reflexão- Gestão	22
Tabela 8-Reflexão -Clima / Disciplina.....	24
Tabela 9-Reflexão - Avaliação Formativa Inicial	26
Tabela 10-Reflexão - Avaliação Formativa.....	28
Tabela 11-Reflexão- Avaliação Sumativa.....	29
Tabela 12-Reflexão- Autoavaliação	30
Tabela 13-Reflexão-Intervenção Pedagógica no Ensino Secundário.....	32
Tabela 14-Reflexão- Atividades de Organização e Gestão Escolar	34
Tabela 15-Valores de observação de Voleibol	46
Tabela 16-Valores de observação de Voleibol	46
Tabela 17-Valores de Observação de Corfebol.....	47
Tabela 18-Valores de Observação de Corfebol.....	47
Tabela 19-Valores de Observação de Rugby	47

Índice de gráficos

Gráfico 1- Efeito Funil	42
Gráfico 2- Amostra do Estudo	45

Índice de anexos

Anexo 1- Extensão de conteúdos.....	56
Anexo 2- Modelo de Plano de aula	57
Anexo 3- Avaliação Formativa Inicial	59
Anexo 4- Ficha de Autorregulação.....	60
Anexo 5- Avaliação Sumativa	62
Anexo 6- Descritores de Avaliação	63
Anexo 7- Teste de Avaliação.....	64
Anexo 8- Ficha de Autoavaliação	68
Anexo 9- Cartaz de Divulgação da Atividade "Escola Sem Barreiras"	70
Anexo 10- Cartaz de Divulgação da Atividade "D.Dinis a Pedalar"	71
Anexo 11- Questionário de Satisfação	72
Anexo 12- Certificado no âmbito do projeto “Olimpíada Sustentada; ninguém deve ser deixado para trás”	73
Anexo 13- Certificado de Participação no “Encontro(s) da psicologia e da educação – Brincar no Séc. XXI”.....	74
Anexo 14- Certificado de Participação no FICEF.....	75
Anexo 15- Auxílio em tarefas necessárias "Limpeza do pavilhão"	76
Anexo 16- Atividades de solidariedade- “Carta para a Ucrânia”	77

Lista de Abreviaturas

EF – Educação Física

EP – Estágio Pedagógico

DT – Diretor de Turma

FCDEF – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

NE – Núcleo de Estágio

GDEF – Grupo Disciplinar de Educação Física

MEC – Modelo de Estruturas do Conhecimento

NEE – Necessidades Educativas Especiais

PNEF – Plano Nacional de Educação Física

UD – Unidade Didática

PA – Plano Anual

CPCJ – Comissões de Proteção de Crianças e Jovens

PIEF – Programa Integrado de Educação e Formação

CEF – Cursos de Educação e Formação

PCA's – Percursos Curriculares alternativos

Introdução

O Estágio Pedagógico (EP) corresponde à etapa final do ciclo de estudos, assumindo-se também como a etapa mais importante no que diz respeito à formação inicial de docente. É nesta fase que se colocam em prática e em contexto real, todos os conhecimentos adquiridos e desenvolvidos durante o percurso académico.

O presente documento surge no âmbito da Unidade Curricular Relatório de Estágio, constituinte do plano de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), e tem como objetivo apresentar os contextos e experiências vividas no decorrer do Estágio, juntamente com uma análise reflexiva sobre as diferentes áreas e domínios abordados.

O Estágio Pedagógico foi realizado junto da turma A do 8º ano de escolaridade da Escola Secundária c/3ºciclo D. Dinis, no decorrer do ano letivo 2021/2022. O Núcleo de Estágio era composto por três professores estagiários com a orientação da Professora cooperante Joana Nogueira e do Professor orientador Doutor Raul Martins.

Este documento encontra-se dividido em 3 capítulos: Capítulo I – A Contextualização da Prática Desenvolvida; Capítulo II – Análise Reflexiva Sobre a Prática Desenvolvida; Capítulo III – Apresentação do tema-problema, cujo título do estudo é “Tempo de prática motora na lecionação de modalidades desportivas coletivas”.

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA

1. Expectativas Iniciais

O EP corresponde ao início da formação na área docente. Existem dúvidas, medos e a ansiedade prévias quando se reflete sobre a questão da intervenção pedagógica, contudo, espera-se que essas adversidades sejam superadas através do compromisso de evolução das dimensões Profissional, Ética e Pessoal.

1.1. Dimensão Profissional e Ética

Em relação à dimensão Profissional e Ética, é muito importante que um professor de Educação Física, que tem essencialmente a função de ensinar e promover aprendizagens adequadas a todos os alunos, deva também implementar o gosto pela prática de atividade física nos seus alunos, de modo a conseguir despertar-lhes o interesse e a motivá-los no decorrer do ano letivo. Tendo em vista esse desiderato, o professor deve colocar em prática todo o seu conhecimento acumulado durante a formação académica, assim como inovar as suas aulas de forma que estas se revelem mais atrativas.

Durante o decorrer do Estágio, o principal objetivo é proporcionar uma aprendizagem positiva a todos os alunos, tentando ter sempre presente uma boa relação professor/aluno, assim como proporcionar um bom ambiente durante as aulas. Assim sendo, serão postos em prática os conhecimentos adquiridos até aos dias de hoje de modo a promover a inclusão de todos os alunos, e transmitir determinados valores, tais como, autonomia, responsabilidade, empenho, dinamismo, entre outros.

1.2. Participação na Escola

Quanto à participação na escola, objetiva-se criar uma relação saudável tanto com o coordenador/orientador de estágio, como com todos os docentes, alunos e pessoal não docente. A criação de uma boa relação é indispensável para um ambiente positivo, levando mais facilmente à aquisição de conhecimento e aprendizagens que serão uteis no decorrer do estágio pedagógico.

Assim, espero ter a oportunidade de me poder envolver também em alguns projetos desenvolvidos pela escola, de modo a conseguir ter uma melhor perceção de

como estes funcionam adquirindo novos conhecimentos e experiências, tais como o desporto escolar, ou os saraus ginnodesportivos.

Espero também, no decorrer deste ano letivo, adquirir novos conhecimentos e aprendizagens, assim como novos métodos de trabalho, através da convivência com os restantes docentes e com os colegas estagiários.

1.3. Desenvolvimento e Formação Profissional

Durante o Estágio pretende-se corrigir e aprimorar as dificuldades que vão surgindo devido à falta de experiência. Como forma de superar essas dificuldades estarei sempre disposto a receber auxílio, a ouvir os *feedbacks* do coordenador e, de uma forma autónoma, através de investigação, melhorando assim o meu conhecimento.

Para que possa evoluir enquanto profissional, acredito que o trabalho de equipa é fundamental. Para isso, quer a discussão quer a partilha de conhecimentos e de experiências com os restantes colegas estagiários e professores, irão certamente contribuir para a minha evolução como profissional.

Outro fator que considero bastante importante diz respeito às reuniões com o orientador, pois será neste momento que irá ocorrer *feedback* e reflexão entre todos, de modo a perceber que erros podem estar a ser cometidos e quais as respetivas resoluções.

1.4. Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem

Em relação ao desenvolvimento do ensino e da aprendizagem, uma das dificuldades que o professor pode encontrar no decorrer do ano letivo é o compromisso dos alunos. Estes podem ser muito empenhados, permanecendo motivados no decorrer do ano, ou verificar-se o contrário. No entanto, no decorrer do estágio, pretendo criar aulas cativantes de modo a promover o interesse dos alunos pela educação física, mantendo-os motivados em todas as unidades didáticas. Para isso, tentarei criar estratégias que se adequem à variação do foco de interesse de cada aluno, uma vez que nem todos apresentam as mesmas preferências relativamente às unidades didáticas.

Para que haja desenvolvimento, tanto a relação professor/aluno como as relações entre os próprios alunos deve ser positiva. Assim, proponho-me procurar estabelecer, desde início, um clima de aula que seja sempre satisfatório, promovendo a motivação e a

integração de forma idêntica para todos os alunos, levando a um processo de aprendizagem mais eficiente.

O momento de planeamento é crucial, uma vez que deve ser tido em conta cada aluno individualmente, assim como as suas dificuldades. Este fator leva a que se verifique uma necessidade de criar estratégias de ensino de modo a integrar todos os alunos na aula, permitindo-lhes superar dificuldades e promovendo a sua evolução.

2. Caraterização do contexto

A caracterização do contexto permite que os docentes possam adotar estratégias e tomar decisões ajustadas às necessidades dos alunos, com o objetivo de promover as aprendizagens estabelecidas nos programas curriculares (Decreto-Lei n.º 240/2001).

Deste modo, a contextualização tem como objetivo auxiliar o leitor a compreender as estratégias e ações apresentadas ao longo do relatório, assim como fundamentar a tomada de decisão quanto ao Planeamento, Intervenção Pedagógica e Avaliação.

2.1. A Escola

A formação inicia-se através do EP, na qual, a escolha do local é realizada de forma prévia ao início do mesmo. Esta seleção é crucial para obter conhecimento relativamente ao nível e à qualidade do local onde será realizado o estágio.

A Escola Secundaria Com 3º ciclo D. Dinis, intitulada inicialmente por Escola Secundária da Pedrulha, localiza-se na freguesia de Eiras e São Paulo de Frades, na periferia norte da cidade de Coimbra, caracterizando-se por uma tripla periferização – geográfica, social e escolar.

A sua atividade iniciou-se em 1986, em que foram lecionados no primeiro ano apenas os 7ºs, 8ºs e 9ºs anos de escolaridade. Nos anos seguintes, estendeu-se ao ensino secundário: numa primeira fase apenas ao 10º ano e, seguidamente, aos 11º e 12º anos.

Atualmente, a população escolar é constituída por cerca de 589 alunos, distribuídos pelos 3ºciclo e ensino secundário, através do ensino regular ou profissional. Os alunos são provenientes de aldeias adjacentes ou de bairros sociais problemáticos da cidade, sendo 10% da população estudantil tutelada (Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), Tribunal de Menores, Instituições de Acolhimento). De forma a conseguir responder às necessidades educativas exigidas, a escola oferece formações

alternativas, visando o sucesso de todos através do funcionamento de turmas de Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF), Cursos de Educação e Formação (CEF) ou turmas de Percursos Curriculares alternativos (PCA's). Relativamente às instalações e equipamentos, a escola é constituída por seis blocos, A, B, C, D, E, F, estando todas as salas equipadas com um computador e um projetor. São realçadas também algumas instalações para além das apresentadas, que são importantes para as ligações efetivas como afetivas da comunidade escolar (Tabela 1).

Tabela 1- Instalações da instituição

Instalações da Escola Secundaria Com 3º ciclo D. Dinis	
1 pequeno Auditório (lotação aproximadamente de 70 lugares)	2 Salas da Educação Especial
1 Sala de Dança	2 Sala de Reuniões
1 Biblioteca Escolar	1 Sala de Atividade Física
1 Refeitório	1 Sala de Professores
1 Bar de Alunos	1 Loja do Aluno (papeleria e reprografia)
1 Loja do Aluno (papeleria e reprografia)	1 Salas de Diretores de Turma
1 Secretaria	1 Sala de Diretores de turma

A Escola Secundaria com 3º ciclo D. Dinis dispõe, para a prática de Educação Física, de diferentes espaços, tanto interiores como exteriores (Tabela 2). O pavilhão desportivo e a sala de dança correspondem aos espaços interiores. O pavilhão é dividido em três espaços distintos, apresentando duas balizas fixas, seis tabelas de basquetebol, cinco bancos suecos e ainda outro material tal como redes e postes móveis, que se destinam à lecionação das diferentes modalidades nos distintos espaços. A sala de dança encontra-se equipada para a lecionação da modalidade com uma parede em espelhos, duas colunas e três bancos suecos.

No espaço exterior existem dois campos. Um deles é composto por uma caixa de areia com pista de atletismo e postes de voleibol. Nas imediações existem dois balneários, duas salas de arrumos e um local para a prática de exercício físico, com material de

ginásio. O segundo campo é constituído por terra e ausente de marcação, no qual constam duas balizas fixas.

A disponibilização destes espaços, faz com que não se verifiquem constrangimentos no que diz respeito ao processo de ensino-aprendizagem dos alunos, uma vez que se pode encontrar uma turma por cada espaço e o material sempre disponível para a leção.

Tabela 2-Instalações desportivas da instituição

Instalações Desportivas	
Interiores	1 Pavilhão
	1 Sala de Dança
	1 Sala de Ginásio
Exteriores	2 Campos Desportivos
	1 Pista de Atletismo

2.2. O Núcleo de Estágio

O Núcleo de Estágio (NE) da Escola Secundaria Com 3º ciclo D. Dinis é composto pelo Professor orientador da Faculdade, pela Professora cooperante e por três Professores estagiários. Cada professor estagiário, através de um breve diálogo, decidiu qual a turma que iriam ser escolhidas para a realização deste Estágio: duas turmas de 8ºano e uma de 7º ano.

Relativamente ao NE, embora todos os estagiários tivessem frequentado o primeiro ano de Mestrado, não havia qualquer ligação entre nós o que, numa fase inicial, dificultou o trabalho colaborativo, pois cada um apresentava métodos e ritmos diferentes de trabalho. Já no decorrer do estágio essas dificuldades foram colmatadas, através da partilha de ideias e experiências vividas. A reflexão em conjunto levou a um ambiente de muita cooperação, com o objetivo de promover e aperfeiçoar o método de ensino.

De realçar ainda o papel predominante da Professora cooperante, que desde início nos incentivou a trabalhar em conjunto, mostrando os benefícios no decorrer do ano que daí advinham.

As reuniões realizavam-se todas as segundas-feiras e quartas-feiras de manhã quer para o esclarecimento de dúvidas assim como para realçar pontos positivos, realizando ainda sugestões de melhoria sobre a semana transata. Este revelou-se como um momento muito importante na medida em que eram abordadas todas as inseguranças e dificuldades. Outro momento de partilha acontecia no final de cada aula de cada estagiário, no qual se partilhou o *feedback* relativamente a pontos positivos e aspetos a melhorar em cada aula, com o objetivo de aperfeiçoar o método de lecionação.

2.3. Grupo Disciplinar

O grupo disciplinar de Educação Física (GDEF), está inserido no Departamento de Expressões. Este é constituído por nove professores de EF e três professores estagiários.

Este grupo é responsável pelas práticas que se desenvolvem no pavilhão, por todos os momentos de prática desportiva e também pela definição e adequação do plano de estudos para cada ano de escolaridade.

A existência deste grupo permitiu a ocorrência de uma grande evolução na nossa formação, devido à flexibilidade dos professores para cooperar, disponibilizando sempre a hipótese de observação das suas aulas e para o esclarecimento de dúvidas que pudessem surgir. Estes momentos levaram à ocorrência da oportunidade de partilha de experiências, quer em momentos formais quer em momentos informais.

