



Diogo Miguel Moreira Vicente Caseiro

# **RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NO COLÉGIO DO SAGRADO CORÇÃO DE MARIA JUNTO DA TURMA DO 8.º C NO ANO LETIVO DE 2014/2015**

Relatório de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, orientada pelo Doutor Raúl Martins e apresentada na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Junho de 2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

**DIOGO MIGUEL MOREIRA VICENTE CASEIRO**

**Nº 2007032587**

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NO COLÉGIO DO SAGRADO  
CORÇÃO DE MARIA JNTO DA TURMA DO 8ºC NO ANO LETIVO DE  
2014/2015**

A importância do Feedback como motivação.

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 da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário.

Orientador: **Prof. Doutor Raul Martins**

**COIMBRA  
2015**

Caseiro, D.M.M.V. (2015) Relatório de Estágio Pedagógico Desenvolvido no Colégio do Sagrado Coração de Maria em Fátima – junto da turma do 8ºC no ano letivo de 2014/2015. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

## **DECLARAÇÃO**

Eu, Diogo Miguel Moreira Vicente Caseiro, aluno N<sup>o</sup>2007032587 do Mestrado no Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, venho declarar por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo 30<sup>o</sup> do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de Março de 2009).

Data: 16 de junho de 2015

Assinatura:

## **AGRADECIMENTOS**

**Aos meus colegas do núcleo de estágio do Colégio do Sagrado Coração de Maria, pela partilha de experiências e conhecimentos ao longo do ano letivo.**

**Aos professores do grupo disciplinar de educação física do Colégio do Sagrado Coração de Maria, quer pela simpatia com que nos receberam, quer pela cooperação e integração que demonstraram ao longo de todo o ano letivo.**

**Ao orientador da escola, o professor Ricardo Sardinha que considero o elemento nuclear neste processo. Mostrou desde o primeiro dia uma total colaboração, sempre presente, disponível e encorajador.**

**Ao Colégio do Sagrado Coração de Maria por me dar a possibilidade de realizar o estágio pedagógico.**

## RESUMO

A elaboração deste relatório de estágio, surge no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. A prática pedagógica como professor estagiário, ocorreu no Colégio do Sagrado Coração de Maria em Fátima com o acompanhamento de uma turma do 8.º ano de escolaridade. A elaboração deste relatório tem como principal objetivo incidir sobre a necessidade de uma reflexão, acerca das atividades desenvolvidas ao longo deste processo de formação. Do mesmo modo, será elaborada uma análise acerca da minha evolução a nível pessoal e profissional, proveniente das experiências vividas ao longo do estágio pedagógico. Sempre que se justificou, executaram-se alterações aos objetivos inicialmente definidos, tendo sempre em vista a evolução dos alunos e o atingir das metas propostas. Assim, será realizada uma contextualização das expectativas iniciais relativamente à prática desenvolvida e no final do relatório, é apresentado o aprofundamento do Tema-Problema selecionado: a importância do feedback como motivação.

**Palavras-chave:** Reflexão, avaliação, estágio pedagógico e tema/problema.

## **ABSTRACT**

*The preparation of this internship report, comes as part of the Master in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education, Faculty of Sport Sciences and Physical Education, University of Coimbra. The pedagogical practice as a trainee teacher, took place at the College of the Sacred Heart of Mary in Fátima with a group of the 8th grade. The preparation of this report aims focus on the need for a reflection about the activities developed throughout this training process. Similarly, an analysis of the evolution of my personal and professional level, from the experiences during the teaching practice will be established. Whenever suitable, changes to the objectives initially set, were carried out always bearing in mind the progress of students to achieve the proposed goals. So a context of initial expectations regarding the developed practice will be held and in the end the deepening of selected theme problem is presented: the importance of feedback as motivation.*

**Keywords: reflection:** reflection, evaluation, teaching practice and theme/ problem.

## SUMÁRIO

<b>RESUMO</b> .....	VI
<b>ABSTRACT</b> .....	VII
<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	10
1.1. EXPETATIVAS INICIAIS.....	11
<b>2. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS</b> .....	12
<b>2.1. PLANEAMENTO</b> .....	12
2.1.1. Plano de Formação Individual.....	12
2.1.2. Plano Anual.....	12
2.1.3. Unidades Didáticas .....	13
2.1.4. Planos de Aula .....	14
<b>2.2. REALIZAÇÃO</b> .....	15
2.2.1. Instrução.....	16
2.2.2. Gestão.....	19
2.2.3. Clima de aula / Disciplina.....	20
2.2.4. Estratégias de abordagem às matérias.....	22
2.2.5. Decisões de ajustamento .....	23
<b>2.3. AVALIAÇÃO</b> .....	24
2.3.1. Avaliação diagnóstica.....	24
2.3.2. Avaliação formativa .....	25
2.3.3. Avaliação sumativa .....	26
<b>3. CONCLUSÕES</b> .....	27
<b>3.1. ÉTICA PROFISSIONAL</b> .....	27
<b>3.2. OPÇÕES TOMADAS</b> .....	28
<b>3.3. DIFICULDADES SENTIDAS</b> .....	29
<b>3.4. QUESTÕES DILEMÁTICAS</b> .....	30
<b>4. APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA – A IMPORTÂNCIA DO FEEDBACK COMO MOTIVAÇÃO</b> .....	31
<b>4.1. INTRODUÇÃO</b> .....	31
<b>4.2. PERTINÊNCIA DO TEMA</b> .....	31
<b>4.3. REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	32

<b>4.4. HIPÓTESE .....</b>	<b>34</b>
<b>4.5. METODOLOGIA .....</b>	<b>34</b>
<b>4.6. RESULTADOS .....</b>	<b>35</b>
<b>4.7. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>38</b>
<b>4.8. CONCLUSÕES .....</b>	<b>38</b>
<b>5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>39</b>
<b>6. BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>40</b>

## **1. INTRODUÇÃO**

A elaboração deste relatório de estágio não significa o fim do percurso, mas sim mais um passo no extenso caminho que pretendo percorrer. Na nossa opinião, não chega somente ter vontade de adquirir uma graduação de Mestrado em Ensino. No nosso ponto de vista é necessário ter vocação, paixão pelo que se faz e acima de tudo ter vontade de aprofundar saberes no âmbito do ensino da Educação Física. São estas as razões que nos levaram a continuar a estudar, perseguindo este grande objetivo. Chegado ao final do Estágio Pedagógico é também o momento de refletirmos sobre esta formação, iniciada em Setembro, e na qual procurámos implementar todo um conjunto de saberes e competências, visando os objetivos a alcançar. Efetivamente é através da reflexão, que se identifica e consciencializa o que está bem ou mal sendo por demais evidente que só desta forma é possível evitar os erros e encontrar alternativas e soluções para que os mesmos deixem de se verificar. Ao longo do documento vou fazer referência a todos os trabalhos desenvolvidos, fazendo referência às facilidades, dificuldades e importância dos mesmos na nossa formação como professor de Educação Física. No final, é apresentado o aprofundamento do Tema-Problema escolhido: A importância do feedback como motivação.

## 1. EXPECTATIVAS INICIAIS

No meu caso particular, embora já tenha lecionado 18 anos letivos, devo admitir que inicialmente estava um pouco apreensivo relativamente a este estágio, pois a sua estrutura, organização e nível de exigência que em nada tem a ver com o meu anterior estágio da Escola Superior de Educação. Efetivamente para além de promover, proporcionar e favorecer a nossa integração no meio escolar, conjuntamente com o facto de termos uma turma para cada estagiário trabalhar, possibilita-nos desta feita a aquisição de competências nos diferentes domínios da intervenção pedagógica.

