

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Francisco Miguel Ferreira Cardoso

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA E
SECUNDÁRIA QUINTA DAS FLORES, JUNTO DA
TURMA 10º D NO ANO LETIVO DE 2018/2019**

RELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICO-DESPORTIVA
EXTRACURRICULAR E O APROVEITAMENTO NA DISCIPLINA DE
EDUCAÇÃO FÍSICA: COMPARAÇÃO ENTRE CURSOS

Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, orientado pelo Mestre Antero Abreu, apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

setembro de 2019



FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO
E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

**Relação entre a prática de atividade físico-
desportiva extracurricular e o aproveitamento na
disciplina de Educação Física: Comparação entre
cursos**

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

**Relationship between the practice of physical-sports
extracurricular activities and the use in Physical
education discipline: comparison between courses**

Autor

Francisco Miguel Ferreira Cardoso - 2017220603

Orientador

Mestre Antero Filipe Rocha Abreu

Coimbra, setembro de 2019

Cardoso, F. (2019). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores, junto da turma do 10ºD, no ano letivo 2018/2019. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Compromisso de Originalidade

Francisco Miguel Ferreira Cardoso, aluno nº 2017220603 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo nº 27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC - Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº 400/2019, de 6 de maio.

12 de setembro de 2019

Agradecimentos

Com o terminar desta etapa, não posso deixar de agradecer o apoio das diversas pessoas e instituições que me acompanharam durante a realização do estágio pedagógico e respectivo relatório.

À minha família, em especial aos meus pais, irmã e avó, por estarem sempre presentes ao longo do meu percurso académico, proporcionando-me uma educação rica e vasta em experiências e conhecimento. Obrigado pelos valores que me têm transmitido ao longo da vida, que fazem de mim a pessoa que sou hoje.

A todos os meus amigos e de uma forma especial à Cátia Faria, pelo apoio incondicional, pela atenção e pela força que me deu ao longo deste ano de estágio, que me ajudou a superar algumas fases mais complicadas. Obrigado pela motivação, pelas palavras e essencialmente por me acompanhares em tudo.

Ao professor orientador, Mestre Antero Abreu, pelo apoio e orientação ao longo do estágio pedagógico, através da transmissão de conhecimentos e acompanhamento nesta fase.

Ao professor cooperante, Doutor Paulo Furtado, por toda a dedicação no acompanhamento feito, pela transmissão de conhecimentos e por apelar sempre à minha criticidade e dos meus colegas estagiários por forma a desenvolver aptidões na área da docência de Educação Física.

Aos meus colegas de estágio, Catariana, Daniel, Fábio e João, pelo trabalho realizado em conjunto e pelo apoio constante ao longo deste processo.

À professora Carla Jorge pela simpatia e cooperação na assessoria ao cargo da Direção de Turma.

À Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores e a todas as pessoas docentes e não docentes, pelo acolhimento feito aos estagiários e pela disponibilidade em ajudar ao longo do ano.

Aos alunos da turma do 10ºD, pelas experiências e aprendizagens que proporcionaram ao longo do ano.

Resumo

O presente relatório final de estágio pedagógico está inserido no plano curricular do 2º ano 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.

O Estágio Pedagógico (EP) é uma experiência formativa, onde o professor estagiário tem a possibilidade de exercer funções enquanto docente de Educação Física (EF), com supervisão e orientação. Representa, assim, uma oportunidade de aplicar todos os conhecimentos, aprendizagens e ideias que fomos adquirindo ao longo da nossa formação académica.

O relatório de estágio apresentado é relativo ao estágio pedagógico realizado na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores, no ano letivo de 2018/2019, onde foi lecionada a disciplina de Educação Física à turma do 10º D. A turma contemplou três alunos com Trissomia 21, que necessitaram de uma adaptação severa do processo ensino-aprendizagem considerado para os outros alunos. O mesmo encontra-se dividido em quatro áreas do estágio: área 1) tarefas de ensino aprendizagem; área 2) tarefas de organização e gestão escolar; área 3) projeto e parcerias educativas; e área 4) atitude ético-profissional.