Durante o ano letivo, o grupo disciplinar realizou diversas reuniões, nas quais, numa fase inicial, o objetivo era tomar decisões relativamente ao início do ano letivo. Este primeiro contacto com o grupo foi muito importante, uma vez que foi o primeiro momento de interação com os restantes professores, os quais demonstraram uma enorme disponibilidade para o trabalho cooperativo.

As reuniões proporcionam ainda outro momento no qual foi possível o desenvolvimento a nível profissional, graças ao trabalho em conjunto entre todos os professores inseridos no grupo disciplinar como pelas experiências e saberes partilhados nas reuniões.

É ainda de realçar, os momentos de organização e de realização de atividades e projetos educativos desenvolvidos no decorrer do ano letivo, destacando a interajuda e a capacidade de trabalho em equipa do grupo disciplinar.

2.4. Os Orientadores

Segundo Leal & Henning (2009), o supervisor tem a tarefa de supervisionar, com o objetivo de inculcar nos agentes educativos, o propósito de realizar uma autorreflexão recorrente sobre as suas práticas educacionais, fazendo com que este pense nas possíveis modificações na sua intervenção, quer em contexto de aula como também sobre si e a sua pessoa no contexto educacional.

De encontro com o mencionado, e juntamente com o que está definido pelo guia de estágio, existiu acompanhamento por dois orientadores no decorrer do ano letivo, um da escola - a professora cooperante, e um orientador da faculdade.

A professora cooperante a nível interventivo, teve um papel muito relevante na nossa integração na comunidade escolar, assim como no processo de desenvolvimento das competências referentes à lecionação. Durante o ano letivo, a professora esteve sempre presente nas aulas, realizando no final de cada uma, uma pequena reunião com o objetivo de referir os aspetos menos positivos e as dificuldades sentidas para que fosse possível realizar uma reflexão dos reajustes necessários para que, numa próxima oportunidade, não fossem cometidos os mesmos erros. Aconteciam ainda, reuniões duas vezes por semana, proporcionando dois momentos adicionais nos quais era realizada uma reflexão mais aprofundada da intervenção pedagógica e eram estabelecidas estratégias a utilizar nas aulas seguintes, de modo a colmatar falhas prévias.

Por sua vez, o professor orientador da faculdade, teve um papel importante na realização de tarefas inerentes ao estágio, tais como a orientação e organização do tema-problema e do relatório de estágio. Realizou ainda observações referentes às aulas ao longo do ano letivo, disponibilizando assim uma opinião adicional sobre a intervenção pedagógica realizada. Sempre que necessário e possível, ocorriam também reuniões para esclarecimento de dúvidas.

2.5. A turma

No decorrer de uma reunião prévia ao início do ano letivo, a professora cooperante apresentou as três turmas pela quais era responsável. Após esta apresentação, e de uma forma cordial, chegamos a acordo relativamente à distribuição das mesmas. Posteriormente, cada estagiário participou nas reuniões de conselho de turma da respetiva turma, com o objetivo de adquirir maior quantidade de informação sobre os alunos para além daquela já fornecida pela professora cooperante. Duas das turmas já tinham sido da responsabilidade de professores estagiários no ano anterior, orientados também pela professora cooperante.

Neste caso, a turma do 8ºA, na qual foi desenvolvido o EP, é constituída por 18 alunos, sendo 7 do sexo feminino e 12 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos.

Ao nível de nacionalidades, 15 alunos apresentam nacionalidade portuguesa, 1 nacionalidade brasileira, 1 nacionalidade suíça e 1 nacionalidade paquistanesa.

Outro ponto a salientar é a presença de um aluno com Necessidades Educativas Especiais (NEE), frequentando apenas algumas disciplinas, estando a Educação Física (EF) incluída, na qual o aluno apresenta uma grande capacidade e aptidão física.

Após a reunião do conselho de turma, na qual foram adquiridas diversas informações sobre os alunos que se revelaram importantes para a realização do planeamento, o NE elaborou e aplicou um questionário direcionado para a área da EF. Foi então possível obter a informação de que a grande maioria da turma já tinha praticado algum tipo de atividade física fora do contexto escolar. Outro aspeto observado dizia respeito aos alunos que praticaram ou praticam desporto federado que apresentavam uma média de dois treinos semanais, sendo a modalidade mais praticada o futebol.

Com a restante informação obtida no questionário, foi possível concluir que os alunos apresentavam um bom reportório motor, demonstrando-o no decorrer do ano letivo. Ao nível de comportamento, a turma, numa fase inicial, nem sempre facilitava o processo de ensino-aprendizagem pelo ainda inexistente hábito referente ao método utilizado pelo professor. Ao longo do período letivo, os alunos da turma demonstraram uma cooperação crescente, melhorando o comportamento e facilitando o processo de ensino e a intervenção do professor.

Assim sendo, e de uma forma geral, a turma apresenta um comportamento positivo, demonstrando uma grande disponibilidade e interesse pela prática desportiva. Ainda assim, é necessário motivá-los ao longo de todo o período de lecionação para que seja possível chegar ao fim com uma motivação contínua por parte dos alunos pela disciplina. É importante ainda que tenham a percepção da ocorrência de evolução mesmo nas modalidades com as quais apresentavam mais dificuldades.

Capítulo II – Análise reflexiva sobre a prática pedagógica

Área 1 - Atividades de ensino-aprendizagem

Esta área destina-se à exposição das estratégias que foram aplicadas no decorrer do ano pelo professor estagiário a nível do planeamento e da intervenção, com o objetivo de que o aluno consiga sempre atingir o sucesso no processo de aprendizagem.

Quina (2009) refere que a lecionação de uma disciplina assenta em três grandes domínios: a preparação, mais especificamente todo o planeamento do ensino; a realização, que se caracteriza pela condução do ensino através da lecionação das aulas; e por último, a análise e avaliação, que engloba os processos de ensino e das aprendizagens dos alunos. Assim sendo, podemos entender que a área mencionada é fulcral para o docente e para a sua formação, uma vez que é através da aplicação destes domínios que este poderá evoluir enquanto profissional.

Seguidamente, serão abordados os domínios e os subdomínios mencionados através de um enquadramento teórico sobre cada um deles. Posteriormente será descrita a experiência, mencionando as dificuldades vivenciadas ao longo do ano letivo assim como a realização de uma reflexão sobre os métodos utilizados para solucionar essas dificuldades.

1. Planeamento

Segundo Matos (2010), é o planeamento que faz com que seja possível orientar o processo de ensino, proporcionando a evolução das aprendizagens dos alunos de forma significativa. De forma semelhante, Dillion et al. (2006) referem que se a prática for acompanhada por um planeamento adequado e apropriado, oferece aos alunos a

oportunidade de desenvolverem os seus conhecimentos e as suas competências, tendo um valor adicionado relativamente às experiências vividas em sala de aula.

É possível verificar que esta dimensão apresenta uma enorme relevância no sentido em que é através da mesma que se promovem as condições necessárias para que as dimensões seguintes apresentem qualidade.

Assim, o planeamento pode ser repartido em três níveis: macro, meso e micro. O macro refere-se ao plano anual, o meso às unidades didáticas e o micro ao plano de aula. Estes três níveis devem complementar-se, pois, numa fase inicial é realizado o plano anual (PA), quando são definidas as unidades didáticas a abordar. Posteriormente elaboram-se as unidades didáticas juntamente com a extensão de conteúdos (Anexo 1) da mesma. Por fim o plano de aula, que deve ser elaborado com base nas etapas referidas anteriormente. Conclui-se assim, que para se realizar um planeamento adequado às necessidades dos alunos, o professor terá de utilizar todos os níveis mencionados.

O processo relativo ao planeamento revelou-se como um dos maiores desafios sentidos, devido à existência de uma experiência reduzida. Contudo, no desenrolar do ano letivo, verificou-se uma melhoria uma vez que houve familiarização com o processo. Como indica Januário (1996) o plano anual tem de ser flexível, dada a necessidade de este ter de ser adaptado consoante o contexto.

1.1. Plano Anual

Para Quina (2009) é no plano anual que o professor começa por perspetivar o ano letivo, construindo uma ideia geral das suas intenções pedagógicas. Assim, o conteúdo do Plano Anual serve como base para a construção dos restantes documentos, uma vez que é nele que se encontra a informação principal. Estas informações dizem respeito às normas da disciplina, à caracterização dos recursos (humanos, materiais e temporais) da escola, à caracterização da turma, à ocupação de espaço no pavilhão, às tarefas definidas para os alunos que não realizam aula prática, à sequenciação e extensão de conteúdos por modalidade, e à enunciação de estratégias de aprendizagem.

O professor, como indica Januário (1996), poderá ter a necessidade de adaptar o planeamento consoante o contexto apresentado. Desta forma, no momento de elaboração, definiu-se que no decorrer do ano letivo haveria a possibilidade de realizar alterações caso fosse necessário. Na elaboração do planeamento anual, foram tidos em conta os espaços disponíveis e a rotação dos mesmos, uma vez que existem modalidades

específicas por espaço. Assim o objetivo seria existir sincronização entre todos os professores para que a mesma UD não fosse lecionada simultaneamente, de forma que toda o material necessário estivesse disponível.

Relativamente ao modelo de planificação a ser utilizado, o mesmo foi apresentado pela professora cooperante, correspondendo ao modelo de planificação por blocos.

Nas primeiras reuniões de estágio, em conversa com o professor cooperante, discutiu-se qual seria o modelo a utilizar, ficando definido que utilizaríamos o modelo de planificação por blocos. Este modelo, segundo Rosado (2002), é delineado pelo *roulement* e permite uma melhor organização e abordagem dos conteúdos.

A duração dos blocos das matérias foi definida com base num conjunto de normas impostas pela escola e pelo GDEF, como o *roulement*, assim como de acordo com os recursos disponíveis, tanto espaciais como materiais, uma vez que estas duas condicionantes iriam influenciar a lecionação.

Por fim, para a estruturação do PA, o grupo disciplinar e o Núcleo de Estágio decidiram, de forma consensual e metodológica, os objetivos anuais, a duração dos blocos de matérias e a seleção das matérias a lecionar.

Conclui-se assim que a produção do PA representa um papel fundamental para auxiliar o professor na organização e gestão, fazendo com que o mesmo tenha uma visão geral de todo o ano letivo, como também demonstra ser um auxílio na medida em que funciona como um guia para este se orientar e realizar uma gestão competente durante todo o ano (Tabela 3).

Tabela 3- Reflexão - Plano Anual

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<p>✓ Restruturação do planeamento conforme as dificuldades e adversidades que vão surgindo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Análise dos conteúdos programáticos; ✓ Definir matérias com base nas necessidades e possibilidades; ✓ Definir os objetivos quer gerais como específicos de cada matéria; ✓ Definição dos momentos e tipos de avaliação.

1.2. Unidades Didáticas

De acordo com Bento (1998), “as unidades didáticas são partes integrantes e fundamentais do programa de uma disciplina, pois constituem-se unidades integrais do processo pedagógico e apresentam ao professor e aos alunos etapas bem distintas do processo de ensino – aprendizagem”.

Assim sendo, estas representam um instrumento importante para a planificação, organização e lecionação de cada matéria, garantindo que o processo de aprendizagem dessa modalidade é bem-sucedido. A existência das UD é necessária para que o professor se possa basear em objetivos precisos, de modo a transmitir conhecimentos e competências aos alunos.

As Unidades Didáticas têm como finalidade orientar a intervenção pedagógica do professor de modo que os alunos cumpram com os objetivos estabelecidos para cada matéria, através da adequação dos conteúdos pelos níveis de desempenho dos alunos, e de forma que estes consigam ter perceção ao longo do ano letivo da sua própria evolução.

Assim sendo, a elaboração das UD foi realizada previamente ao início de cada modalidade. Esta elaboração teve como objetivo preparar e auxiliar na lecionação das mesmas. As UD foram realizadas com base no Programa Nacional de Educação Física do 3ºCiclo e pelas Aprendizagens Essenciais. Estas revelaram-se como um instrumento

de suporte no momento de planificação, organização e lecionação, pois através delas foi possível garantir que o processo de aprendizagem dos alunos fosse efetuado com sucesso.

Assim, foi decidido realizar o Modelo de Estruturas do Conhecimento (MEC) para as várias matérias lecionadas. Segundo Vickers (1990), este modelo tem como propósito ajudar o professor na planificação, sendo possível identificar nele três fases distintas: análise, decisão e aplicação de conhecimentos, tendo sempre em conta o contexto em que se está inserido. Numa fase inicial, o professor analisa a modalidade, o contexto em que se encontra inserido e a sua turma. Após esta análise, o professor define os conteúdos que irá abordar com os objetivos que pretende que sejam atingidos pelos alunos, assim como o método de avaliação e os métodos de aprendizagem que serão utilizados. Por último, ocorre a fase de aplicação de conhecimentos, que se caracteriza como o momento de lecionação da aula no qual é efetuado um balanço final de todo este processo.

De forma a seguir a lógica da progressão referida, o MEC apresenta-se como uma ligação entre a planificação e a metodologia de ensino da matéria a lecionar. No entanto, a imprevisibilidade encontrada em contexto de aula, pode levar a que esta sofra alterações.

As UD foram definidas pelo GDEF, sendo apresentadas pela professora cooperante. Após esta apresentação, cada professor estagiário foi responsável por adaptar a modalidade ao nível da sua turma. As unidades apresentadas foram: voleibol, badminton, ginástica de solo e de aparelhos, corfebol, patinagem e orientação. A construção destas modalidades foi realizada segundo o PNEF e as aprendizagens essenciais, seguindo as orientações dos mesmos documentos consoante o ciclo de ensino das turmas em questão. Visto que cada turma tem um nível de aptidão diferente para cada modalidade, os objetivos propostos pelos documentos em causa, nem sempre foram os mais adequados. Assim conclui-se que o planeamento deve ser obrigatoriamente flexível, uma vez que pode ser necessário realizar alterações relativamente ao nível de aptidão apresentado no momento da avaliação formativa inicial (Tabela 4).

Tabela 4-Reflexão - Unidades Didáticas

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Planeamento das unidades didáticas de acordo com a aptidões dos alunos, não nos baseando apenas no PNEF e nas Aprendizagens Essenciais. ✓ Definição dos objetivos consoante o contexto vivenciado. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Análise do Plano Anual, das Aprendizagens Essenciais e do PNEF; ✓ Partilha de conhecimentos e experiências com o NE; ✓ Realização da Avaliação Formativa Inicial ✓ Definição de situações de aprendizagem que promovessem a evolução dos alunos; ✓ Definição dos métodos e estilos de ensino; ✓ Definição de estratégias por dimensão de ensino; ✓ Reflexão no final de cada UD.

1.3. Planos de Aula

Após o Plano anual e as Unidades Didáticas surge então plano de aula que representa a última tarefa a realizar na fase do planeamento. De acordo com Siendentop (2008), a aula é o momento em que ocorre a concretização da ação após a contextualização do pensamento do professor, exigindo que a mesma seja bem preparada e organizada. É nesta fase que o professor deve ter especial atenção e cuidado, para que consiga aplicar o que foi previamente planeado. O plano de aula, pode necessitar de adaptações para atingir sucesso no desenvolvimento dos alunos.