Num ponto tínhamos a certeza desde o início: seria um ano de muito trabalho e que iria requerer muito esforço e dedicação para atingir com sucesso os objetivos a que nos propusemos.

Relativamente ao colega de estágio, também tínhamos alguma curiosidade, em trabalhar com um parceiro que também tem bastante experiência profissional e saber como seriam os seus métodos de trabalho. Isto porque o Estágio Pedagógico implica trabalho em grupo, e se grupo não trabalhasse de forma coesa, seria tudo mais difícil.

Em termos de saber com que turma iríamos trabalhar, não podemos afirmar que houvesse muita curiosidade, pois sempre trabalhámos com esta faixa etária.

Considerámos sempre, que este estágio iria ser uma ferramenta muito útil para a nossa carreira docente e um instrumento privilegiado de apoio, onde iríamos tentar averiguar novas perspetivas sobre a docência e suas implicações.

## **2. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS**

### **2.1. PLANEAMENTO**

O Planeamento é a base de partida de um do ano letivo. Reflete o trabalho a desenvolver de uma forma contínua e adequado à realidade escolar. O Planeamento deve ter uma construção coerente e lógica, partindo do geral para o específico, ou seja partir do Plano Anual, passar pelas Unidades Didáticas e terminar com o Plano de Aula.

#### **2.1.1. PLANO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL**

O Plano de Formação Individual foi produzido no início do ano letivo e revelou-se um documento importante para o meu desempenho como professor estagiário. A autoanálise das minhas capacidades, as fragilidades de desempenho, os objetivos de aperfeiçoamento, os pontos fortes e as tarefas a desenvolver, foi fundamental para dar início à adoção de estratégias, que nos permitisse colmatar os pontos fracos e simultaneamente potenciar os pontos fortes.

#### **2.1.2. PLANO ANUAL**

No Plano Anual foram contemplados os objetivos e uma análise aos programas, à escola (projeto educativo, ambiente escolar e caracterização da população escolar, dos espaços e dos materiais) e à turma (caracterização dos alunos).

Depois, com base nas decisões conceptuais e metodológicas tomadas pelo grupo de Educação Física (finalidades e objetivos gerais da disciplina de Educação Física, atividades curriculares, avaliação, normas de utilização dos materiais, regulamento das aulas de Educação Física e alunos com atestado

médico), foram tomadas as decisões do núcleo de estágio. Estas decisões ponderaram, não só a determinação e concretização dos objetivos anuais nas diversas matérias, mas também a distribuição e ordenamento de horas e matérias. Com esta distribuição foram calculadas as horas previstas, bem como a sequência cronológica das diferentes unidades temáticas.

A elaboração do plano anual revestiu-se assim de uma importância fulcral, pois conseguimos projetar e delinear todo um ano letivo, ponderando todas as decisões tomadas. Tendo no entanto consciência que nada é estanque e que devido a determinadas situações houve a necessidade de proceder a ajustes e alterações.

### **2.1.3. UNIDADES DIDÁTICAS**

Sendo documentos orientadores e auxiliares da ação educativa, as Unidades Didáticas foram todas elaboradas com base nos conteúdos contemplados no plano anual, o número de aulas estabelecido para a lecionação e os resultados da avaliação diagnóstica dos alunos. As Unidades Didáticas foram sempre elaboradas de uma forma global, cabendo posteriormente a cada estagiário, proceder às respetivas adaptações tendo em conta o ano de escolaridade da sua turma, o número de aulas previstas, a seleção de conteúdos a abordar, a definição dos objetivos, cumprindo assim com todos os aspetos requeridos.

Ao delinear as estratégias para a Unidade Didática, foi também necessário que cada um de nós considerasse: os recursos materiais, espaciais e temporais existentes e colocados à nossa disposição e as características dos nossos alunos.

Na sua elaboração foi também dada grande atenção à definição da extensão e sequência dos conteúdos a abordar, assim como dos objetivos a atingir, no sentido de realizar uma planificação exequível, com resultados visíveis em termos práticos.

As Unidades Didáticas contemplam ainda todos os aspetos inerentes à modalidade, os objetivos mínimos e de desenvolvimento a atingir pelos alunos, situações de aprendizagem adaptada a cada nível, critérios de avaliação, extensão e sequência de conteúdos e as estratégias a ser utilizadas.

Importa referir também que foi efetuado para cada um dos blocos de matérias / Unidades Didáticas lecionadas, uma avaliação do trabalho desenvolvido. Foi assim elaborada uma avaliação / reflexão após a Avaliação Diagnóstica, onde foi analisado o nível de prestação inicial dos alunos em cada uma das modalidades, avaliação esta que serviu de base e ponto de partida para a elaboração de toda a Unidade Didática.

Da mesma forma, após terminar cada bloco de matéria, foi também efetuada uma análise crítica de todo o trabalho efetuado. Esta análise / balanço serviu para verificarmos em primeiro lugar se os objetivos foram atingidos ou não. Se não (e verificou-se esta situação), quais os motivos que o justificaram, e quais as possíveis estratégias / ajustamentos necessários para inverter nessa situação.

A realização das Unidades Didáticas tem outro especto que considero muito importante. A sua elaboração ajuda-nos a sistematizar o nosso trabalho, ao mesmo tempo que é um elemento facilitador. Demonstrou ser um excelente elemento de trabalho, também no dia-a-dia, para a realização dos planos de aula, por já conter toda a sequência esquematizada, bem como um elevado conjunto de exercícios “prontos” a utilizar.

#### **2.1.4. PLANOS DE AULA**

No que diz respeito aos Planos de Aula, foi apresentada uma proposta ao Professor Ricardo Sardinha, que sofreu alguns reajustamentos, e que culminou no modelo utilizado ao longo do ano letivo. Na nossa opinião, os Planos de Aula consistem num documento simples onde estão incluídos todos os aspetos fundamentais inerentes a cada aula e possibilitam uma rápida consulta e compreensão do mesmo.

Um dos aspetos mais salientados pelo Professor Orientador de escola, foi que nos planos de aula devem estar definidos claramente os comportamentos que pretendemos observar e que o aluno consiga realizar naquela aula em particular. Quanto às componentes críticas a observar, também nos chamou á atenção que não poderão ser em número muito elevado, pois corremos o risco de não conseguirmos observar realmente quais as mais importantes a atingir numa determinada aula.

Penso que acabei por conseguir que o plano de aula passasse a ser elaborado de forma coerente em articulação e necessária continuidade da Unidade Didática, com uma implementação viável em termos de tempo e espaço, apresentando uma integração dos conteúdos, dos vários domínios e contemplando os vários aspetos das suas componentes.

Procurei assim, planear todas as aulas de acordo com a Unidade Didática em consonância com a extensão e sequência dos conteúdos, mas fundamentalmente com o desempenho e evolução dos meus alunos ao longo de cada aula.

Como conclusão, a Planificação de cada aula é o início da aula, pois é aqui que se dá a à preparação da aula, a preparação do espaço, a certificação da quantidade dos materiais necessários, o que realmente queremos desenvolver e aperfeiçoar no aluno. Só agindo assim, estamos a maximizar o tempo disponível para a prática e a melhorar consideravelmente os aspetos relativos à organização das atividades. Esta foi uma preocupação que tivemos em todas as aulas.

## **2.2. REALIZAÇÃO**

Este momento é a fase mais importante do processo ensino-aprendizagem. As aprendizagens dos alunos surgem da conjugação de várias dimensões, nomeadamente a instrução, gestão, clima e disciplina. Estas estão relacionadas entre si e são indissociáveis do binómio ensino-aprendizagem.