Siendentop (2008) assume ainda que as aulas devem garantir um tempo de empenho motor elevado, e uma motivação e estimulação dos alunos de forma que estes sejam participativos e autocríticos no decorrer da aula, assim como uma apresentação clara e objetiva dos objetivos pretendidos de modo a proporcionar na turma um clima positivo e favorável à aprendizagem e evolução dos alunos.

Bento (1987), refere que o plano de aula corresponde à delineação de como esta deve ser realizada, apresentando-se como uma imagem estruturada efetuada com decisões fundamentadas. Um plano de aula deve ser claro, objetivo, coerente e flexível

encontrando-se sempre adequado tanto aos recursos disponíveis como às características da turma.

Tendo em consideração a informação mencionada anteriormente juntamente com o modelo do plano de aula facultado no primeiro ano de mestrado (Anexo 2), reconstruiu-se o mesmo através da realização de um plano de aula prático, coerente e completo, com o objetivo de proporcionar uma leitura fácil e eficaz. Segundo Bento (2003), o plano está dividido em três fases com base numa sequência lógica: a parte inicial, a parte fundamental e a parte final.

Passando à definição de cada fase e indo ao encontro de Bento (1998), este indica que a parte inicial destina-se à apresentação dos objetivos da aula, realizando uma interligação com os conteúdos abordados nas aulas anteriores, e à ativação motora juntamente com a mobilização articular através de um aquecimento geral ou específico. Em relação à parte fundamental, esta destina-se à concretização das funções didáticas definidas para a aula juntamente com os objetivos preestabelecidos através de uma sequência lógica de tarefas que devem ser ajustadas aos diferentes níveis da turma. Por último, a parte final, destina-se a um retorno à calma e a um balanço final.

Para além das três fases mencionadas, existe ainda previamente o cabeçalho, que é composto pela contextualização da sessão, com o nome do professor, o número da aula, o número da aula da unidade didática, data e hora, o ano e turma correspondente, o respetivo período, o local e a duração da aula, a unidade didática a lecionar, a função didática, o material necessário para a leção e, por último, os objetivos da aula. Já posteriormente às três fases, existe um espaço destinado à fundamentação das decisões tomadas.

Conclui-se assim que, tal como as restantes etapas de planeamento, também o plano de aula está sujeito a reajustes devido a acontecimentos inesperados, pelo desempenho dos alunos no momento de prática, fator que leva a que por vezes o plano de aula não seja cumprido na sua totalidade (Tabela 5).

Tabela 5-Reflexão- Planos de Aula

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Adequação do tempo da tarefa, mantendo uma boa dinâmica do exercício. ✓ Escolha adequada dos exercícios conforme o nível psicomotor. ✓ Capacidade de adaptação no momento de lecionação. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desenvolvimento dos conhecimentos teóricos e práticos da matéria; ✓ Partilha de conhecimentos e experiências com o NE; ✓ Momentos de reflexão realizados posteriormente ao decorrer da aula juntamente com o NE; ✓ Desenvolvimento de planos de aula flexíveis o suficiente para permitir reajustamentos;

2. Realização

A realização surge após o planeamento, sendo esta a fase em que tudo o que foi planeado pelo professor é colocado em prática no momento de lecionação das aulas. É nesta fase que o professor tenta cumprir com o processo ensino-aprendizagem.

Segundo Siedientop (1998): “um professor eficaz conduz os seus alunos de modo a diminuir as perturbações e a aumentar o tempo consagrado à aprendizagem. Se um professor não se preocupa nem tem por objetivo a aprendizagem dos seus alunos, o seu papel circunscreve-se ao de um animador ou dinamizador de atividades desportivas convenientemente remunerado e, com sorte, consegue que os alunos se divirtam sem colocar em causa a sua integridade física.”

De acordo com o supramencionado, no momento da intervenção pedagógica, o objetivo do docente é colocar em prática tudo o que está planeado, com o propósito de obter sucesso no processo ensino-aprendizagem. Deste modo o professor tem como objetivo oferecer aos seus discentes as melhores condições possíveis de aprendizagem. Apenas é possível atingir esse feito, se forem colocados em prática todos os conhecimentos e capacidades adquiridas ao longo da formação referentes às técnicas de intervenção pedagógica, estando nelas inseridas várias dimensões como a instrução, a

gestão, o clima e a disciplina, que apresentam certa complexidade e estão diretamente relacionadas com o sucesso dos alunos (Nobre (2015); Decreto-Lei n.º 17/2016; Jacineto et al., 2001).

Quando estas dimensões são aplicadas de forma adequada, vão proporcionar um benefício aos alunos quer a curto como a longo prazo.

De seguida, serão exibidas as quatro dimensões de intervenção pedagógica mencionadas anteriormente concomitantemente com uma reflexão sobre a experiência durante a realização do estágio pedagógico.

2.1. Instrução

Esta dimensão consiste no método que o professor tem para explicar aos alunos a realização das tarefas e os objetivos a atingir, servindo ainda para chamar a atenção dos alunos de forma que estes possam corrigir as falhas existentes nas execuções, o que faz dela imprescindível para a evolução das aprendizagens dos alunos quando é utilizada em momento pertinente.

De acordo com Siedentop (2008), a instrução manifesta-se pelos comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica que compõem certa parte do repertório do professor para fornecer informação diretamente relacionada com os objetivos e conteúdos de ensino.

Siedentop (2008) assume ainda que a instrução só é eficaz quando esta é compreendida de forma correta pelos alunos, ou seja, é necessário que os alunos compreendam realmente o que o professor pretende transmitir.

Segundo Piéron (1999), esta dimensão é das mais usadas no momento da intervenção pedagógica, pois está associada tanto às preleções iniciais como às finais, à demonstração, ao *feedback* e ao questionamento.

De acordo com os autores mencionados, conclui-se que esta dimensão só é eficaz quando os alunos a interpretam de forma correta, proporcionando mais tempo de prática e empenho nas tarefas, sendo necessário que os alunos compreendam o que é pedido pelo professor (Tabela 6). Deste feito, tentou-se ao longo das aulas desenvolver esta dimensão, sempre com o propósito de alcançar um processo de ensino-aprendizagem mais eficiente, e para isso foram definidas algumas estratégias tais como comunicar de forma mais objetiva e sucinta possível, sendo esta fundamentada com o conhecimento das matérias, dos objetivos, dos conteúdos, dos exercícios propostos e as suas componentes críticas.

Outra estratégia utilizada foi a realização de uma comunicação de acordo com as características da turma e dos alunos, como a utilização da demonstração como um auxílio à instrução fornecida.

Assim de acordo com o referido, distinguindo as diferentes técnicas utilizadas na intervenção pedagógica da instrução, a preleção surge como a parte fundamental da aula, sendo um dos pontos mais trabalhados no decorrer do EP. A preleção foi usada mais frequentemente na parte inicial e final da aula. No início do ano letivo, embora o pretendido fosse realizar uma preleção simples e objetiva, por vezes não foi possível, por diversos motivos, tais como a inclusão das componentes críticas, que por vezes os alunos não tinham conhecimento das mesmas, levando a um discurso mais demorado de modo a explicar aos alunos para que no decorrer das aulas não fosse necessário a repetição das mesmas. Contudo estas preleções mais explicativas acabavam por ter resultado posteriormente tendo mais tempo útil para a prática, visto que a informação já tinha sido fornecida anteriormente.

Já a preleção final ocorreu ao mesmo tempo dos alongamentos, aproveitando para realizar uma análise da aula na qual foram indicados os aspetos positivos e negativos. Por vezes, devido ao desgaste físico provocado pela aula ou pelas conversas paralelas existentes, a realização do balanço final tornou-se mais difícil de realizar, uma vez que os alunos não se encontravam tão focados.

Nos momentos de apresentação das tarefas pretendidas, para além da informação fornecida, em que foi reforçada a organização, os objetivos e as componentes críticas da aula, foi também realizada uma demonstração, de forma a alertar os alunos para os aspetos mais importantes (Schmidt, 1991). Contudo, por vezes, esta demonstração era realizada por um aluno ou até mesmo pelo professor de forma que os alunos captassem a informação fornecida, assim como uma imagem do que se pretendia.

No momento em que os alunos se encontram em tarefa, a informação fornecida pelo professor vai incidir no desempenho do aluno, sendo esta designada por *feedback*. O *feedback* pode variar consoante o seu objetivo, direção, forma e atividade, de acordo com o momento em que é realizado: antes, durante ou após a realização; ou também tendo em conta as necessidades sentidas.

Rosado e Mesquita (2009), caracterizam o *feedback* como uma mais-valia para o professor no processo de interação pedagógica. Assim, embora com algumas dificuldades, optou-se por adotar uma postura bastante ativa nas aulas, procurando

fornecer o máximo de *feedback* de forma constante aos alunos. Quando se revelou pertinente, o *feedback* foi fornecido de acordo com a observação efetuada, de forma que fosse possível corrigir os erros praticados por parte dos alunos, mas também para reforçar as tarefas bem desempenhadas. Esta capacidade de observação resulta da circulação pelos espaços de aula que proporciona um maior controlo das execuções, uma mais elevada perceção dos comportamentos de desvio, do nível de motivação dos alunos e do grau das necessidades apresentadas.

No que diz respeito ao ciclo do *feedback*, Piéron (1986) afirma que para este ser completo, o docente deve observar e identificar o erro, e posteriormente tomar a decisão se deve ou não reagir no momento. Caso opte por intervir, este deve fornecer um *feedback* ficando a observar o aluno nas próximas ações com o intuito de verificar se obteve resultado. Caso o mesmo não resulte, o professor deve optar por voltar a intervir até que o aluno consiga captar o que é pretendido com o *feedback*.

Tabela 6-Reflexão- Instrução

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidade de comunicação com os alunos; ✓ Capacidade de realizar uma preleção mais simples e objetiva; ✓ Fornecer <i>feedbacks</i> mais eficazes, aplicando-os, verificando se o mesmo tiveram o objetivo pretendido e se necessário, voltar a intervir; ✓ Capacidade de circulação pelo espaço. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Restruturação do discurso; ✓ Partilha de conhecimentos e experiências com o NE; ✓ Acompanhamento do <i>feedback</i>; ✓ Desenvolvimento de conhecimento teórico e pratico da matéria; ✓ Realização de momentos de reflexão após a aula, com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

2.2. Gestão

Segundo Siedentop (2008), a organização e gestão eficaz de aula tem como objetivo minimizar os comportamentos de desvio e maximizar o tempo útil para o ensino e a prática.

Piéron (2005) defende que o empenho motor dos alunos nos exercícios revela-se um fator fundamental para facilitar as aprendizagens.

Com base nos autores, podemos afirmar que nesta dimensão é necessário desenvolver as capacidades relativamente à organização da aula e à organização do material na transição entre exercícios, mas também na preparação dos mesmos, diminuindo assim o tempo de espera e proporcionando conseqüentemente maior tempo útil de prática (Tabela 7).

Como indica Mesquita (2000), “Toda a gestão do tempo feita pelo professor irá influenciar positiva ou negativamente o processo de aprendizagem dos alunos”.

A gestão para docentes menos experientes é um ponto frágil, uma vez que a ocorrência de comportamentos de desvio pode destabilizar a dinâmica da aula e, caso o professor não consiga lidar com a situação, pode colocar em causa todo o planeamento efetuado.

Posto isto, estiveram presentes no decorrer do estágio as dificuldades mencionadas anteriormente. Numa fase inicial, diversos alunos não cumpriram o horário definido o que, por si só, comprometeu o planeamento efetuado, uma vez que, após iniciada a aula, teria de ser realizada uma explicação posteriormente e com isso estaria a perder-se tempo útil de aula. No entanto, esta dificuldade deixou de se verificar ao longo do ano letivo devido ao compromisso dos alunos. Outro aspeto no qual se sentiu dificuldade, relativamente à gestão, correspondeu à transição entre exercícios, que se verificou mais longa do que o esperado. Embora se tenha tentado que a transição fosse curta, esta nem sempre ocorreu dessa forma uma vez que se verificaram comportamentos de desvio. Tanto os dois pontos referidos anteriormente, assim como outros, foram rapidamente resolvidos com a implementação de estratégias e rotinas nos alunos, de forma que o tempo de prática motor fosse o mais longo possível. Assim optou-se por realizar estratégias gerais e específicas. Relativamente às estratégias gerais, estabeleceu-se que as tarefas deveriam ser adequadas ao espaço disponível e à sua complexidade; além disso, procedeu-se à realização de um estudo prévio da matéria que iria ser lecionada de forma a ser possível realizar *feedbacks* específicos; o aquecimento das aulas de cem

minutos foi mais elaborado enquanto que as aulas de cinquenta minutos foram mais dinâmicas e específicas; o material foi disponibilizado em espaço apropriado antes do início da aula; e o material foi recolhido pelos alunos.

Já ao nível de estratégias específicas, dependendo da matéria em questão, os grupos eram heterogéneos numa fase inicial, de forma a promover um trabalho mais colaborativo e de entreaajuda entre os colegas; posteriormente realizaram-se grupos por níveis de desempenho.

A gestão da aula foi efetuada ao mesmo tempo que o planeamento, de forma que fosse possível desenvolver dinâmicas adequadas ao nível do desempenho motor dos alunos. Assim, nesta fase, definira-se as tarefas assim como o tempo destinado para cada uma delas.

Tabela 7-Reflexão- Gestão

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidade de realizar transições mais rápidas; ✓ Utilização de exercícios nos quais o empenhamento motor seja de acordo com o nível de desempenho dos alunos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realização prévia do plano de aula; ✓ Preparação prévia do material; ✓ Definição prévia dos grupos de trabalho; ✓ Definição de tarefas de acordo com o nível de desempenho; ✓ Desenvolvimento de conhecimento teórico e pratico da matéria; ✓ Realização de momentos de reflexão após à aula com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

2.3. Clima / Disciplina

As duas dimensões pedagógicas, o clima e a disciplina, são apresentadas simultaneamente uma vez que se encontram interligadas. Um bom clima será responsável por proporcionar uma boa disciplina. Contrariamente, a indisciplina, levará a um clima negativo. Ambas as dimensões são influenciadas pela qualidade da gestão e da instrução pedagógica.

Como Siedentop (2008) indica, um sistema com uma organização eficaz juntamente com boas estratégias disciplinares irá proporcionar um clima que favorece a aprendizagem.

Segundo Santos (2016), estabelecer regras permite aos alunos ter a percepção de quais os comportamentos que são ou não adequados em contexto de aula, levando-os a agir de forma adequada. De acordo com Siedentop (1998), para existir um bom controlo da disciplina é importante a utilização de estratégias positivas, de modo a desenvolver comportamentos apropriados, como regras e rotinas e um clima de aula positivo, responsável por promover o desenvolvimento dos alunos.