### **2.2.1. INSTRUÇÃO**

O processo de instrução é fundamental, pois é através dele que os alunos interiorizam e compreendem os objetivos a alcançar nas diferentes tarefas e a importância que as mesmas têm no desenvolvimento das suas capacidades.

#### **Informação inicial**

Incidindo agora sobre a nossa reflexão para as intervenções pedagógicas e começando pelo início das aulas ou seja, a Informação inicial, devemos dizer que estas foram na minha opinião completas, nas quais informámos os alunos de forma firme e audível que a aula ia começar, relacionando-a com etapas anteriores, referindo ainda a modalidade a trabalhar, os objetivos previstos para a mesma, os consequentes conteúdos, o tipo de tarefas (formas de trabalho) e por último mas não menos importante, as principais regras de aula a cumprir.

#### **Condução da aula**

Relativamente às instruções e desenvolvimento das aulas, pensamos ter conseguido registar evoluções significativas.

Com a experiência adquirida ao longo das aulas e através das indicações dadas pelo professor Ricardo Sardinha, conseguimos inverter esta situação, pois não basta apenas a explicação das tarefas, os alunos têm de ficar com a consciencialização exata do objetivo do exercício, da importância e da forma da tarefa. Considero que este tipo de abordagem torna-se muito importante porque ajuda os alunos a desenvolverem as suas capacidades técnico-táticas, facilitando em muito o “*transfer*” para eventuais situações de jogo, ou exercícios mais complexos.

A utilização de outras estratégias para além da preleção, como por exemplo a utilização do questionamento, da demonstração realizado pelo

professor ou por alunos e outras que tivemos o cuidado de introduzir ao longo do ano, como a visualização através auxiliares de ensino, permitiram diminuir o tempo consumido para a explicação e aumentar o compreensão por parte dos alunos.

Um aspecto ao qual sempre demos especial atenção, que deve ser pensado e refletido com muito cuidado e com tempo de antecedência, pois engloba competências que se revestem de vital importância nas aulas da Educação Física, foram as demonstrações. A este nível o nosso posicionamento para as demonstrações foi bom na maioria das instruções das tarefas, tendo a preocupação em colocar os alunos para que todos visualizassem o que pretendíamos, evitando ter alunos nas costas, ou seja, mantendo todos os alunos no meu campo de visão, procurando assim que as demonstrações fossem visíveis para todos os alunos. Procurámos sempre que possível utilizar os alunos como agentes de ensino, escolhendo para as demonstrações, sempre os alunos que nos pareceram ter um melhor domínio dos gestos ou elementos técnicos a transmitir.

Relativamente ao posicionamento e circulação ao longo das aulas, tivemos sempre a preocupação de efetuar deslocamentos de forma imprevisível e de forma a conseguirmos acompanhar a execução de todos os alunos. Quanto ao posicionamento, este foi também no sentido de conseguirmos controlar em todas as situações toda a turma, sem nunca deixar que os alunos ficassem fora do nosso alcance visual. Este foi um aspecto que tivemos sempre em consideração aquando da planificação das nossas aulas, pois a forma como organizamos as tarefas e dispomos os diferentes dispositivos e alunos pelo espaço, pode condicionar e influenciar em muito a circulação e posicionamento. De uma forma global, pensamos que estivemos muito bem relativamente a estes aspetos.

Demos sempre também especial atenção à prevenção e acautelamento de eventuais situações de risco. É óbvio que existem modalidades que poderão apresentar maiores situações de risco, relativamente a outras. De qualquer forma, tentámos sempre precaver essas eventualidades, quer com a colocação “obrigatória” de ajudas, correta montagem e disposição dos materiais de ajudas

nas modalidades e proteção correta dos materiais na Ginástica de solo e aparelhos; com a realização de uma ativação geral correta e adequada a cada modalidade a ser trabalhada; com o estabelecimento de regras de aulas gerais para todas as aulas e a inclusão de algumas particulares em algumas aulas, sempre que achámos necessário; com a planificação e organização correta dos exercícios, de modo a todos os alunos terem o espaço próprio de trabalho, etc.

Penso que estas estratégias foram acertadas, pois no decurso de todas as aulas, não se verificou qualquer situação em que a integridade física dos alunos tivesse sido posta em causa.

### **Qualidade dos feedbacks fornecidos**

Tendo em conta a nossa personalidade, motivação para o trabalho e facilidade nas interações com os alunos, levou a que tenhamos sido sempre muito interventivos no decurso de todas as aulas. Poderemos referir também que “quantidade, pode não ser sinónimo de qualidade” e este foi um aspeto para o qual o professor Ricardo sardinha nos chamou a atenção. Em algumas situações, temos consciência que deveríamos ter sido mais pertinentes nas nossas intervenções. Com o evoluir do tempo, apercebemo-nos que um FB coletivo, é mais eficaz que dez FB's individuais, com efetiva poupança de tempo; que um FB visual (demonstração, ou explicação complementada com execução), é mais eficaz que uma simples explicação.

Um outro aspeto, a melhorar no decurso do ano letivo, foi a verificação dos ciclos de FB's. Tendo como característica pessoal o ser muito interventivo, verificava-se que dava um FB a um aluno e rapidamente ia corrigir outro, não esperando por nova execução ou voltando mais tarde para fechar o ciclo. Este aspeto foi mais notório em algumas modalidades coletivas. Temos clara noção que nas modalidades de carácter individual (Atletismo, Ginástica) invertemos claramente esta situação. Temos noção que no decorrer do terceiro período, a questão da verificação dos efeitos dos FB's já surgiu de modo natural.

Outro aspeto relacionado com os FB's e na nossa opinião de capital importância no desenrolar de uma aula, ou até mesmo Unidade Didática, é o

reforço positivo. Desta forma consegui aumentar os níveis de motivação dos alunos em modalidades que à partida teriam menos interesse para eles e aumentar os seus níveis de autoestima, pois os alunos veem o seu esforço recompensado e valorizado.

Aspeto fulcral também e que nunca nenhum estagiário ou professor deve deixar de ter em atenção, prende-se com a necessidade de o professor deter um domínio total dos conhecimentos das diferentes matérias a abordar, das diferentes modalidades e formas de intervenção pedagógica, sob pena de poder ver a sua posição descredibilizada perante a turma. Relativamente a este aspeto, penso ter estado sempre em plano elevado.

### **Modo de conclusão da aula**

No que respeita à conclusão da aula, é importante que se efetue uma revisão e extensão dos conteúdos abordados, promovendo assim a consolidação das aprendizagens visadas nessa aula. Nas nossas informações procurámos essencialmente que estas fossem sucintas e focadas incidindo preferencialmente sobre as dificuldades detetadas face aos objetivos propostos. Um outro aspeto, o qual foi sempre parte integrante deste momento da aula corresponde à extensão dos conteúdos ligando a aula com a aula seguinte.

Um aspeto que por vezes foi referido pelo Professor Ricardo Sardinha, diz respeito ao questionamento como forma de controlar as aquisições dos alunos. Este foi um aspeto que procurámos forçosamente melhorar no decurso do ano, tentando sempre incluí-lo aquando da revisão e consolidação das aprendizagens efetuadas nas aulas.

### **2.2.2. GESTÃO**

Relativamente a este aspeto, sempre tivemos de dar especial atenção à gestão dos tempos de aula. Demos sempre especial atenção a dois aspetos, que na minha opinião considero importantíssimos: fomos sempre rigorosos na

hora de início das aulas, pois os alunos terão de ser responsabilizados para o cumprimento dos mesmos; da mesma forma, fomos rigorosos também com a hora do final da aula, respeitando o tempo destinado á higiene pessoal de cada um, bem como o tempo de intervalo a que têm direito.