À semelhança das restantes áreas, foi estabelecido um conjunto de regras e estratégias a utilizar. No início do ano, optou-se desde logo por estabelecer regras de segurança no momento da prática, de modo que a segurança dos alunos fosse garantida. Paralelamente, optou-se também por criar uma relação positiva com a turma, de modo a intervir consoante as suas necessidades, e de forma que os alunos se sentissem mais predispostos para a realização das tarefas propostas. No âmbito da criação dessa relação positiva, foi necessário conhecer os interesses, motivações e dificuldades dos alunos.

Quanto às dinâmicas implementadas, procurou-se desde o início do ano implementar que, na fase inicial da aula, o aquecimento iria ser realizado através de jogos dinâmicos, de modo a criar laços entre os alunos e promovendo um clima motivador (Tabela 8). Já no que diz respeito ao momento de gestão, foram definidos grupos de trabalho. Numa fase inicial, estes grupos eram heterogéneos, de forma a promover o espírito de cooperação entre os alunos. Quanto ao nível da instrução, optou-se por adotar uma linguagem adequada às características da turma.

No que diz respeito ao clima, optou-se por ir ao encontro de Silva (2010), que refere que o docente deve saber diferenciar quais os comportamentos que devem ser ignorados daqueles que necessitam de intervenção.

Tabela 8-Reflexão -Clima / Disciplina

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidade de adaptar a nossa leção perante o contexto que estamos inseridos, tendo uma postura mais rígida ou mais benevolente. ✓ Capacidade de gerir os conflitos entre alunos; ✓ Capacidade de gerir o nível de competitividade dos alunos; 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definição de regras de segurança; ✓ Contacto visual com os alunos; ✓ Adoção de uma postura de autoridade na aula; ✓ Adoção de um posicionamento central e mais próximo dos alunos; ✓ Avisar quando ocorriam comportamentos que comprometessem a integridade física dos alunos; ✓ Realização de momentos de reflexão posteriormente à aula com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

2.4.Decisões de ajustamento

Bento (2003) indica que “o professor deve ter a capacidade de reagir e adaptar-se às condicionantes, tendo que proceder a ajustes e alterações.”. Nesta dimensão, é possível dividir as decisões de ajustamento em dois tipos: ao nível do planeamento e ao nível da realização.

Tal como mencionado anteriormente, tanto o planeamento como a realização pedagógica podem sofrer alterações devido à disciplina e às necessidades sentidas por parte dos alunos. Assim sendo, é importante que os docentes tenham a capacidade de se ajustar face às condicionantes que vão surgindo, sendo capazes de dar uma resposta eficaz face às necessidades sentidas.

De acordo com o que foi mencionado ao longo dos tópicos anteriores e, tendo em conta as considerações supramencionadas, no decorrer do ano letivo sentiu-se, por vezes, a necessidade de realizar ajustes ao nível do planeamento e da intervenção. Ao nível das UD, o ajuste realizou-se relativamente ao nível da abordagem e da função didática, de encontro ao desempenho e necessidades dos alunos. Já no que diz respeito aos planos de aula, as alterações centraram-se maioritariamente no tempo destinado às tarefas e ao

cumprimento das mesmas, assim como no material disponível, tendo este de ser reajustado por vezes, por falta do mesmo, e ainda na reestruturação dos grupos, devido à assiduidade e/ou indisciplina dos alunos.

3. Avaliação

Segundo Fernandes (2005), a avaliação “corresponde ao todo e qualquer processo deliberado e sistemático de recolha de informação, mais ou menos participado, mais ou menos negociado, mais ou menos contextualizado, acerca do que os alunos sabem e são capazes de fazer numa diversidade de situações”.

Assim, subentende-se que a avaliação diz respeito a todo o processo de observação e análise que o docente realiza, de acordo com os critérios pré-estabelecidos por documentos, tais como o PNEF, ou através das aprendizagens essenciais, que permitem perceber informações dos alunos quanto às suas capacidades e evolução ao longo do ano letivo.

Adicionalmente, de acordo com Artigo 24º do Decreto-Lei n.º 139/2012, a avaliação da aprendizagem compreende as modalidades de avaliação formativa inicial, de avaliação formativa e de avaliação sumativa.

3.1. Avaliação Formativa Inicial

A Avaliação Formativa Inicial surge através da necessidade de orientar o processo ensino-aprendizagem, e com o objetivo de diagnosticar as dificuldades e limitações dos alunos face às aprendizagens previstas. É uma avaliação que permite situar os alunos em relação aos objetivos pré-definidos no programa, com os conteúdos a lecionar, no conjunto das matérias (Carvalho, 1994).

De acordo com o Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, a Avaliação Formativa Inicial realiza-se no início de cada unidade didática, através do recurso a instrumentos de observação, e com o objetivo de perceber qual o nível da turma para que seguidamente se possa passar a estruturar, planear e regular os objetivos previstos de acordo com as capacidades da turma.

Assim, no início do ano letivo, numa reunião de NE ficou pré-definido que no início de cada modalidade, iria ser realizada a avaliação formativa inicial, tendo esta o objetivo de identificar o nível de aptidão dos alunos: nível introdutório, elementar ou avançado. Para a realização da avaliação foi elaborado um documento para cada uma das

modalidades (Anexo 2). Este era composto pelos nomes dos alunos e pelas habilidades técnicas e táticas que se pretendia avaliar. Durante a primeira avaliação formativa inicial foram encontradas diversas dificuldades, uma delas referente ao nome dos alunos. Isto verificou-se uma vez que, na fase inicial do ano letivo, existia alguma dificuldade em associar o nome ao respetivo aluno. Outro problema verificado foi o número excessivo de componentes a avaliar relativamente às respetivas modalidades, o que levou a um preenchimento inadequado, na medida em que este se revelou muito extensivo.

Após as dificuldades sentidas, optou-se por reunir com o núcleo, de forma a diminuir o número de parâmetros a avaliar, sendo estes mais objetivos e claros (Tabela 9). Assim para a realização da ficha de avaliação inicial foi utilizada uma escala semelhante à da avaliação sumativa, verificando-se cinco parâmetros de avaliação: “1 - Não realiza”, “2 – Insuficiente”, “3 - Suficiente”, “4-Bom”, “5-Muito Bom”.

O objetivo desta avaliação é, exclusivamente, identificar o nível global da turma na respetiva matéria, de forma que, numa fase posterior, o professor possa adaptar o planeamento de acordo com os resultados obtidos.

Tabela 9-Reflexão - Avaliação Formativa Inicial

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Criação de tabelas de registo mais objetivas e simplificadas; ✓ Capacidade de preenchimento; ✓ Capacidade de identificar do nível psicomotor da turma. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definição de descritores mais abrangentes para avaliar as capacidades dos alunos; ✓ Realizar relhas de avaliação de fácil preenchimento; ✓ Realização de momentos de reflexão posteriormente à aula com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

3.2. Avaliação Formativa

A avaliação formativa assume um caráter contínuo e sistemático, recorrendo a uma variedade de instrumentos de recolha de informação de acordo com a diversidade da aprendizagem e tendo em consideração as circunstâncias em que ocorrem. Esta permite ao professor e ao aluno adquirir informação sobre o desenvolvimento das aprendizagens, com vista ao ajuste de processos e estratégias.

Segundo o Decreto-Lei n. °129/2018, de 6 de julho, “a avaliação formativa assume caráter contínuo e sistemático, ao serviço das aprendizagens, recorrendo a uma variedade de procedimentos, técnicas e instrumentos de recolha de informação, adequados à diversidade das aprendizagens, aos destinatários e às circunstâncias em que ocorrem.”.

A avaliação formativa surge como o segundo momento de avaliação, é através dela que é obtida informação relativamente à evolução do processo de ensino-aprendizagem da turma. Esta é efetuada maioritariamente de uma forma informal, como se verificou na modalidade de Ginástica, na qual foram utilizadas fichas de autorregulação (Anexo 3), e fichas de registos. Estes dois documentos, permitiram efetuar uma avaliação mais objetiva e concreta da progressão dos alunos, assim como aumentar o seu empenho/motivação, uma vez que estes estavam conscientes da avaliação diária que sobre eles incidia. A autorregulação também lhes permitiu perceber a própria evolução o que acabou por se traduzir numa forma de motivação à manutenção do empenho em evoluir.

Esta avaliação é das mais importante, uma vez que se realiza no decorrer de diversas aulas da unidade didática, permitindo assim ao docente verificar se está a conseguir ou não uma evolução desde o momento da avaliação formativa inicial. Permite ainda verificar se é necessário realizar alterações no planeamento para os alunos atingirem os objetivos pretendidos (Tabela 10).

Tabela 10-Reflexão - Avaliação Formativa

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidade de perceção do nível dos alunos; ✓ Avaliar os alunos no decorrer das aulas; ✓ Perceção da evolução do processo de ensino-aprendizagem 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Recurso a momentos avaliação no decorrer das aulas como de autoavaliação; ✓ Recurso ao questionamento sobre os conteúdos abordados; ✓ Realização de momentos de reflexão posteriormente à aula com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

3.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é o momento no qual se verifica se os objetivos propostos foram cumpridos. Através de uma análise ao desempenho dos alunos é possível observar se ocorreu ou não evolução. Segundo Atkin, Kelly e Morrison, (2001) esta forma de avaliação tem como objetivo constatar o sucesso e o insucesso escolar dos alunos.

A avaliação sumativa corresponde ao terceiro e último momento das Unidades didáticas, sendo esta a que desperta maior preocupação e interesse nos alunos. Enquanto professores estagiários foi nesta avaliação que foram sentidas maiores dificuldades. Ainda assim tentámos ser o mais justos possível com todos os alunos. Ficou definido que a avaliação sumativa seria realizada normalmente nas duas últimas aulas de cada modalidade.

Na AI, a avaliação sumativa foi realizada através de uma grelha na qual constavam os conteúdos a avaliar através de uma escala de avaliação com cinco parâmetros “1 - Não realiza”, “2 – Insuficiente”, “3 - Suficiente”, “4-Bom”, “5-Muito Bom” (Anexo 4).

A avaliação dos alunos foi realizada com base nos descritores (Anexo 5) de avaliação (C2, C3 e C4). O descritor C2 avalia a comunicação e a organização, o C3 a participação e interação e o C4 a autorregulação e intervenção.

A avaliação dos descritores é classificada em 4 níveis:

- Insuficiente: numa escala de 1 a 2,4;

- Suficiente: numa escala de 2,5 a 3,4;
- Bom: numa escala de 3,5 a 4,4;
- Muito Bom: numa escala de 4,5 a 5.

No 3º Ciclo, e de acordo com o regulamento da escola, a classificação final é expressa de 0 a 5 valores, resultando da ponderação dos resultados dos Processos de Recolha de Informação (PRI), ou da média dos vários PRI intencionalmente selecionados, agendados e negociados com os alunos para a avaliação das suas aprendizagens, e de acordo com o seguinte sistema de classificação: (Conhecimento e Mobilização x 25%) + (Comunicação e Organização x 25%) + (Participação e Interação x 25%) + (Autorregulação e Intervenção x 25%).

Relativamente ao modo de avaliação, as componentes técnico-táticas foram avaliadas normalmente, através de situações de jogo nas modalidades coletivas e, nas modalidades individuais, através da performance individual de cada aluno. Já o domínio cognitivo foi avaliado através de um teste de avaliação (Anexo 6), de modo a abordar as unidades didáticas lecionadas em cada período.

Relativamente às dificuldades sentidas, estas eram idênticas às da avaliação formativa inicial, nomeadamente no que diz respeito à realização do registo e, em simultâneo, a realização de uma intervenção pedagógica (Tabela 11).

Estando estes momentos presentes diversas vezes no decorrer do estágio, proporcionou-se o desenvolvimento das nossas capacidades permitindo o aumento da fluidez das avaliações no final do ano letivo.

Tabela 11-Reflexão- Avaliação Sumativa

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Criação de tabelas de registo mais objetivas e simplificadas; ✓ Avaliar os alunos no decorrer das aulas; 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definição de descritores o suficientemente abrangentes para avaliar as capacidades dos alunos; ✓ Adoção de grelhas avaliativas de fácil preenchimento; ✓ Realização de momentos de reflexão posteriormente à aula com o NE, com o objetivo de identificar erros realizados.

3.4. Autoavaliação

A autoavaliação é um dos métodos mais importantes na aprendizagem do aluno. A capacidade de análise e de autorreflexão relativamente ao seu desempenho permite-lhe, não só detetar os seus erros, como ainda ter a oportunidade de os corrigir no futuro (Tabela 12).

Rolheiser e Ross (2000) citados por (Noonan & Duncan, 2005) definiram autoavaliação: “os alunos julgam a qualidade de seu trabalho, com base em evidências e critérios explícitos com o propósito de fazer um trabalho melhor no futuro”.

Tal como nas outras avaliações mencionadas, foi utilizada uma grelha pré-definida pela escola (Anexo 7). Esta foi fornecida aos alunos na última aula do período, englobando as duas modalidades lecionadas, e proporcionando um momento de autorreflexão sobre o desempenho individual durante o decorrer do período.

Tabela 12-Reflexão- Autoavaliação

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
✓ Compreensão da necessidade da autoavaliação no processo avaliativo do docente.	✓ Adoção de grelhas avaliativas de fácil preenchimento;

4. Intervenção Pedagógica no Ensino Secundário

Tal como estabelecido pelo guia de estágio, uma das tarefas obrigatórias dizia respeito à leção de uma turma de outro ciclo de escolaridade num período de quatro aulas.

Uma vez que a turma de leção na qual nos encontrávamos inseridos era do 3ºCiclo, definiu-se, em conjunto com a professora cooperante, que a coadjuvação iria ser realizada com a turma C do 10º ano de escolaridade. O início ocorreu no dia 3 de maio e o final no dia 10 do mesmo mês, perfazendo-se assim um total de quatro aulas, três delas de cinquenta minutos e uma de cem minutos.

No momento em que ocorreu a intervenção, a turma já tinha iniciado a modalidade de andebol. O professor responsável demonstrou-se totalmente disponível e

acessível quer para intervirmos nas suas aulas como para dar sugestões de exercícios ou de alterações dos mesmos.

As aulas de observação serviram para conhecer a turma antes da intervenção. Assim foi possível entender que a turma corresponde ao nível pré-elementar/elementar, o que nos levou a optar por lecionar os conteúdos de uma forma mais simplificada, recorrendo a situações analíticas e jogos lúdicos que estivessem de acordo com os objetivos.

Após a realização de um balanço das diferenças encontradas entre os distintos ciclos de ensino, aquela que mais se destacou foi o nível de motivação dos alunos. A turma não apresentava grande motivação para a prática, apenas demonstrando maior interesse aquando da realização de jogos lúdicos, semelhantes aos jogos formais. Esta coadjuvação foi, sem dúvida, um momento de aprendizagem, no qual o trabalho com o professor responsável pela turma foi muito enriquecedor, também graças à sua experiência. Com a coadjuvação foi obtido sucesso, permitindo evolução a nível profissional, assim como a possibilidade de adquirir novos conhecimentos e perceber as diferenças e dificuldades de lecionação relativamente a outro ciclo de ensino.

Por fim, o balanço desta coadjuvação foi positivo, uma vez que as propostas efetuadas ao professor foram aceites, sendo estas adequadas à modalidade e ao nível da turma (Tabela 13).

Tabela 13-Reflexão-Intervenção Pedagógica no Ensino Secundário

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Adequação das tarefas, perante outro ciclo. ✓ Seleção de exercícios adequados ao nível psicomotor presente. ✓ Preleções com maior rigor terminológico. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desenvolvimento dos conhecimentos teóricos e práticos da matéria; ✓ Partilha de conhecimentos e experiências com o professor responsável da turma; ✓ Momentos de reflexão realizados posteriormente ao decorrer da aula juntamente com o professor responsável da turma; ✓ Desenvolvimento de planos de aula flexíveis o suficiente para permitir reajustamentos;

Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar

A área das atividades de organização e gestão escolar, tem como objetivo apresentar o trabalho realizado durante o EP referente à assessoria que decorreu durante todo o ano letivo, concretamente, ao cargo de diretor de turma.

Esta era uma das tarefas presentes no guia de estágio, tendo como objetivo ampliar o conhecimento nesta área, uma vez que este pode ser um cargo possível de assumir futuramente.

A primeira reunião de assessoria teve como propósito definir o dia e a hora em que iria ser desenvolvido este cargo, assim como definir algumas tarefas que iriam ser realizadas ao longo do ano letivo, tais como: reunião com encarregados de educação, auxílio na leitura de emails, justificação de faltas, auxílio na realização das atas e na realização do Projeto Curricular da Turma (PCT).

Ficou então decidido que o momento no qual se iria realizar a assessoria seria todas as quintas-feiras, por volta das 09h30, através de uma reunião na sala destinada aos diretores de turma, de forma a concretizar as tarefas supramencionadas.

Durante a assessoria, foi possível perceber que as funções de um diretor de turma vão muito para além de assuntos burocráticos relacionados com a turma. Este assume um elo de ligação entre encarregados de educação, alunos e professores. O diretor de turma deve estar sempre disponível para resolver as mais variadas situações que ocorram na turma, mesmo que, por vezes, estas sejam delicadas, exigindo este cargo alguma sensibilidade e empatia pelos alunos.

A diretora de turma assessorada demonstrou-se sempre disponível para esclarecer dúvidas que pudessem surgir no decorrer do processo, fazendo com que a perceção das suas funções fosse mais aprofundada.

Por fim, considera-se que o acompanhamento deste cargo foi bastante gratificante na nossa formação, permitindo desenvolver capacidades e competências que um dia nos serão úteis, ingressando no mercado de trabalho com uma maior noção das funções e responsabilidades de um diretor de turma (Tabela 14).

Tabela 14-Reflexão- Atividades de Organização e Gestão Escolar

Capacidades e aprendizagens adquiridas no EP	Métodos de superação das dificuldades vivenciadas
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Percepção da importância do cargo de DT; ✓ Percepção da importância de ser o DT a realizar o elo de ligação entre pais, alunos e professores; ✓ Percepção da importância de ser o DT a realizar o elo de ligação entre os alunos e a psicóloga da escola; ✓ Percepção da sensibilidade necessária por parte do DT para resolver situações problemáticas na turma ✓ Capacidade de organização do DT, devido à quantidade de funções que o cargo exige. ✓ Compreensão das funções do DT 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aquisição e desenvolvimento de conhecimentos teóricos da função de DT; ✓ Partilha de saberes e experiência com o DT;

Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas

A Área 3 tem como objetivo apresentar os projetos educativos e curriculares desenvolvidos no EP no âmbito da disciplina de EF, sendo eles a “Escola sem Barreiras” e a “D.Dinis a Pedalar”.

Estas duas atividades têm como objetivo desenvolver competências quer a nível da participação como da organização, permitindo vivenciar a realização, construção, desenvolvimento, planificação e avaliação das mesmas.

A primeira atividade realizada foi a “Escola sem Barreiras”, no dia 30 de novembro, no pavilhão. O objetivo foi proporcionar aos alunos atividades de cooperação. Paralelamente, procurou-se fomentar nos alunos os valores e ideais relativamente à aquisição de competências pessoais e sociais, reforçando o gosto pela prática regular de atividade física e promovendo um espírito e trabalho de equipa que devem estar presentes não só na EF, mas também no dia-a-dia.

A segunda atividade desenvolvida foi “D.Dinis a pedalar”. Esta teve como público-alvo a comunidade estudantil, docente e não docente da Escola secundária c/3ºciclo D.Dinis no ano letivo 2021/2022. A atividade foi realizada no dia 8 de abril, passando os seus objetivos por:

- ✓ Reforçar o gosto pela prática regular de atividade física;
- ✓ Promover a socialização com os agentes envolvidos na atividade, desde os participantes aos organizadores;
- ✓ Promover a aprendizagem de novas capacidades físicas;
- ✓ Promover os valores olímpicos, com o objetivo de fomentar o espírito desportivo.
- ✓ Valorizar atividades desportivas que permitam a adoção de um estilo de vida saudável;
- ✓ Adquirir hábitos de prática desportiva que estejam inseridos e relacionados com o meio ambiente;
- ✓ Promover hábitos motores e da destreza e assimilar os fundamentos básicos do ciclismo.

Paralelamente, procurou-se fomentar nos alunos os valores e ideais olímpicos e paralímpicos que devem ser adotados, não só na EF, mas também em contexto real.

Ainda nesta atividade encontrou-se o Projeto ERA Olímpica, no qual o objetivo era desenvolver a mobilidade sustentável, inclusão e mobilidade ativa ciclável.

Relativamente ao planeamento das duas atividades, foram efetuadas várias reuniões com as entidades envolvidas (direção, professores GDEF, docentes da Escola Secundária c/3ºciclo D.Dinis), com o intuito verificar a disponibilidade de todos para a realização da panificação destas.

Já o processo de divulgação foi realizado através de cartazes (Anexos 8 e 9) afixados pela escola, tanto na sala dos professores como no bar dos alunos. Além disso, esta informação foi também divulgada nas aulas de Educação Física.

No momento de realização das atividades, foi da nossa responsabilidade dinamizar as mesmas com o auxílio das turmas do curso de desporto que participaram em algumas tarefas, tais como, controlar as presenças, registar momentos e dirigir os jogos (dar início aos mesmos, registar as penalizações e entregar o certificado de participação).

Ao nível participativo, na “Escola Sem Barreiras” contou-se com 26 participantes, enquanto que no “D.Dinis a Pedalar” participaram 74. De forma a controlar o alcance dos objetivos e o impacto das atividades, no final de cada atividade foi aplicado um inquérito de satisfação. (Anexo 10)

Com base nos dados recolhidos através dos questionários, concluiu-se que as atividades se realizaram com bastante sucesso, a todos os níveis, tendo sido alcançados os objetivos inicialmente propostos.

Área 4 – Atitude Ético-profissional

Nesta quarta dimensão, referente à área ético-profissional, a professora cooperante demonstrou ao longo de todo o ano letivo, preocupação em realçar a sua importância, de modo que nos envolvêssemos com toda a comunidade escolar, uma vez que só assim poderia ser assumida uma atitude ético-profissional e um envolvimento ativo na escola. Além disso, é também através destas experiências e vivências que se constrói o perfil enquanto futuros professores de Educação Física.

Silva et al. (2012) defendem que “A ética profissional constitui uma dimensão paralela à dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor.” Assim, de acordo com o autor, é essencial que os docentes sejam responsáveis por tomar uma atitude que desenvolva as necessidades dos alunos com o intuito de os formar como pessoas com valores e culturais. Já Silva et al. (2019), indicam que a componente ético-profissional é uma das dimensões mais importantes da profissão de docente, por se integrar como “uma dimensão transversal à dimensão intervenção pedagógica”, assumindo uma relevância fundamental no desenvolvimento futuro do professor.

Assim, durante todo o estágio foi assumida uma postura ética e profissional com a turma, em que desde início foram estipuladas algumas regras de conduta que deveriam estar sempre presentes no decorrer do EP. Estas regras deveriam verificar-se, não só com a turma, mas também com o pessoal docente e não docente. Assim optou-se por um comprometimento relativamente à assiduidade, pontualidade, respeito e disponibilidade, quer no horário das aulas como fora dele.

No decorrer da nossa formação académica, tivemos a possibilidade de abordar diversas modalidades, o que nos proporcionou a aquisição de um maior conhecimento das mesmas. Ainda neste período de formação, sempre que possível foram frequentadas formações e eventos, de modo a investir na nossa evolução e aprendizagem como futuros profissionais, através da aquisição de novos conhecimentos.

As formações/eventos frequentados neste período foram: o projeto “Olimpíada Sustentada; ninguém deve ser deixado para trás” (Anexo 11), “Encontro(s) da psicologia e da educação – Brincar no Séc.. XXI” (Anexo 12) e o “11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física” (Anexo 13).

Apresentámos sempre total disponibilidade para colaborar em todos os projetos desenvolvidos pelo meio escolar ou até mesmo em tarefas do dia-a-dia. Neste âmbito,

estivemos sempre presentes através da participação em reuniões de conselho de turma ou do GDEF; apresentamos disponibilidade para auxiliar em todas as tarefas necessárias, inclusive na montagem e desmontagem de material, arrumação do mesmo e limpeza do pavilhão (anexo 14); colaborámos ainda na dinamização de atividades para a receção de um grupo de Erasmus+; e participámos em atividades de solidariedade (anexo 15) tanto em atividades escolares internas como ao nível distrital.

Por fim, conclui-se que todo o trabalho realizado se deve ao esforço em equipa de todos os envolvidos neste percurso, destacando o NE, no qual foram desenvolvidos momentos de reflexão com o objetivo de obter uma perceção do que poderia ser feito para continuar a evoluir, tanto a nível pessoal como profissional.

Capítulo III - Aprofundamento do Tema-Problema

Tempo de prática motora na lecionação de modalidades coletivas

Análise comparativa entre as unidades didáticas coletivas

Time of motor practice in teaching collective modalities

Comparative analysis between collective teaching units

Hugo Dos Santos Costa

Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

Prof. Doutor Raul A. Martins

Escola Secundária C/3ºciclo D. Dinis

Resumo: Sarmento et al. (1990) afirma que a gestão da aula é definida consoante os comportamentos do professor nos espaços, tempo, de acordo os materiais, as atividades que decorrem na aula e também em relação ao comportamento dos seus alunos, o que leva a que seja imprescindível a aquisição de métodos/estratégias no decorrer da lecionação, assim como ter uma formação contínua. Assim, o presente estudo tem como objetivo a comparação do tempo de prática motora na lecionação de modalidades coletivas.

Para a realização do estudo, os dados obtidos foram recolhidos em dois momentos de aula, quer na de 100' como na de 50'. A observação realizou-se em dois momentos distintos, nos quais ocorria a alteração das funções didáticas. A análise dos dados foi efetuada através de uma análise descritiva. Os resultados convergem para um maior tempo de prática ao longo da lecionação nos dois momentos de aula, quer na de 50' como na de 100'.

Palavras-chave: Tempo de prática motora. Gestão da aula. Educação Física.

ABSTRACT: *Sarmiento et al. (1990) state that classroom management is defined according to the teacher's behavior in space, and time, in accordance with the materials, the activities that take place in the classroom and concerning the behavior of the students, which makes it essential to the acquisition of methods/strategies during teaching, as well as continuing education. Thus, the present study aims to compare the time of motor practice in the teaching of collective modalities. For the accomplishment of the study, the data obtained were collected in two different moments of the class, (100' or in the 50'). The observation took place in two different moments, in which there was a change in the didactic functions. Data analysis was performed through descriptive analysis. The results converge to a longer time of practice throughout the teaching in both classes (50' and 100').*

Keywords: *Time of motor practice. Class management. Physical Education.*

1. Introdução

Este trabalho é realizado no âmbito do Estágio Pedagógico em Educação Física, inserido no Plano de Estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, tendo como objetivo apresentar o tema do Relatório Final do Estágio Pedagógico.

Toda a investigação inicia-se devido ao aparecimento de um prolema. Neste caso, o problema em questão foca-se em observar qual o tempo útil de prática no decorrer da aula.

Nesta nova realidade que diz respeito ao estágio pedagógico, é possível observar que, por diversas razões, o tempo útil de prática numa aula de educação física nunca corresponde ao tempo que foi previamente planeado. Contudo, sendo a prática motora o principal objetivo da aula de educação física, senti necessidade e interesse em investigar este tema, de forma a ser capaz de formar uma opinião sobre o tema.

De forma a resolver este problema será realizada observação e registo do tempo no qual os alunos se encontram em tarefa, de forma que seja possível refletir de que forma a intervenção do professor pode influenciar o tempo de prática dos alunos.

Para que seja obtida precisão e concordância dos dados, estes irão ser registados em dois momentos: um no início e outro no fim de cada Unidade Didática coletiva, em ambos os blocos, quer de 50' como de 100'.

Em cada turma serão registados dados de 4 alunos, selecionados de forma aleatória. Os alunos selecionados serão mantidos até ao final do estudo, assegurando assim a coerência do mesmo.

2. Revisão da Literatura

A gestão da aula tem uma grande influência de um modo direto em diversas dimensões, tais como a instrução, clima e a disciplina; e posteriormente no processo de aprendizagem.

Uma boa gestão de aula, está associada, segundo Siedentop (1991), à forma como todo o grupo é organizado, indicando que este apenas preenche os requisitos se o professor realizar instruções em pequenos grupos. Quando os alunos têm atribuídas tarefas para trabalhar, o professor supervisiona o trabalho com cuidado. Numa aula eficaz, os estudantes raramente são passivos, respondendo de forma frequente.

Neste sentido, antes de passar à abordagem do objetivo principal, é importante tentar perceber, numa fase inicial, quais as condicionantes que podem afetar o tempo útil de prática. A meu ver, uma boa gestão da aula é uma das principais variáveis para atingir o sucesso.

Segundo Rink (1993), existe uma relação direta entre as competências do professor, como gestor e a aprendizagem do aluno. Sarmento et al. (1990) afirmam que a gestão da aula é definida consoante os comportamentos do professor no espaço, no tempo, e de acordo com os materiais e as atividades que decorrem na aula; mas também relativamente ao comportamento dos alunos, o que leva a que seja imprescindível a aquisição de métodos/estratégias no decorrer da lecionação tais como uma formação contínua.