Como qualquer planeamento pode ser sujeito a alterações, também os planos de aula não tiveram necessariamente de ser inflexíveis. Não fomos excessivamente rigorosos com o cumprimento dos tempos de tarefas delineados no plano, mas sim com o cumprimento ou não dos objetivos propostos para cada tarefa. Procurámos sempre trabalhar consoante o desempenho dos alunos. Assim, em determinadas situações resolvemos continuar com determinadas tarefas quando verificámos que era benéfico para a consecução dos objetivos propostos, da mesma forma que em outras situações, reduzi o tempo ou eliminei determinadas tarefas, fazendo as adaptações necessárias, quando a mesma não funcionava.

Em todas as aulas, e de forma a rentabilizar a gestão dos tempos, tivemos sempre o cuidado de formar os grupos de trabalho, na primeira aula a seguir à avaliação diagnóstica e manter esses mesmo grupos para as restantes aulas das unidades didáticas. Esta atuação teve o propósito de diminuir os tempos de organização, aumentando assim o tempo de empenhamento motor. A eventual distribuição dos coletes foi sempre efetuada nos momentos de transição para o jogo. O professor chamava os capitães das diversas equipas (normalmente quatro) e dava um conjunto de coletes a cada um deles, que por sua vez os distribuíam pelos restantes elementos da equipa. Desta forma tenho clara noção que reduzi bastante os tempos de organização e criei hábitos fáceis de assimilar.

### **2.2.3. CLIMA DE AULA / DISCIPLINA**

Tendo sempre como ponto de partida as informações transmitidas pelo professor Ricardo Sardinha, relativamente ao comportamento e atitude dos alunos desta turma verificado no ano anterior, não senti necessidade de iniciar

o ano letivo com uma atitude muito autoritária. No entanto optei numa fase inicial por estabelecer uma relação em que mantive uma certa distância com os alunos, tendo definido muito bem quais as regras que pretendia ver cumpridas. Tentei assim marcar uma posição, mesmo sendo estagiário e sabendo os alunos disso, expliquei bem o lugar que cada interveniente detém na aula de Educação Física.

Com o passar das aulas, fui conhecendo melhor os alunos. Deu para perceber que a turma tinha alguns alunos mais agitados, mais conversadores, com vontade de brincar, mas nada mal-educados. Com o desenrolar do ano, penso que se foi criando uma relação de respeito mútuo. Tenho clara noção que em determinadas situações tivemos de adotar uma atitude e postura mais rígida e menos tolerante, nomeadamente numa aula de ginástica de aparelhos em que tivemos de mandar sentar um aluno pois estava a colocar em risco a sua própria segurança.

No entanto cremos ter criado um ambiente de aula agradável, utilizando essencialmente interações positivas, dirigindo-nos ao aluno pelo seu nome próprio, criando um clima de confiança e motivando-os sempre para que atingissem os objetivos propostos.

As nossas intervenções foram sempre no sentido de estimular a superação das capacidades individuais, pois consideramos que é uma forma de manter os alunos motivados, empenhados, dinâmicos para além de facilitar a sua evolução.

Uma outra estratégia que implementámos desde as primeiras aulas foi, procurar que os nossos deslocamentos e posicionamento se fizessem sentir por todo o espaço da aula, no intuito de chegar a todos os alunos/grupos. Fazer com que os alunos sentissem que estavam a ser observados a todo o momento, o que inibe possíveis comportamentos de desvio.

Penso que também foi muito importante, a forma como consegui utilizar a comunicação não verbal, para conseguir interagir com os alunos. Em muitas situações, bastava um olhar, um pequeno gesto de aceitação ou negação, para que os alunos percebessem a mensagem que pretendia transmitir.

Para finalizar, na nossa opinião, um bom professor é aquele que consegue manter uma relação de respeito mútuo com os alunos e ao mesmo tempo estimular e motivar para as tarefas de uma forma alegre, não sendo as aulas encaradas como uma obrigação.

#### **2.2.4. ESTRATÉGIAS DE ABORDAGEM ÀS MATÉRIAS**

As primeiras aulas tiveram como principal função a realização de uma Avaliação Diagnóstica com o objetivo de avaliar o nível médio da turma.

A avaliação realizada permitiu planificar as atividades em função do nível dos alunos, para que as estratégias utilizadas fossem as que mais contribuíram para os levar a atingir com sucesso os objetivos preestabelecidos. Desse modo, foram propostas tarefas com diferentes graus de dificuldade, para que estivessem adequadas aos diferentes níveis de prestação existentes na mesma turma.

Importa também referir que o grau de complexidade e especificidade das tarefas por nós propostas aumentou de forma progressiva no decurso das aulas, partindo de formas simples e gerais, para formas mais específicas e complexas.

Ao longo do ano letivo manteve-se a forma de abordagem das matérias, do simples para o complexo, contudo, os conteúdos técnicos foram abordados segundo duas etapas: a primeira, constituída por exercícios critério, onde se pretende ensinar as principais componentes críticas dos vários elementos/gestos a ensinar; a segunda constituída por exercícios onde o aluno realiza o elemento/gesto na sua totalidade. Tivemos especial atenção. Para que todas as atividades de aprendizagem contivessem 2 elementos: repetição, onde a exercitação é o elemento central da aprendizagem, sem repetição não há aprendizagem; relevância contextual, onde as atividades de aprendizagem devem ser experimentadas num contexto referenciado e em situações o mais próximo possível da situação real.

Com base nos resultados da avaliação Inicial, a formação de grupos contribuiu para que o tempo de empenhamento motor fosse o mesmo para todos os alunos e promovesse a cooperação entre os alunos, de modo a que os que têm mais dificuldades sejam ajudados pelos colegas com menos dificuldades, funcionando os alunos como agentes de ensino (grupos heterogéneos).

No sentido de proporcionar tarefas adequadas aos diferentes níveis de prestação dos alunos, bem como de garantir igual tempo de prática a todos eles, sempre que possível utilizámos o trabalho por estações (por vezes com vários níveis de dificuldade).

No aquecimento, por vezes utilizámos uma componente lúdica; a prática de jogos específicos relacionados com os conteúdos das aulas, para proporcionar a familiarização dos discentes com os elementos técnicos ou táticos a abordar. Estes jogos lúdicos constituíram uma motivação extra para a aprendizagem. A arrumação e o transporte dos materiais no início e no final da aula foram sempre prestados pelos alunos, sobre a nossa orientação, respeitando as regras de segurança e preservando o material.

#### **2.2.5. DECISÕES DE AJUSTAMENTO**

Em termos de decisões de ajustamento, estas podem ser de natureza mais ponderada, no caso das planificações a longo e médio prazo, ou de natureza imediata, como é o caso dos planos de aula e aulas propriamente ditas.

Na nossa opinião, existem duas competências essenciais a ter em conta aquando de uma decisão de ajustamento: em primeiro lugar, é necessário saber detetar a falha e muitas vezes admiti-la; em segundo lugar, é necessário ser criativo e rápido para efetuar as devidas correções e adaptações da forma mais adequada.

Relativamente a reajustamentos a longo prazo, nomeadamente à planificação anual, devemos referir que não foram efetuadas alterações. Os

Blocos de Matérias inicialmente previstos foram aqueles que efetivamente foram lecionados e nas alturas definidas desde o início. Do mesmo modo, também não existiu necessidade de reajustar o número de aulas em relação às Unidades Didáticas.

Em relação aos Planos de aula, devemos referir que a maioria das aulas decorreram de acordo com o planejado. Em algumas situações sentimos a necessidade de efetuar pequenas alterações à forma ou organização dos exercícios e tarefas, proceder à reformulação de alguns exercícios, adaptando-os melhor às reais capacidades dos alunos.

Penso que mais uma vez aqui a minha experiência anterior, teve influência na boa capacidade de adaptação que tive a situações não previstas, tendo a minha opinião sido sempre ajustadas às condições de ensino.

## **2.3. AVALIAÇÃO**

Os critérios de avaliação, foram definidos pelo Grupo Disciplinar de Educação Física do Colégio Sagrado Coração de Maria, no sentido de classificar o aluno em função do seu desempenho nas situações de avaliação psicomotora, cognitiva e socioafetiva.

As percentagens a atribuir a cada componente, são iguais às definidas pelo grupo de Educação Física e aprovado em Conselho Pedagógico e distribuído aos alunos no início do ano letivo.

A Avaliação é um processo global e complexo, que envolve três fases com características e objetivos muito específicos: Avaliação Diagnóstica, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa.

### **2.3.1. AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA**

A avaliação diagnóstica é um tipo de avaliação que deve ser utilizada no início do ano letivo. Este tipo de avaliação é um ponto de partida para a conceção e desenvolvimento de qualquer projeto curricular da escola ou de

uma turma. Isto é, sempre que se pretende identificar o ponto de partida em relação às características do contexto e da comunidade em que se insere a escola, em relação às características da turma ou dos seus alunos ou em relação aos conhecimentos que possuem sobre assuntos relacionados com os conteúdos curriculares e às competências que desenvolveram. Esta avaliação tem como principal objetivo fornecer ao professor os elementos orientadores dos níveis de desempenho dos alunos no início de uma Unidade Didática.

O grupo de estágio optou por efetuar esta avaliação sempre na primeira aula de cada Bloco de Matéria e não todas no início do ano letivo, como é usual em algumas escolas. Penso que a opção tomada foi no nosso ponto de vista a mais correta, pois assim o trabalho é mais sequencial, tanto para o professor como para os alunos, tendo a informação recolhida servido para estabelecer ou não diferentes níveis dentro da turma, proporcionando iguais possibilidades de sucesso a todos os alunos.

### **2.3.2. AVALIAÇÃO FORMATIVA**

A Avaliação Formativa tem como finalidade dar *feedbacks* ao professor e ao aluno relativamente à evolução deste e das suas dificuldades, detetar os problemas de ensino-aprendizagem, assim como localizar erros de modo a permitir a utilização de outros processos de ensino.

Neste tipo de avaliação foram contemplados aspetos relativos aos domínios socioafetivo (responsabilidade, motivação, cooperação, empenho), que se refletem no comportamento do aluno em termos da pontualidade, respeito, assiduidade e participação nas aulas. Foram ainda avaliados parâmetros do domínio cognitivo (conhecimento das regras de segurança, do equipamento e material e das componentes críticas dos vários elementos) por meio do questionamento no decurso das aulas. A avaliação foi efetuada por observação direta dos comportamentos dos alunos no decurso das aulas, com posterior registo em grelhas criadas para o efeito.

Esta informação permitiu-me ainda poder fornecer aos alunos um *feedback* constante da sua posição em relação à avaliação inicial e em relação à avaliação final.

### **2.3.3. AVALIAÇÃO SUMATIVA**

A Avaliação Sumativa tem como principal objetivo o balanço final da Unidade Didática. É após a realização desta avaliação que o professor analisa se os objetivos inicialmente propostos foram ou não cumpridos. No que diz respeito ao tipo de informação que a avaliação nos transmite podemos dizer que é uma informação geralmente global visando uma classificação ou nota.

Este tipo de avaliação foi sempre realizado na última ou duas últimas aulas das Unidades Didáticas, sendo sempre constituída por exercícios idênticos / iguais aos realizados nas aulas. Desta forma pretendíamos a progressão nas aprendizagens e consolidação dos conhecimentos, relativamente aos conteúdos abordados. Esta avaliação foi sempre realizada por observação direta sendo os resultados registados na grelha de Avaliação Sumativa.

Os alunos foram também sujeitos a um teste escrito por período, onde foram abordados os conteúdos referidos e trabalhados ao longo das aulas, assim como conteúdos do manual do oitavo ano, estabelecidos no início do ano pelo Grupo Disciplinar de Educação Física. O professor orientador Ricardo Sardinha, chamou-nos a atenção, para na elaboração do plano anual, termos o cuidado de agendar duas aulas teóricas por período, no sentido de reforçar os conteúdos atrás referidos.

### **3. CONCLUSÕES**

#### **3.1 ÉTICA PROFISSIONAL**

Um dos aspetos no qual penso ter obtido uma postura correta prende-se com as atitudes que evidenciei. Assim, assumi com disponibilidade e criatividade as iniciativas que foram impostas pelas tarefas, no intuito de as tornar as mais motivantes, e desta forma cativar a atenção dos alunos, gerando neles um interesse pelas atividades e consequente envolvimento.

Por outro lado, fui sempre responsável assumindo as tarefas que me foram incumbidas, de uma forma pessoal, concretizando-as com ponderação, contribuindo assim para um melhor desempenho das minhas funções de modo a obter êxito nas mesmas.

Quanto à minha participação, esta verificou-se assídua, cooperante e empenhada em todas as aulas, assim como em todas as atividades do Grupo de Educação Física.

Um dos aspetos para o qual sempre dei particular atenção, pois considero-o de extrema importância, prende-se com a assiduidade e pontualidade. De facto, este aspeto é na minha opinião a imagem de marca do professor, não se justificando o inverso.

Como conclusão final deste ponto, e em termos de atitude e ética profissional, penso ter sido extremamente competente, rigoroso e cumpridor de todas as responsabilidades perante o trabalho, e todos os intervenientes neste processo de estágio no decorrer deste ano. Com respetiva salvaguarda para uma aula que não pude lecionar, por estar presente nas Jornadas da FCDEF.

Em termos da minha participação no trabalho em grupo, sempre me mostrei disponível para ajudar em tudo para o que fui solicitado, como se pode comprovar pelas atividades em que estive envolvido e penso ter mantido uma boa relação com todos os elementos constituintes do Grupo de Educação Física, assim como com toda a comunidade escolar.

Por último e relativamente ao dossiê individual, podemos dizer que procurámos que estes fossem o mais completos possíveis, contendo todas as informações inerentes ao estágio de forma cuidada e pertinente.

### **3.2. OPÇÕES TOMADAS**

Ao longo do estágio decidimos tomar várias opções, com base nos programas nacionais, regulamentos da escola, regras e critérios do grupo disciplinar de educação física e nas nossas opiniões em reuniões de núcleo de estágio. No decurso da seleção, ouve sempre o cuidado de assegurar equilíbrio entre desportos coletivos e desportos individuais, de forma a garantir condições propícias para o desenvolvimento de competências diversas no aluno. Analisando a dimensão da turma, os tempos de aula disponíveis e os espaços, decidimos em articulação com o orientador de escola, que nas aulas de quarenta e cinco minutos, estas tivessem uma estrutura essencialmente baseada em situações de jogo, (para os desportos coletivos). No que diz respeito aos planos de aulas, decidimos que sempre que os conteúdos assim o permitissem, introduzi-los de imediato na ativação inicial através de formas jogadas. A parte final do plano, mais propriamente o retorno à calma seria realizado com exercícios de relaxamento, ou através de diálogo com questionamento oral. A criação de grupos de nível foi na maioria das vezes utilizada nas modalidades coletivas em que se verificaram grandes diferenças de nível e exigiam que houvesse diferenciação pedagógica. Normalmente estes casos verificavam-se mais nas modalidades coletivas entre os dois géneros. Nas modalidades individuais (ginástica no solo, ginástica de aparelhos), onde não existia grandes diferenças de nível, decidimos organizar os grupos de forma heterogénea entre géneros, o que até proporcionava um clima de aula mais calmo e disciplinado.