Pierón (1999), num dos seus estudos, apresenta o “Efeito Funil” do tempo numa aula de Educação Física, como podemos observar através do Gráfico 1:

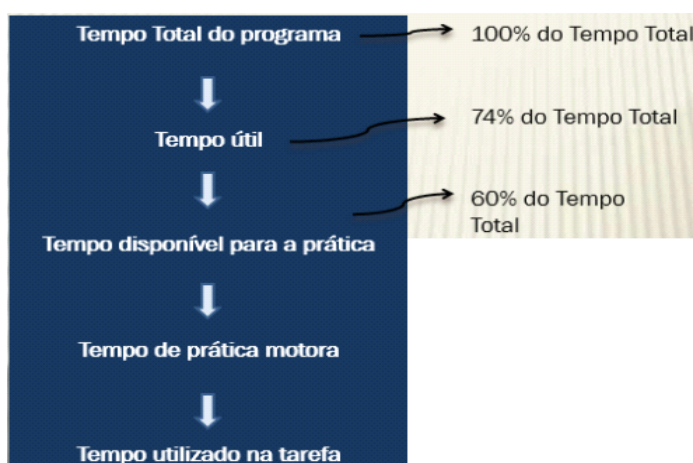


Gráfico 1- Efeito Funil

Através da análise do Gráfico 1, podemos verificar que o tempo total da aula se subdivide em diferentes etapas. Observa-se que, do tempo total do programa, que representa 100% do tempo de aula, apenas 74% corresponde a tempo útil, sendo que deste, 60% é tempo disponível para a prática, não representando o tempo de prática motora, sendo este menor, nem o utilizado na tarefa, que é ainda mais reduzido.

Ainda de acordo com as variáveis de tempo apresentadas no Gráfico 1, segundo Piéron (1999), o tempo útil e o tempo disponível para a prática representam um primeiro momento do comportamento do professor. A planificação da aula e a capacidade que este tem de a organizar são qualidades que o autor defende que todos os professores devem procurar melhorar. Afirmar ainda que estas tarefas de planificação são essenciais para que haja sucesso na gestão da aula.

Com as informações apresentadas pelos diversos autores, é possível verificar que a gestão de aula está relacionada com diversas componentes tais como a organização e a planificação. A obtenção de sucesso nestas duas componentes leva a que a aula seja mais fluída, proporcionando um maior tempo de prática na aula.

Segundo Alves, Brito e Serpa (1996) citado por Fernandes (2006), a motivação é entendida através de um conjunto de variáveis que estabelecem a razão que leva os indivíduos à escolha de um determinado desporto e ainda, o seu empenho e permanência a longo prazo.

Através da afirmação realizada pelo autor, pode concluir-se que o empenho dos alunos está relacionado com a motivação dos mesmos. Assim, se o aluno se encontra empenhado e motivado, estará mais predisposto a realizar as tarefas propostas pelo professor, aumentando o tempo de prática do mesmo.

3. Metodologia

Tendo em conta o problema identificado e o tema em análise, apresenta-se abaixo toda a orientação metodológica para a elaboração deste estudo:

Questão-problema

Será que existem diferenças no tempo de prática entre o início e o fim das Unidades Didáticas coletivas, nas turmas do 7ºC, 8ºA e 8ºB?

Objetivo Geral

O estudo tem como objetivo geral analisar a intervenção pedagógica de cada professor, registando os tempos que os alunos passam em exercitação, tentando perceber as variáveis que podem influenciar esse fator.

Objetivos Específicos

O estudo tem como objetivos específicos:

- descrever e verificar se o tempo útil de prática vai melhorar no decorrer da unidade didática de modalidades coletivas;
- verificar se há diferenças no tempo de prática entre as aulas de 50 e de 100 minutos.

4. Procedimentos metodológicos

Caraterização da Amostra

A amostra era constituída por 12 alunos, entre eles, 6 do sexo feminino e 6 do sexo masculino (Gráfico 2), com idades compreendidas entre os 12 e 15 anos de idade. Os 12 alunos em observação encontram-se distribuídos em turmas do 3º ciclo, mais especificamente uma turma do 7º e duas do 8º ano, do ensino básico da Escola Secundária com 3º ciclo D. Dinis. As respetivas turmas foram lecionadas pelos alunos do mestrado que se encontravam a realizar o estágio pedagógico.

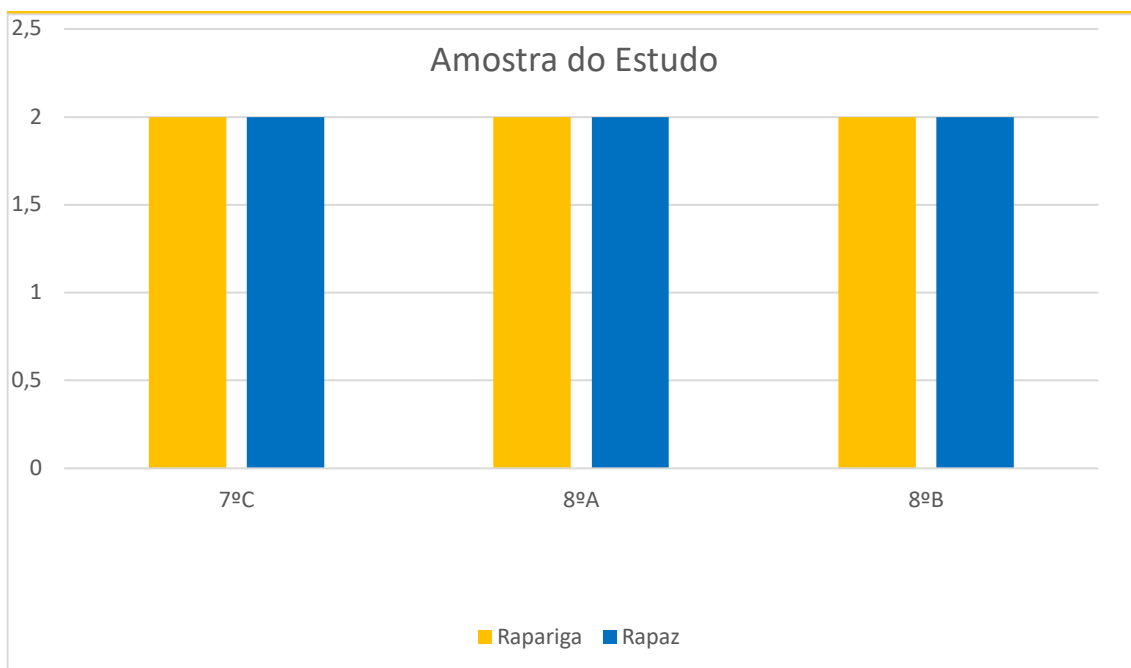


Gráfico 2- Amostra do Estudo

5. Instrumentos

Para a realização do estudo, utilizou-se como instrumento para análise e registo do tempo, dois cronómetros por cada professor observador, com um total de quatro cronómetros por aula, que registavam os tempos de quatro alunos.

6. Procedimentos

A seleção dos alunos a serem observados, foi realizada de forma aleatória. A única condicionante dizia respeito ao facto de serem seleccionados 4 alunos de cada turma, correspondendo a um total de 12. As observações foram realizadas nos dois períodos de aulas, isto é, foram realizadas 2 observações nas aulas de 100 min e nas de 50 min, de cada turma dos 3 professores estagiários, obtendo-se um total de 12 aulas com registos de tempo.

As condicionantes/variáveis que poderiam influenciar o tempo registado foram definidas antes do momento de intervenção. Assim, ficou pré-definido que o cronómetro deveria ser ativado sempre que os alunos estivessem em atividade motora. O cronómetro seria pausado, quando estes estivessem parados. O objetivo era contabilizar apenas o tempo no qual os alunos estão efetivamente em prática.

7. Apresentação de Resultados

Após o momento de aquisição dos dados, estes foram analisados por modalidades, género, e de acordo com dois momentos: no início e no fim da UD e em aulas de 100' e de 50 '. Para a apresentação dos dados obtidos optamos por criar as seguintes tabelas.

As Tabelas apresentadas anteriormente (Tabela 15 à Tabela 19) apresentam os tempos praticados por toda a amostra para ambos dos sexos, nas modalidades coletivas de Corfebol, Rugby e Voleibol. É possível perceber, através da análise dos dados, que os tempos registados do primeiro para o segundo momento aumentam. Por vezes esta diferença é mínima tanto no sexo feminino como no sexo masculino, à exceção de duas alunas que, na modalidade de rugby, obtiveram maior tempo de prática no primeiro momento da aula de 100'.

Tabela 15-Valores de observação de Voleibol

Voleibol					
1ºMomento de observação			2ºMomento de observação		
Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno	Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno
39:18	17:27	A	40:23	18:31	A
37:10	16:54	B	39:38	17:54	B
37:04	15:52	C	38:11	16:52	C
36:33	15:43	D	37:53	16:23	D

Tabela 16-Valores de observação de Voleibol

Voleibol					
1ºMomento de observação			2ºMomento de observação		
Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno	Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno
31:23	12:25	E	41:10	17:21	E
31:58	09:50	F	39:48	16:56	F
29:22	11:50	G	40:21	17:04	G
26:42	09:19	H	38:03	15:53	H

Tabela 17-Valores de Observação de Corfebol

Corfebol					
1ºMomento de observação			2ºMomento de observação		
Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno	Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno
37:18	18:07	A	40:53	19:37	A
36:00	18:02	B	44:01	20:04	B
36:34	17:08	C	43:09	20:10	C
35:41	17:14	D	43:19	19:49	D

Tabela 18-Valores de Observação de Corfebol

Corfebol					
1ºMomento de observação			2ºMomento de observação		
Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno	Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno
30:19	11:15	E	41:59	13:21	E
30:39	08:40	F	36:48	13:20	F
28:53	10:40	G	33:07	12:21	G
25:49	08:09	H	36:03	12:17	H

Tabela 19-Valores de Observação de Rugby

Rugby					
1ºMomento de observação			2ºMomento de observação		
Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno	Aula de 100 min	Aula de 50 min	Aluno
33:06	14:23	I	33:20	16:34	I
29:45	11:44	J	24:18	13:46	J
29:57	12:41	K	33:11	15:56	K
27:55	13:12	L	25:53	15:23	L

Em todos os tempos registados para todas as modalidades, observámos em ambas as turmas envolvidas que, na modalidade de corfebol, os alunos com maior tempo de prática correspondiam um ao sexo feminino e outro ao sexo masculino, à exceção do 2º momento de observação na aula de 50 min, no qual as alunas E e F obtiveram maior tempo de prática em comparação com os alunos G e H. O mesmo aconteceu na modalidade de voleibol, no entanto, no primeiro momento de observação na aula de 100'.

Relativamente à modalidade de Rugby, os tempos registados mostram que o sexo masculino teve maior tempo de prática que o sexo feminino em todos os momentos de observação, exceto no 1º momento de observação da aula de 50'. Os alunos com maior tempo correspondiam um ao sexo feminino e um ao sexo masculino.

8. Discussão

Os resultados obtidos não apresentam grandes diferenças de tempo entre as modalidades lecionadas, embora se verifique por vezes uma diferença mínima em alguns momentos na modalidade de rugby comparativamente às restantes.

Segundo Rink (1993), existe uma relação direta entre as competências do professor, como gestor, e a aprendizagem do aluno. Sendo a gestão por nós realizada, e devido às diversas estratégias implementamos na aula estipuladas em NE, é possível justificar os resultados obtidos, nas diferentes modalidades.

Como o Rink (1993) indica, a competência do professor tem uma relação direta quer com a aprendizagem dos alunos quer com a capacidade de gestão do professor. Assim teria sido importante e benéfico para o estudo o registo dos tempos das competências do professor, tais como o feedback, instrução e demonstração, o que nos iria permitir justificar alguns dos resultados obtidos nos diversos momentos.

Como indica Piéron (1999), o tempo útil e o tempo disponível para a prática corresponde à representação do comportamento do professor, quer ao nível da planificação realizada como ao nível de organização da aula. Estas duas qualidades devem ser melhoradas de forma que seja obtido sucesso na gestão da aula.

Assim verificou-se que a gestão de aula está interligada a diversas componentes tais como a organização e a planificação. O sucesso destas duas componentes leva a que a aula seja mais fluente proporcionando maior tempo de prática na aula. As mesmas foram trabalhadas no decorrer do EP, podendo assim justificar-se que no início foram obtidos tempos menores de prática uma vez que foi utilizado mais tempo para a instrução, organização e demonstração. A iniciação de uma nova modalidade acabou por retirar algum tempo de prática. Verificou-se também que as aulas de 50' eram muito reduzidas, pois quando se tentava iniciar uma nova modalidade nessas aulas, ou introduzir uma dinâmica diferente daquela que os alunos estão familiarizados, o tempo de prática tornava-se ainda mais reduzido, este a estar mais distribuído para momentos de instrução e demonstração.

Na modalidade de rugby, obteve-se, de uma forma geral, menor tempo de prática, embora não se tenha verificado uma grande diferença quando comparada com as outras modalidades. O rugby foi lecionado apenas no 7º ano, enquanto as restantes modalidades foram lecionadas nas duas turmas de 8º ano. Assim, visto que, em ambas as turmas de 8º ano as dinâmicas das aulas eram idênticas, também os tempos se revelaram idênticos.

9. Conclusão

Através dos resultados obtidos, é possível realizar uma reflexão mais construtiva sobre a nossa intervenção pedagógica.

Quanto aos objetivos deste estudo, estes permitiram perceber a importância das diferentes competências do professor enquanto gestor da aula, e que influenciam de uma forma direta o tempo no qual os alunos se encontram em prática motora.

Outra conclusão evidenciada neste estudo diz respeito às dinâmicas utilizadas no momento da intervenção pedagógica, influenciando, também esta de forma direta, o tempo de prática dos alunos. Podemos observar este efeito através da leção dos professores envolvidos no estudo, que neste caso eram os professores estagiários do NE.

Cada professor estagiário apresenta o seu próprio método de leção, dinâmicas e forma de intervir, consoante o contexto e o meio em que se encontram inseridos. Assim é possível observar diferenças entre os resultados obtidos, tornando perceptível que o tempo de prática não é só influenciado pela gestão e pelo método de intervenção pedagógica do docente, mas também pelas características da turma. Se uma turma contiver alunos com maior interesse pela prática desportiva, ou alunos com um comportamento adequado que facilite o processo ao professor, a fluidez da aula iria ser influenciada de forma positiva, levando, conseqüentemente, a que ocorram menos tempos de espera, e proporcionando aos alunos mais tempo para a prática.

Podemos então observar que neste estudo através dos dados obtidos, é visível embora por vezes não seja muito significativo um aumento do Tempo de prática motora na leção de modalidades coletivas nos dois momentos de aula, percebendo assim que no decorrer da modalidade os alunos terão mais tempo disponível para a prática motora, e isso deve-se a gestão feita pelos professores como também ao facto de os alunos no decorrer da mesma estarem mais familiarizados com a modalidade e com as dinâmicas utilizadas pelo docente, ainda assim comparando o tempo útil com o tempo de prática motora maioritariamente atingimos um bom tempo de prática quer nas aulas de 100' como 50'.

Em suma, através da análise realizada, percebeu-se os fatores responsáveis por influenciar o tempo disponível para a prática. Contudo, na realização da continuidade deste estudo ou de um estudo futuro sugere-se a realização de uma análise na qual se inclua o tempo dispensado para as diversas competências do professor (Instrução, Demonstração, Organização).

Referências Bibliográficas

- Fernandes, P. (2006). CORFEBOL: Um estudo sobre as motivações dos jovens, entre os 15 e os 19 anos, para a prática desportiva. Monografia da Universidade Lusófona, (33).
- Piéron, M. (1999). *Para una Enseñanza Eficaz de las Actividades Físico-Deportivas*. Barcelona: INDE Publicaciones
- Rink, J. & Werner, P. (1989). Qualitative Measures of Teaching Performance Scale. In P. Darst, D. Zakrajsek & V. Mancini (Eds.), *Analysing physical education and sport instruction*. Campaing: Human Kinetics.
- Sarmiento, P. (2004). *Pedagogia do desporto e observação*. Cruz Quebrada, Lisboa: Edições FMH.
- Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Third Edition. Palo Alto: Mayfield Publishing Company.

Capítulo IV – Considerações Finais

Concluindo o percurso que é o Estágio Pedagógico, este revelou-se como uma ótima experiência, onde nos foi permitido aplicar todos os conhecimentos adquiridos durante a formação académica, assim como adquirir e desenvolver competências e aprendizagens a nível pessoal e profissional.

No início do ano letivo, esteve presente o nervosismo, as dúvidas e o medo de errar, quer pela inexperiência em contexto real quer pelas necessidades que os alunos apresentavam. Felizmente, no decorrer o ano letivo, estes receios foram superados, o levando a que nos sentíssemos mais à vontade perante a análise das dificuldades dos alunos, através da adoção de novas estratégias de ensino.

De forma geral, a turma apresentou motivação para a Educação Física no decorrer do ano letivo, tendo sempre uma postura adequada, proporcionando um clima bastante positivo relativamente à relação professor-aluno, tornando o processo de ensino-aprendizagem mais benéfico.

Sem a presença dos restantes intervenientes, responsáveis por fornecer um apoio fulcral no decorrer do estágio, este não se teria revelado tão enriquecedor como acabou por acontecer, referimo-nos assim, quer ao professor cooperante como ao professor orientador e ao pessoal docente e não docente da Escola Secundária c/3ºciclo D. Dinis.

Embora tenham sido adquiridos vários conhecimentos, ao longo da nossa formação, foi o EP que proporcionou melhor o nosso desenvolvimento, aprofundando conhecimento, e permitindo a sua aplicação em contexto real.

Em suma, e terminada mais uma etapa, sabemos que temos de continuar a desenvolver e aprofundar os nossos conhecimentos, com o objetivo de nos mantermos sempre atualizados. Esta foi apenas a primeira etapa. O percurso que se segue não será fácil, mas será sem dúvida gratificante, visto que vamos estar presentes na formação dos jovens.

Referências bibliográficas

- Aprendizagens Essenciais. (2022). Lisboa: Direção Geral da Educação;
- Atkins, D., Kelly, K., & Morrison, G. (2001). Development of the child evaluation measure: An assessment of children's learning across disciplines and in multiple contexts. *Educational & Psychological Measurement*, v. 61 (3), 505-511.
- Bento, J. (1987). *Desporto Matéria de Ensino*. Lisboa: Caminho.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Carvalho, L. (1994) Avaliação das Aprendizagens em Educação Física, Escola Secundária José Gomes Ferreira, Boletim SPEF, no 10/11 Verão/Outono de 1994, pp. 135-151;
- Decreto-Lei n.o 17/2016. Diário da República n.o 17/2016, Série I de 2016-04-04. Lisboa, Ministério da Educação.
- Dillion, J., Rickinson, M., Teamey, K., Morris, M., Choi, M. Y., Sanders, D. & Benefield, P. (2006). The value of outdoor learning: evidence from research in the UK and elsewhere. *School science review*, 87(320), 107.
- Decreto-Lei n.o 139/2012 de 5 de julho. *Diário da República n.o 129/2012*- Série I de 2012-07-05. Lisboa, Ministério da Educação e Ciência.
- Fernandes, D. (2005). *Avaliação das Aprendizagens: Desafios às Teorias. Práticas e Políticas*. Lisboa: Texto Editores.
- Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula*. Coimbra: Almedina.
- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). Programa Educação Física no Ensino Básico do 3.o Ciclo (Reajustamento) [PDF]. Direção Geral da Educação. Retirado de: <https://www.dge.mec.pt/educacao-fisica>.

- Leal, A. & Henning, P. (2009). Do Exame da Supervisão ao Autoexame dos Professores: estratégias de regulação do trabalho docente na Supervisão Escolar. *Revista Currículo sem Fronteiras*, 9(1), pp. 251-266.
- Matos, M. (2010) *Diferenciação Curricular: uma abordagem às práticas de intervenção educativa no 2º ciclo do ensino básico*. Faculdade de Motricidade Humana - Universidade de Lisboa.
- Mesquita, I., (2000). *Pedagogia do Treino: A formação em jogos desportivos coletivos* (2ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Ministério da Educação. (30 de Agosto de 2001). Decreto-Lei n.º 240/2001. Perfil de Desempenho Docente
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos*. Tese de doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física. Coimbra, Universidade de Coimbra. Retirado de: <http://hdl.handle.net/10316/29191>.
- Noonan, B., & Duncan, C. (2005). Peer and self-assessment in high schools. *Practical Assessment, Research, and Evaluation*, 10 (17), 1-8.
- Pieron, M. (1986). *Analyse de l'Enseignement. Recherches Menées à l'Université Technique de Lisbonne*. Em *Motricidade Humana*, 1, 3, 5-22
- Piéron M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-desportivas*. Inde publicaciones. Espanha.
- Piéron, M. (2005). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona: INDE. pp.93-104, 105-111.
- Quina, J. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Rosado, A. (2002). *Planeamento da Educação Física: Modelos de Lecionação*.

- Rosado, A. & Mesquita, I. (2009). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In A. Rosado, & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do desporto* (69-130). Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Santos, V. (2016). Relatório de Estágio Desenvolvido no Colégio Salesiano de Mofofores Junto da Turma B do 7o Ano no ano letivo 2015/2016. Retirado de: https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/43321/1/Relat%c3%b3rio%20Final%20de%20Est%c3%a1gio_Vitor%20Santos.pdf.
- Schmidt, R.A. (1991). *Motor learning & performance: from principles to practice*. Champaign, Human Kinetics.
- Siedentop, D. (1998). *Las estrategias generales de enseñanza. In aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Ensinar Educação Física*, 2ª ed., INDE, Barcelona.
- Silva, E., Fachada, M., Nobre P. (2012) *Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestres 2012/2013*, FCDEF-UC, Coimbra. Pp. 17
- Silva, E.; Fachada, M. & Nobre, P. (2019). *Pratica Pedagógica Supervisionada III*. Coimbra: Edição FCDEFUC.
- Vickers, J. N. (1990). *Instructional design for teaching physical activities: A knowledge structures approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Anexos

Anexo 2- Modelo de Plano de aula



Escola Secundária C/ 3º Ciclo D. Dinis



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

Tempo		Objetivos específicos	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito	Estilos de Ensino
T	P					
Parte Inicial da Aula						
Organização/ Instrução						

Cofinanciado por:



1



Parte Fundamental da Aula						
			Transição/ Organização/ Instrução/Demonstração			
			Transição/ Organização/ Instrução/Demonstração			

Parte Final da Aula						
			Transição/ Organização			

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

Cofinanciado por:



Anexo 3- Avaliação Formativa Inicial

Escola Secundária com 3º ciclo D. Dinis					
Avaliação Formativa Inicial Patinagem	Parâmetros de Avaliação				Componentes a avaliar
	Posição Base	1/2 volta	Deslize	Travar em T	
1					Travagem em T
2					Colocação do patim de trás em forma de "T"
3					Patim da frente colocado no sentido do deslocamento;
4					Patim de trás pressiona o piso com as rodas de dentro
5					Deslize
6					Olhar dirigido para a frente;
7					Tronco ligeiramente inclinado
8					Peso do corpo no patim de apoio
9					1/2 volta
10					Rotação pelo patim que está em deslizamento;
11					O patim de trás acompanha a rotação
12					Ligeira flexão do membro do patim que está em deslizamento
13					Posição Base
14					Apoio em 4 rodas;
15					Base de sustentação alargada;
16					Flexão das articulações da anca, joelho e tibio-társica
17					Legenda
18					1- Executa uma das componentes críticas
19					2 - Executa duas das componentes críticas
20					3 - Executa tudo bem
21					
22					
23					

Anexo 4- Ficha de Autorregulação

REGISTO INDIVIDUAL - GINÁSTICA

Nome: _____ Ano/Turma: _____

Ginástica de Solo											
Data											
Elemento											
Cambalhota à frente engrupada											
Cambalhota à frente (pernas afastadas)											
Cambalhota atrás engrupada											
Cambalhota atrás (pernas afastadas)											
Pino com 2 apoios (Pino de braços)											
Pino com 3 apoios (pino de cabeça)											
Roda											
Avião											
½ pirueta											
Pirueta											
Ponte											
Realizo a sequência sem											
Ginástica de Aparelhos											
Data											
Elemento											
SALTOS NO BOQUE/PLINTO											
Salto de eixo											
Salto entre-mãos											
SALTOS NO MINITRAMPOLIM											
Salto em extensão c/ corrida											
Salto em extensão c/ saída dorsal											
EXERCÍCIOS NA TRAVE BAIXA/BANCO SUECO											
Marcha à frente na trave											
Marcha atrás na trave											
Marcha à frente na trave na ponta dos pés											
Marcha atrás na trave na ponta dos pés											
Salto a pés juntos na trave											
Legenda:	0 - Não realizado; 1- Realizo com dificuldade; 2- Realizo; 3- Realizo bem;										

Data											
Elemento											
Flexões de braços (R)											
Elevação Frontal (R)											
Triceps (R)											
Saltar à corda (T)											
Abdominais (R)											
Prancha (T)											
Agachamento isométrico (T)											
Agachamento (S)											
Agachamento c/ salto (R)											
Pedra, Papel ou Tesoura em Prancha (J)											
Polichinelos (R)											
Saltos joelhos ao peito (R)											
Legenda:	(R) – N° de repetições; (T) – Tempo; (J) – N° de jogos ganhos;										

Anexo 5- Avaliação Sumativa

PARÂMETROS												AVALIAÇÃO SUMATIVA – VOLEIBOL – 8º ANO - INTRODUÇÃO																	
Alunos		Situação de exercício/Jojo 4x4										Avaliação																	
Nº	Nome	Posição Base	Deslocamentos	Serviço Baixo	Passo Frente	Manchete	Jojo 4x4	Média	Convertido	Nota	Convertido	Nota	Convertido	Nota	Convertido	Somatório	NOTA	Posição Base (PB)											
		C1 (PB=1-250)										C2 (PB=1-250)						C3 (PB=1-250)						C4 (PB=1-250)					
1	A							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	1- Péis à largur dos ombros.											
2	B							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	2- Eleve M1.											
3	C							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	3- Olha p/cima e p/ a frente.											
4	D							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	Deslocamentos											
5	E							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	1- Adota a PB.											
6	F							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	2- Não cruza os apoios.											
7	G							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	3- Olha p/ a bola.											
8	H							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	Serviço por baixo											
9	I							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	1- Pé avançado em relação ao 2. Batim./orna bola c/ palma da											
10	J							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	2- Batim./orna bola c/ palma da											
11	K							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	3- Olha p/cima e frente.											
12	L							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	Passo de frente											
13	M							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	1- Adota a PB e olha p/ a bola.											
15	N							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	2- Mãos à altura da testa.											
16	O							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	3- Toca a bola c/ a ponta dos ded											
17	P							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	Manchete											
18	Q							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	1- Adota a PB.											
19	R							#DIV/0!	#DIV/0!	0	0	0	0	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	2- Une os MS em extensão.											
																		3- Toca a bola c/ antebraços.											
																		1- Recebe em manchete ou em											
																		2- Coloca a bola em condições											
																		3- Coloca a bola num espaço vazio											

1- Não realiza; 2- Insuficiente; 3- Suficiente; 4- Bom; 5- Muito Bom

Anexo 6- Descritores de Avaliação

C2 – COMUNICAÇÃO E ORGANIZAÇÃO

Muito Bom	4,5 - 5 17,5 - 20	Manifesta clareza e rigor no uso da linguagem técnica, adequada aos conteúdos lecionados, evidenciando uma ótima comunicação e demonstrando organização e rigor na realização das tarefas propostas, bem como na preparação dos materiais/espacos da aula.
Bom	3,5 - 4,4 13,5 - 17,4	Manifesta clareza no uso da linguagem técnica, adequada aos conteúdos lecionados, evidenciando uma boa comunicação e demonstrando organização na realização das tarefas propostas, bem como na preparação dos materiais/espacos da aula.
Suficiente	2,5 - 3,4 9,5 - 13,4	Manifesta alguma correção no uso da linguagem técnica, adequada aos conteúdos lecionados, evidenciando uma comunicação regular e demonstrando alguma organização na realização das tarefas propostas, bem como na preparação dos materiais/espacos da aula.
Insuficiente	1 - 2,4 0 - 9,4	Expressa-se com dificuldades, não dominando a terminologia específica dos conteúdos abordados, evidencia dificuldades ao nível da organização das tarefas propostas, bem como na preparação dos materiais/espacos da aula.

C3 – PARTICIPAÇÃO E INTERAÇÃO

Muito Bom	4,5 - 5 17,5 - 20	É assíduo, pontual e educado. Participa empenhadamente e com rigor na execução das tarefas propostas na aula, respeitando todas as regras definidas na disciplina. Interage, colaborativamente, de livre vontade, de forma muito positiva e proativa com os colegas e professor.
Bom	3,5 - 4,4 13,5 - 17,4	É assíduo, pontual e educado. Participa empenhadamente na execução das tarefas propostas na aula, respeitando a maioria das regras definidas na disciplina. Interage, colaborativamente, de livre vontade, de forma positiva com os colegas e professor.
Suficiente	2,5 - 3,4 9,5 - 13,4	Nem sempre é assíduo, pontual e/ou educado. Participa de uma forma pouco significativa na execução das tarefas propostas na aula, respeitando algumas das regras definidas na disciplina. Interage com os colegas e professor, embora de forma pouco expressiva .
Insuficiente	1 - 2,4 0 - 9,4	Nem sempre assíduo e pontual. Apresenta atitudes menos corretas em situação de aula. Envolve-se muito pouco na execução das tarefas propostas em aula, nem sempre respeitando as regras definidas na disciplina. Interage de forma irresponsável e conflituosa .