### 3.3. DIFICULDADES SENTIDAS

O início de um Estágio Pedagógico provoca-nos de uma forma natural alguma ansiedade e pressão. Embora não haja receitas para inibir estes sentimentos, a experiência vivida como docente permitiu-nos ultrapassar mais facilmente esta angústia inicial. A maior preocupação foi mesmo conciliar as questões profissionais e pessoais, principalmente depois de analisar o guia de estágio e observar o enorme trabalho que nos esperava. Se apenas como estudante, o tempo já iria ser muito preenchido, como professor noutra estabelecimento letivo (horário completo) e pai de duas filhas mais complicado iria ser. Prontamente, chegámos à conclusão que trabalhar para o estágio de forma regular, atempada e empenhada seria o mais recomendável, o que viria a ser comprovado no final do mesmo.

Os planos de aula e a escolha dos exercícios (dependendo dos objetivos a atingir), levaram a um dispêndio de tempo e energia bastante significativo (90 aulas planificadas), mas com a experiência acumulada ao longo do ano, esta tarefa foi ficando menos difícil. O espaço destinado para a aula, por vezes dificultou-nos, na medida em que por vezes tínhamos de lecionar um bloco de 90 minutos de Andebol dentro de um pavilhão com dimensões de 24 metros por 12. De realçar que tinha uma turma com 26 alunos, o que obrigava a uma grande ginástica mental na preparação da aula referida. Quando temos apenas dois colchões de queda (um grande e um pequeno) e apenas dois postes e um elástico para lecionar a técnica de “Fosbury Flop” no salto em altura, a criatividade impera. Neste caso específico, com a ajuda de outros tapetes gímnicos e com a minha experiência de 10 anos como treinador de Atletismo, consegui fazer duas estações de queda com corrida de balanço. Também no deparámos com um campo exterior com apenas 2 balizas de Andebol. Neste caso particular, foi necessário comprar fita sinalizadora e construir 4 balizas (2 campos) aproveitando a rede metálica envolvente ao campo. Assim consegui colocar 24 alunos a jogar ao mesmo tempo e ficar com apenas 2 alunos suplentes, que ajudavam na arbitragem do jogo.

A questão de fechar ciclos de feedback foi outra das dificuldades encontradas, que só perto do final do ano letivo é que foi desaparecendo. Esta dificuldade era mais predominante nas modalidades coletivas..

Outra dificuldade sentida, foi um menor à vontade em algumas modalidades, nomeadamente ginástica no solo, não ao nível dos conhecimentos técnicos, mas ao nível da organização/disposição dos materiais, controlo do ruído pelos alunos, pouca exercitação de alguns alunos. Estas aulas exigiram uma preparação ainda mais cuidada e longas horas de discussão saudável em reuniões do núcleo de estágio de quais as melhores metodologias a aplicar.

### **3.4. QUESTÕES DILEMÁTICAS**

Ao longo de estágio, surgiram várias opiniões e diferentes pontos de vista sobre diversos temas, proporcionando assim alguns dilemas. A primeira questão deparou-se com o treino da resistência (corrida contínua), se seria melhor esta ser trabalhada no campo exterior de Andebol, ou então por todo o espaço escolar. A segunda questão prendia-se com a exercitação da trave olímpica e barra fixa por ambos os géneros, ou apenas o primeiro aparelho para as raparigas e o segundo para os rapazes. Outra das questões, incidia nos jogos coletivos no campo exterior, manter toda a turma a praticar jogo reduzido, ou realizar jogo formal a campo inteiro e ter apenas metade da turma a trabalhar exercícios técnicos ou táticos. As opiniões acerca destas problemáticas foram na generalidade unânimes, no entanto, estas questões acabaram por levar a algumas reflexões e análises dentro do núcleo de estágio.

## **4. APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA: A IMPORTÂNCIA DO FEEDBACK COMO MOTIVAÇÃO**

### **4.1. INTRODUÇÃO**

Este projeto teve como objetivo, abordar de uma forma geral o desenvolvimento do Tema/Problema que nos propusemos a desenvolver, no âmbito da unidade curricular do Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário.

O Tema/Problema teve como propósito, ir ao encontro do nosso desenvolvimento pessoal e da conduta como profissional do ensino da disciplina de Educação Física no contexto escolar. O tema selecionado, incidiu sobre a intervenção pedagógica específica, mais propriamente: o Feedback. Desta forma, tencionámos monitorizar nas nossas intervenções pedagógicas, o Feedback como motivação na sala de aula.

No que diz respeito à estrutura deste trabalho, teve como ponto de partida a pertinência do tema, passando pela revisão da literatura; a metodologia, forma de como iria ser feita a recolha de informação para futura análise e como término angariar referências bibliográficas como base de pesquisa aprofundada sobre o Tema.

### **4.2. PERTINÊNCIA DO TEMA**

Um dos pontos destacados na literatura, é a importância da relação do professor com o aluno e que, conseqüentemente, pode proporcionar maior adesão à prática de exercícios na sala de aula. O fornecimento adequado de feedback pelos professores é um fator muito importante na aprendizagem do aluno. A instrução e a demonstração são os meios mais utilizados pelos professores de EF na transmissão de saberes aos alunos nas aulas de Educação Física. Também não é menos verdade, que a utilização do Feedback é uma das ferramentas indispensáveis para a aprendizagem. A qualidade da

informação fornecida ao indivíduo determina a boa formação acadêmica dos profissionais do ensino, sendo determinante para o desenvolvimento da habilidade motora do aluno. A informação que o professor transmite, procura facultar aos alunos conhecimentos sobre aspectos ligados à realização das tarefas, bem como criar pressupostos para que estes possam atingir determinado objetivo, de modo autónomo. O Feedback Pedagógico torna-se, assim, um poderoso instrumento de comunicação e informação entre o professor e o aluno, com o objetivo de ajudar a executar os comportamentos motores corretos e eliminar os incorretos. (correção dos erros).

### **4.3. REVISÃO DA LITERATURA**

#### **O Feedback**

Vários autores emitiram a sua opinião sobre o tema do Feedback. McGOWN (1991), entende por *feedback* a informação que se obtém após uma resposta, e é geralmente vista como a mais importante variável que determina a aprendizagem, logo a seguir à prática propriamente dita. SCHMIDT (1993), o *feedback* pode ser uma consequência natural do movimento, num processo de percepção pelo próprio executante e, pode também ser de outras formas, que não são tão óbvias para o aluno. Sem dúvida, o *feedback* verbal está frequentemente sobre o controle direto do instrutor; então, ele ocupa uma grande parte na organização da prática. O *feedback* verbalizado pode exprimir muitos tipos diferentes de informação simultaneamente, cada uma delas envolvendo muitos processos diferentes de aprendizagem. No entanto, a principal função da informação de *feedback* é a de permitir ao executante avaliar a resposta dada, criando uma estrutura de referência de forma a que o atleta ou aluno possa detetar erros e tentar corrigi-los (McGOWN, 1991). Além de informação, como será descrito mais adiante, o *feedback* pode ter a função motivadora e de reforço, para a execução de uma tarefa ou habilidades. Ainda segundo MARTENIUK (1986), define o *feedback* como sendo uma resposta

produzida pelo movimento realizado, obtendo informações cinéticas e cinemáticas do mesmo. SCHMIDT (1993) afirma que *feedback* é qualquer tipo de informação sensorial sobre o movimento, não exclusivamente com referência a erros.