C4 – AUTORREGULAÇÃO E INTERVENÇÃO

Muito Bom	4,5 - 5 17,5 - 20	Regula a sua aprendizagem criando objetivos desafiantes e tomada de decisões fundamentadas, desenvolvendo atitudes positivas face aos desafios colocados. Revela uma attitude autónoma, dinâmica, cooperativa e com espírito de Iniciativa . Apresenta-se sempre devidamente equipado nas aulas.
Bom	3,5 - 4,4 13,5 - 17,4	Regula a sua aprendizagem e toma decisões fundamentadas, desenvolvendo atitudes positivas face aos desafios colocados. Revela uma attitude autónoma, dinâmica e cooperativa. Apresenta-se sempre devidamente equipado nas aulas.
Suficiente	2,5 - 3,4 9,5 - 13,4	Regula pontualmente a sua aprendizagem, desenvolvendo algumas atitudes positivas face aos desafios colocados. Revela uma attitude nem sempre autónoma, dinâmica e cooperativa . Apresenta-se devidamente equipado na maioria das aulas.
Insuficiente	1 - 2,4 0 - 9,4	Raramente regula a sua aprendizagem e não desenvolve atitudes positivas face aos desafios colocados. Não demonstra autonomia, dinâmica e espírito cooperativo nas suas atitudes. Raramente se apresenta equipado nas aulas.

Anexo 7- Teste de Avaliação



DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO CENTRO
ESCOLA SECUNDÁRIA C/ 3º CICLO D. DINIS
R. Adriano Lucas - T. 239 497570 - Fax 239497579
3020-264 COIMBRA
direcao@esdomdinis.pt

DISCIPLINA – EDUCAÇÃO FÍSICA		2º Período	DATA ____ / ____ / 20__
NOME			
Nº-	Ano/Turma -	Encarregado de Educação:	
CLASSIFICAÇÃO FINAL		_____ % _____	
O PROFESSOR			

Lê atentamente todas as questões que te são colocadas e elabora respostas com a maior clareza possível. Bom trabalho!

GRUPO I

1. Preenche os espaços em branco com as palavras-chaves fornecidas em baixo para completares as afirmações.

Ginástica:

- 1.1. Para realizar a cambalhota à frente é necessário aproximar o _____ ao peito.
- 1.2. Na realização da cambalhota atrás, colocamos as mãos por cima dos ombros, com as palmas das mãos viradas para _____.
- 1.3. No pino, as mãos são colocadas no solo à largura dos _____.
- 1.4. O avião é um elemento de _____.
- 1.5. No salto entre mãos, as _____ passam entre as _____.

Corfebol:

- 1.6. O objetivo do jogo é marcar _____.
- 1.7. No momento de marcação, caso o portador da bola seja do sexo masculino o defensor tem que ser obrigatoriamente um _____.
- 1.8. O campo é dividido em _____ zonas, a zona atacante e a zona defensiva, e os jogadores mantêm-se nessa zona não podendo transpor para a outra. A alteração de zona só ocorre quando a soma de golos de ambas as equipas é _____.

Palavras-chave: ombros; golo; mãos; rapaz; duas; queixo; pernas; cima; par; equilíbrio;

Cofinanciado por:





GRUPO II

2. Identifica as afirmações verdadeiras e falsas. Corrige as falsas.

2.1. A sequência gímnica deve ser executada com paragens prolongadas entre os elementos, para a tornar fluida.

A. Verdadeiro B. Falso

2.2. A ponte é um elemento de equilíbrio.

A. Verdadeiro B. Falso

2.3. No Corfebol as equipas têm que ser obrigatoriamente compostas por atletas do sexo feminino e masculino.

A. Verdadeiro B. Falso

2.4. No Corfebol posso correr com a bola na mão.

A. Verdadeiro B. Falso

Cofinanciado por:





GRUPO III

3. Faz a legenda das imagens.



R: _____



R: _____




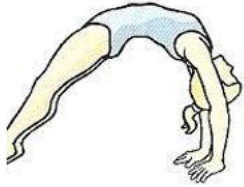
R: _____

Cofinanciado por:

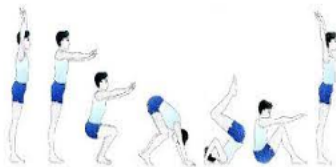




DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO CENTRO
ESCOLA SECUNDÁRIA C/ 3º CICLO D. DINIS
R. Adriano Lucas -  239 497570 - Fax 239497579
3020-264 COIMBRA
direcao@esdomdinis.pt



R: _____



R: _____



R: _____

Bom trabalho!
O professor
Hugo Costa

Cofinanciado por:



Anexo 8- Ficha de Autoavaliação



DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DA REGIÃO CENTRO
ESCOLA SECUNDÁRIA C/ 3º CICLO D. DINIS
R. Adriano Lucas - Telef. 239 497570 - Fax 239497579
3020-264 COIMBRA
direcao@esdomdinis.pt

FICHA DE AUTOAVALIAÇÃO _ ENSINO BÁSICO

ANO LETIVO: 2021-2022

DISCIPLINA		ANO/TURMA:
ALUNO		N.º

A **autoavaliação** deve ser realizada com base no trabalho efetuado, sendo uma reflexão sobre o próprio desempenho, e que pode ser um meio eficiente de identificar e corrigir os aspetos menos positivos, promovendo uma autorregulação das aprendizagens.

É de toda a conveniência que **respondas com o máximo de rigor e honestidade**, pois só assim é possível apostar numa melhoria contínua do processo de avaliação. Para cada um dos itens abaixo apresentados, assinala com uma cruz apenas uma das opções, numa escala de **Muito Bom/Bom/Suficiente/Insuficiente** e no final dos itens atribui em cada critério a tua **autoavaliação quantitativa global (0 a 5 valores)**, referente a cada período letivo.

CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO	1º P				2º P				3º P			
A- CONHECIMENTO E MOBILIZAÇÃO - 25%	MB	B	S	I	MB	B	S	I	MB	B	S	I
Interpretei, mobilizei e apliquei os conhecimentos técnicos e as regras básicas das diferentes modalidades desportivas.												
Identifiquei os benefícios do exercício físico para a saúde.												
Realizei com oportunidade e correção todas as tarefas propostas na aula (exercício critério/jogo/sequências/coreografias...).												
Desenvolvi as capacidades motoras, evidenciando aptidão física global.												
Fui autónomo(a) e realizei as tarefas propostas, aplicando as regras de higiene e de segurança.												
Tendo em consideração o registado nos itens anteriores, indica a autoavaliação, numa escala de 0 a 5 valores.	A1=				A2=				A3=			

CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO	1º P				2º P				3º P			
B - COMUNICAÇÃO E ORGANIZAÇÃO - 25%	MB	B	S	I	MB	B	S	I	MB	B	S	I
Utilizei linguagem técnica, adequada à disciplina/modalidade.												
Comuniqui eficazmente com os meus colegas, no sentido do êxito pessoal e do grupo.												
Demonstrei organização e rigor em todas as tarefas propostas na aula (exercício critério/jogo/sequências/coreografias...).												
Colaborei na organização espacial e material, para o desenvolvimento das tarefas propostas.												
Tendo em consideração o registado nos itens anteriores, indica a autoavaliação, numa escala de 0 a 5 valores.	B1=				B2=				B3=			

Financiado por:



CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO	1º P				2º P				3º P			
C- PARTICIPAÇÃO E INTERAÇÃO _ 25%	MB	B	S	I	MB	B	S	I	MB	B	S	I
Fui assíduo(a) e pontual.												
Particpei de forma empenhada nas tarefas propostas.												
Interagi, de forma positiva e proativa com os meus colegas e professor(a).												
Mantive uma relação cordial e colaborativa com colegas e professor(a).												
Particpei de forma educada e respeitei as regras de funcionamento da disciplina.												
Tendo em consideração o registado nos itens anteriores, indica a autoavaliação, numa escala de 0 a 5 valores.	C1=				C2=				C3=			

CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO	1º P				2º P				3º P			
D - AUTORREGULAÇÃO E INTERVENÇÃO _ 25%	MB	B	S	I	MB	B	S	I	MB	B	S	I
Fiz a regulação das aprendizagens, de acordo com os feedbacks recebidos.												
Tomei decisões, com base nas informações recebidas, no sentido de melhorar a minha prestação.												
Desenvolvi atitudes positivas face aos desafios colocados.												
Apresentei-me devidamente equipado, em todas as aulas.												
Tendo em consideração o registado nos itens anteriores, indica a autoavaliação, numa escala de 0 a 5 valores.	D1=				D2=				D3=			

Classificação Final do 1º P _ $(A1 \times 0,25) + (B1 \times 0,25) + (C1 \times 0,25) + (D1 \times 0,25) =$ _____

Assinatura do(a) Aluno(a): _____

Data: ____ de _____ de _____

Classificação Final do 2º P _ $(A2 \times 0,25) + (B2 \times 0,25) + (C2 \times 0,25) + (D2 \times 0,25) =$ _____

Assinatura do(a) Aluno(a): _____

Data: ____ de _____ de _____

Classificação Final do 3º P _ $(A3 \times 0,25) + (B3 \times 0,25) + (C3 \times 0,25) + (D3 \times 0,25) =$ _____

Assinatura do(a) Aluno(a): _____

Data: ____ de _____ de _____

Financiado por



Anexo 9- Cartaz de Divulgação da Atividade "Escola Sem Barreiras"



ESCOLA SEM BARREIRAS



TER.



8h30 - 12h30



PAVILHÃO

👥 7º B, C | 8º A, B, R | CAA

NÚCLEO DE ESTÁGIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 2021/2022

Co-financiado por:



ESDD
Coimbra

**D. DINIS
A PEDALAR
GINCANA**

8 ABRIL | 9h30

NÚCLEO DE ESTÁGIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 2021/2022

Financiado por

CENTRO 2020 **PORTUGAL 2020** **UNião Europeia** **tsip**

The poster features a stylized illustration of a man with a beard and a crown, riding a bicycle. The crown has the text 'ESDD Coimbra' on it. The background is a solid orange color. The title 'D. DINIS A PEDALAR GINCANA' is written in large, bold, white and orange letters. Below the title, the date and time '8 ABRIL | 9h30' are displayed in white. At the bottom, there is text indicating the organizing institution and funding sources, along with their respective logos.

Anexo 11- Questionário de Satisfação



Escola Secundária c/ 3º ciclo D. Dinis
Ano letivo 2021/2022



“ESCOLA SEM BARREIRAS”

Questionário de Satisfação - Participantes

1. De forma a avaliarmos o evento, pedimos que preenchas a seguinte tabela, assinalando com um (X), de acordo com a tua opinião:

	Não Gostei	Gostei	Gostei Muito
1. O que achaste da atividade em geral?			
2. O que achaste da explicação prévia à atividade?			
3. O que achaste dos jogos propostos?			
4. Como foi realizar os jogos em cooperação com a tua equipa?			

2. Gostarias que houvesse mais eventos semelhantes a este?

Sim

Não

3. Qual o jogo que sentiste mais dificuldade em concluir? Porquê?

4. Qual o jogo que mais gostaste de realizar? Porquê?

5. Se pudesses alterar alguma regra da atividade ou algum jogo, o que mudarias?

Obrigado pela colaboração!



Cofinanciado por:



Anexo 12-Certificado no âmbito do projeto “Olimpíada Sustentada; ninguém deve ser deixado para trás”



CERTIFICADO

O Comité Olímpico de Portugal confere o presente Certificado a

Hugo Costa

peelo trabalho desenvolvido na promoção da
Educação Olímpica através da implementação do projeto
Olimpíada Sustentada: ninguém deve ser deixado para trás

Lisboa, 3 de junho de 2022

José Manuel Constantino
Presidente do Comité Olímpico de Portugal

www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt

Anexo 13- Certificado de Participação no “Encontro(s) da psicologia e da educação – Brincar no Séc. XXI”

17.FEVEREIRO.2022 | 16:30 - 19:00

ENCONTRO(S) DA PSICOLOGIA E DA EDUCAÇÃO

BRINCAR NO SÉC. XXI

CERTIFICADO

Certifica-se que

Hugo Dos Santos Costa

participou On-line no **Encontro(s) da Psicologia e da Educação, Brincar no Séc. XXI**, que decorreu no dia 17 de fevereiro de 2022, no Auditório da Universidade da Maia – UMAIA.

Pela comissão Organizadora

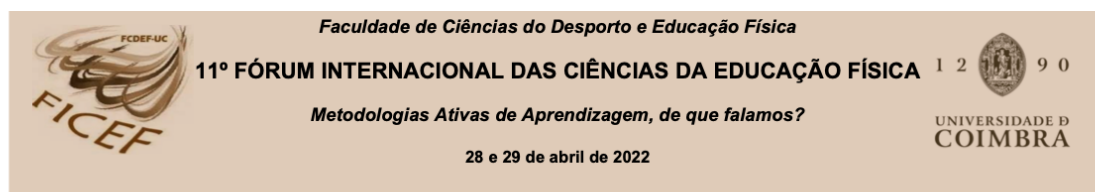


(Prof.^a Doutora Vera Coelho)



Mestrado em Psicologia Escolar e da Educação

Anexo 14- Certificado de Participação no FICEF



DIPLOMA

Hugo dos Santos Costa apresentou o trabalho *Tempo de prática motora na lecionação de unidades didáticas de Jogos Desportivos Coletivos* no 11º Fórum Internacional das Ciências da Educação Física, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Portugal.

Coimbra, 28 e 29 de abril de 2022

A coordenadora do MEEFBS

Assinado por: ELSA MARIA FERRO RIBEIRO DA
SILVA
Num. de Identificação: 05333351
Data: 2022.06.08 12:19:21+01'00'

(Prof.^a Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

Organização: Elsa Silva - Catarina Amorim - Duarte Messias - Josué Vieira - Mariana Sousa

Anexo 15- Auxílio em tarefas necessárias "Limpeza do pavilhão"



Anexo 16- Atividades de solidariedade- “Carta para a Ucrânia”



FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO
E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA



FACULDADE
DE PSICOLOGIA E DE
CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA



Portugal, (dia) de (mês) de 2022

Дорогий друже (dorbhyx drub)

(Querido amigo/ Querida amiga)

“Terminei agora a minha aula de Educação Física e o meu professor/a falou-me da tua situação e de todos os meninos e meninas/jovens do teu país, pelo que decidi escrever-te esta carta (poema, desenho, ...) para te dizer que ...”

“Terminei agora a minha aula de Educação Física e gostaria que pudesses ter estado aqui também, mas como não foi possível, vou contar-te como foi e as experiências que eu e os meus colegas vivemos...” (estes parágrafos são meros exemplos e poderão ser apagados)

ATENÇÃO: Máximo 1 página A4, preferencialmente manuscrita (se escrita a computador sugere-se letra Times New Roman 12 a espaço e meio, mantendo-se a dimensão de 1 página A4 e **enviada em Word**)

Autor(es) e ano de escolaridade

Escola

Equipa responsável: Elsa Ribeiro-Silva, Beatriz Gomes, Ana Cristina Almeida, Rita Nunes, Joaquim Videira