### **O *feedback* como motivação**

Segundo MOTA a manifestação de caráter positiva por parte dos docentes tem um papel estimulador de atividade dos seus alunos. Salientar os procedimentos corretos, os êxitos, os sucessos de seus alunos e o encorajamento pós erro, pode ser muito importante (BRUNELLO, citado por MOTA, 1989).

Experimentos revelaram que o *feedback* no qual o aluno era motivado, tinha um papel muito importante na performance, chegando a melhorá-la em situações desgastantes, entediadas e até desmotivantes (SCHMIDT, 1993).

O longo período sem *feedback* pode desmotivar o praticante. Manter os alunos informados de suas performances pode motivá-los e levá-los a exercer mais esforço na tarefa, o que pode beneficiá-los em termos da aprendizagem aumentada (SCHMIDT, 1993).

O *feedback* pode prejudicar o aluno em algumas situações, pois pode embaraçá-lo em relação aos outros devido a sua performance não ser ideal, com isso em vez de motivá-lo, o professor acabará desmotivando-o (SCHMIDT, 1993).

### **O *feedback* como reforço**

Segundo SCHMIDT (1993), o reforço tende a fazer com que o aluno repita ou não determinada ação. Com o reforço positivo o aluno tenderá a repetir aquela ação, pois o fator motivacional oferecido pelo professor incentivará nova tentativa da mesma ação. Em contrapartida, o reforço negativo inibe qualquer tentativa futura, que o aluno possa vir a fazer. Esse tipo de reforço deve ser utilizado com muita cautela devido ao fator desmotivacional. "O entusiasmo com que o sujeito se empenha na

aprendizagem depende essencialmente da utilização do reforço, este deve ser proporcionado de diferentes formas" (BLOOM, citado por MOTA, 1989, p. 24).

Segundo MOTA (1989), o *feedback* só é considerado como tal quando o aluno entende-o como um reforço. Ao passar o *feedback* o professor deve observar fatores como a faixa etária, a experiência motora e a natureza do erro de execução.

No trabalho desenvolvido por Vicianá, Cervelló, Ramirez, San-Matias, & Requema (2003), os resultados obtidos mostraram que o feedback positivo nas aulas de educação física levou a um aumento significativo do prazer de participar na atividade.

#### **4.4. HIPÓTESE**

Como hipótese, sugere-se que o desempenho dos alunos melhora, ao realizar o teste da milha na presença de Feedbacks motivacionais individuais ou em grupo e na forma auditiva.

#### **4.5. METODOLOGIA**

##### **Método**

Para a realização deste trabalho, pretendemos comparar duas aulas de Educação Física, quanto ao efeito do Feedback motivacional. A tarefa apresentada será o teste da milha inserido nos testes de aptidão física. As aulas terão uma semana de intervalo e serão idênticas quanto ao conteúdo mas completamente diferentes quanto à postura do professor. Na primeira aula, o professor apenas recolhe os resultados obtidos pelos alunos sem recurso a Feedback. Na segunda aula, o professor recolhe os dados obtidos e durante a tarefa apenas dá feedbacks motivacionais. No final, serão comparados os tempos efetuados pelos alunos em ambas as aulas de modo a verificar se os resultados melhoraram da primeira para a segunda aula.

## Amostra

A amostra caracteriza-se por 26 alunos do 8.º ano de escolaridade. Quanto ao género a amostra contém 50% alunos do género masculino e 50% do género feminino, com as idades compreendidas entre os 13 e 15 anos.

## Procedimentos

Quando os alunos participaram no nosso estudo, não lhes foi dito qual o objetivo do mesmo, pois poderia influenciar os resultados obtidos. Apenas souberam que a sua prestação em ambas as aulas seria avaliada. Todos os dados foram registados em grelhas de observação.

### 4.6 RESULTADOS

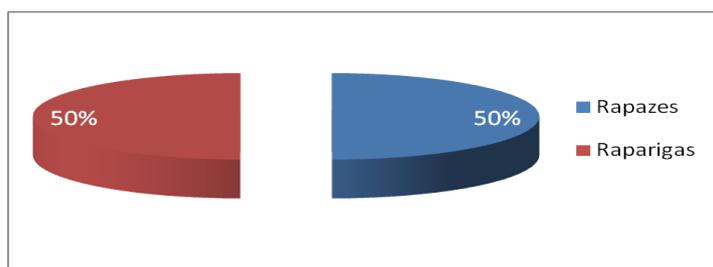


Gráfico 1: Distribuição da amostra segundo o género.

No que diz respeito ao gráfico 1, constatamos que a amostra se distribui homogeneamente, significando que a percentagem de rapazes e raparigas na turma é bastante aproximada. Esta percentagem traduz-se em 13 indivíduos do género masculino e 13 do género feminino.

### Rapazes

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.ª aula	10:44	9:30	7:59	6:46	6:59	7:28	7:22	8:17	7:29	7:29	7:24	8:41	7:44
2.ª aula	9:50	9:36	6:55	6:45	6:47	7:44	7:32	8:14	8:07	7:43	7:49	7:49	7:43

Quadro 1: resultados obtidos pelos rapazes no teste da milha (minutos).

**Raparigas**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. <sup>a</sup> aula	8:33	8:42	10:51	10:12	8:51	8:47	11:04	12:20	10:40	10:10	10:00	8:25	12:20
2. <sup>a</sup> aula	8:41	8:12	9:30	10:03	9:41	8:43	10:18	10:48	10:55	10:08	9:12	8:05	10:52

Quadro 2: resultados obtidos pelas raparigas no teste da milha (minutos).

De acordo com os quadros 1 e 2, podemos verificar que 16 dos indivíduos, melhoraram os seus resultados da primeira para a segunda aula. Verificamos ainda, que dos 13 rapazes, 7 melhoraram e 6 pioraram os seus resultados. Nas raparigas, de 13, verificamos que 9 melhoraram e 4 pioraram os seus resultados. A média de tempo ganho no género masculino foi de 2 segundos, enquanto no género feminino a média foi de 30 segundos. A média de tempo ganho da amostra foi de 16 segundos por indivíduo.

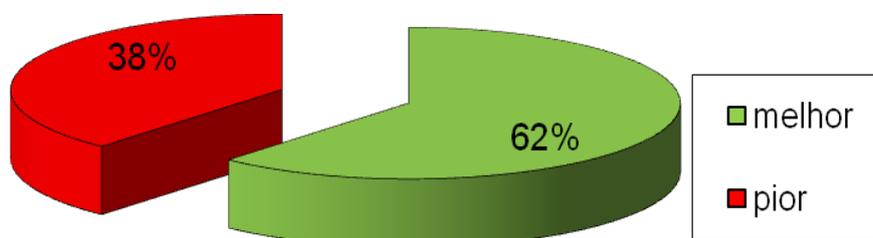


Gráfico 2: Distribuição da amostra segundo o desempenho motor.

Relativamente ao gráfico 2, podemos verificar que 62% dos indivíduos da turma, melhoraram os seus resultados da primeira para a segunda aula e apenas 38% não conseguiu superar ou igualar as suas marcas.

### Diferença da 1.ª para a 2.ª aula

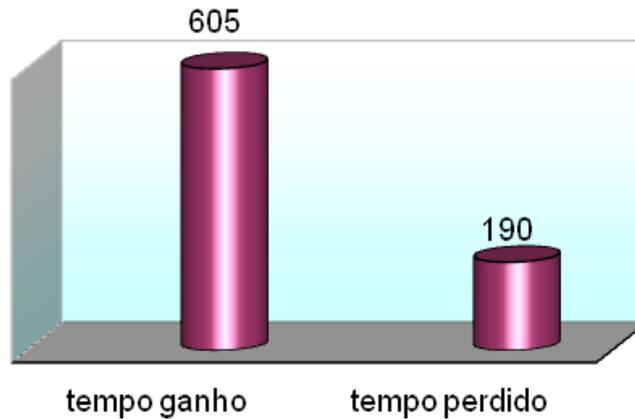


Gráfico 3: Somatório dos tempos ganhos e perdidos.

Através da análise do gráfico 3, concluímos que o tempo ganho acumulado da primeira para a segunda aula, foi muito superior ao tempo perdido acumulado.

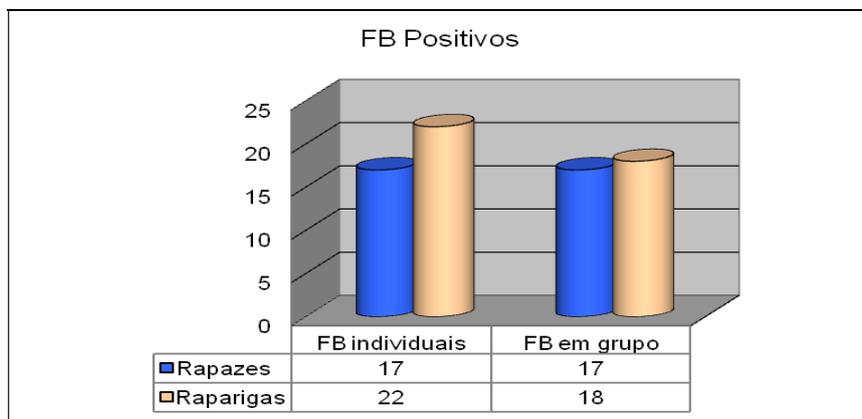


Gráfico 4: Número de FB positivos da 2.ª aula.

Através da análise do gráfico 4, constatamos que os FB positivos mencionados pelo professor na segunda aula foi aproximado em número para os dois sexos. De realçar ter havido mais FB individuais do que em grupo, assim como se registaram mais 6 FB para as raparigas do que para os rapazes

#### **4.7. DISCUSSÃO DE RESULTADOS**

Através da análise de todos os resultados, apresentados no ponto anterior, podemos então verificar a veracidade da hipótese formulada.

Pela análise dos resultados, e no que respeita à hipótese colocada, podemos concluir que esta se comprova, visto 62% dos alunos ter melhorado os seus tempos de realização do teste da milha (teste de aptidão física).

Comprova-se relativamente ao tempo ganho acumulado, que este foi muito superior ao tempo perdido acumulado, com 605 segundos ganhos *versus* 190 segundos perdidos. Para esta diferença de números, muito contribuiu o género feminino, que em média registou menos 30 segundos por indivíduo, da 1.<sup>a</sup> para a 2.<sup>a</sup> aula, enquanto o género masculino apenas contribuiu com um 2 segundos ganhos por indivíduo. Estes resultados, vêm dar razão às palavras de SCHMIDT (1993), quando refere que o *feedback* no qual o aluno era motivado, tinha um papel muito importante na performance, chegando a melhorá-la em situações desgastantes, entediantes e até desmotivantes.

#### **4.8. CONCLUSÕES**

A partir do objetivo proposto e da análise das informações recolhidas, pode-se verificar que os *feedbacks* motivacionais transmitidos pelos professores, provocam maior empenho do aluno pela prática e têm mais influência no género feminino do que no masculino. Estes resultados sugerem que a emissão de *feedbacks* pelo docente, juntamente com o acompanhamento do mesmo, são fatores que motivam para a prática de exercícios, onde a resistência física e psíquica é a capacidade condicional predominante. Também constatámos que o *FB* motivacional, surte mais efeito nos alunos com menos aptidão física para a resistência.

A realização de novos estudos sobre este tema, levará a um maior conhecimento sobre como a emissão de *feedbacks* motivacionais pode auxiliar de forma significativa o ensino.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este Estágio Pedagógico representou essencialmente para nós uma etapa de aprendizagem, desenvolvimento e de aprofundamento de competências. Fazendo uma retrospectiva, analisando todas as atividades realizadas e todas as interações estabelecidas, constatamos que efetivamente o balanço final deste ano de estágio é bastante positivo. Gostaríamos de referir ainda a importância do bom ambiente vivido no Colégio, entre toda a comunidade escolar e entre os professores que constituem o Grupo de Educação Física.

No momento da apresentação das expectativas iniciais, fizemos referência para uma consciente exigência inerente a todo este processo de formação. Acreditamos que com dedicação, empenho, ajuda e compreensão do Professor Ricardo Sardinha e Professor Raúl Martins, do colega estagiário Leonel Dionísio, dos restantes elementos do Grupo de Educação Física e claro, com a participação dos alunos, conseguiríamos concluir mais esta etapa. Agora que esta terminou e em jeito de conclusão e de despedida, mais uma vez gostaria de expressar os meus agradecimentos aos alunos do 8.º C, por “terem sido eles próprios, ao Professor Ricardo Sardinha e ao Professor Raúl Martins por todas as aprendizagens que me forneceram e possibilitaram, assim como por todo o interesse manifestado pelo meu progresso enquanto Professor de Educação Física.

## 6. BIBLIOGRAFIA

- GODINHO, M.; MENDES, R.; BARREIROS, J. *Informação de Retorno e Aprendizagem*. Horizonte. Lisboa: Livros Horizonte, v. 11, n. 66, p. 217-220, mar./abr. 1995.
- LOPES, V. P. *O conhecimento dos resultados*. Horizonte. Lisboa: Livros Horizonte, v. 9, n. 51, p. 113-118, set./out. 1992.
- MAGILL, R. A. *Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações*. Tradução Erik Gerhard Hanitzsch, São Paulo: Edgard Blücher, 1984. Cap. 8, p. 171-193: Conhecimento de Resultados.
- MARTENIUK, R. G. *Information Processes in Movement Learning: Capacity and Structural Interference Effects*. Journal of Motor Behavior. v. 18, n. 1, p.55-75, 1986.
- MCGOWN, C. *O ensino da técnica desportiva. Treino Desportivo*. II série, n. 22, p. 15-22, dez. 1991.
- MOTA, J. *As funções do feedback pedagógico*. Horizonte. Lisboa, v. 6, n. 31, p. 23-26, mai./jun. 1989.
- NEWELL, K. M.; MORRIS, L. R.; SCULLY, D. M. *Augmented information and the acquisition of skill in physical activity*. Exercise and Sport Sciences Reviews. New York: MacMillan, v. 13, p. 235-261, 1985.

- PÉREZ, L. M.; BAÑUELOS, F. S. *Rendimiento Deportivo: Claves para la Optimización de los Aprendizajes*. Madrid: Gymnos, 1997.
- SCHMIDT, R. A. *Aprendizagem e Performance Motora: dos princípios à prática*. Tradução Flávia da Cunha Bastos; Olívia Cristina Ferreira Ribeiro. São Paulo: Movimento, 1993. Cap. 19, p. 227-259: *feedback para Aprendizagem de Habilidade*.
- Viciano, J., Cervelló, E., Ramirez, J., San-Matias, J., & Requena, B. (2003). *Influencia del feedback positivo y negativo en alumnos de secundaria sobre el clima ego-tarea percibido, la valoración de la EF y la preferencia en la complejidad de las tareas de clase*. *European Journal of human movement*, 10, pp. 99-116.
- WULF, G.; SCHMIDT, R. A. *feedback: Induced Variability and the Learning of Generalized Motor Programs*. *Journal of Motor Behavior*. v. 26, n. 4, p. 348-361, 1994.