No último capítulo, será aprofundado o tema-problema, “Relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento na disciplina de Educação Física: Comparação entre cursos”. Este estudo demonstrou que a prática de atividade físico-desportiva extracurricular está relacionada com o aproveitamento na disciplina de Educação Física.

Palavras chave: Aproveitamento a Educação Física. Curso. Educação Física. Necessidades Educativas Especiais. Prática Desportiva. Processo de Ensino-aprendizagem. Professor.

Abstract

The present final report of the pedagogical internship is inserted in the curricular plan of the 2nd year of the Master in Teaching of Physical Education in Basic and Secondary School, Faculty of Sport Sciences and Physical Education of the University of Coimbra.

The Pedagogical Internship (EP) is a formative experience, where the trainee teacher has the possibility to exercise functions as a Physical Education (PE) teacher, with supervision and guidance. It represents an opportunity to apply all the knowledge, learning and ideas that we acquired throughout our academic training.

This internship report refers to the pedagogical internship carried out at the Quinta das Flores Primary and Secondary School, in the 2018/2019 school year, where the subject of Physical Education was taught to the 10th D class. The class included three students with Trisomy 21, who needed a severe adaptation of the teaching-learning process considered for the other students. It is divided into four areas of the internship: area 1) learning teaching tasks; area 2) school organisation and management tasks; area 3) educational project and partnerships; and area 4) ethical-professional attitude.

In the last chapter, there will be a deepening of the problem-topic, "Relationship between the practice of extracurricular physical-sports activity and the achievement in the discipline of Physical Education: Comparison between courses". This study showed that the practice of extracurricular physical-sports activity is related to the performance in the discipline of Physical Education.

Keywords: *Success to Physical Education. Course. Physical Education. Sports Practice. Special Educational Needs. Teaching-Learning Process. Teacher.*

Índice

Agradecimentos	vii
Resumo	ix
<i>Abstract</i>	xi
Índice de Tabelas	xvii
Lista de Abreviaturas	xviii
1. Introdução	1
2. Contextualização da Prática	3
2.1. Expectativas Iniciais	3
2.2. Opções Iniciais	4
2.3. Caracterização das condições de realização	5
2.3.1. Caracterização da Escola.....	5
2.3.2. Caracterização do grupo de Educação Física	7
2.3.3. Caracterização da turma.....	7
3. Análise reflexiva da prática pedagógica.....	9
3.1. Planeamento	9
3.1.1. Plano anual	9
3.1.2. Unidades Didáticas	11
3.1.3. Planos de aula	14
3.2. Realização	17
3.2.1. Dimensão Instrução	17
3.2.2. Dimensão Gestão	19
3.2.3. Disciplina e Clima	20
3.2.4. Decisões de Ajustamento	21
3.3. Avaliação.....	23

3.3.1.	Avaliação Formativa Inicial	24
3.3.2.	Avaliação Formativa.....	25
3.3.3.	Avaliação Sumativa	26
3.3.4.	Autoavaliação.....	27
4.	Análise reflexiva das atividades de gestão escolar e projetos educativos	29
4.1.	Atividades de organização e gestão escolar	29
4.2.	Assessoria ao cargo de Diretor de Turma	29
4.3.	Projetos e parcerias	31
4.4.	Questões e Dilemas.....	33
4.5.	Dimensão Ético-Profissional.....	36
5.	Aprofundamento do Tema-Problema.....	39
5.1.	Introdução ao Tema-Problema	39
5.2.	Enquadramento Teórico	40
5.2.1.	Atividade Físico-Desportiva Extracurricular	41
5.2.2.	Aproveitamento Escolar.....	41
5.2.3.	A relação entre a AFD e o AE.....	42
5.3.	Metodologia.....	43
5.3.1.	Instrumentos	45
5.3.2.	Procedimentos	45
5.4.	Apresentação e Discussão dos Resultados	46
5.5.	Conclusão	53
6.	Considerações finais.....	55
	Bibliografia.....	57
	ANEXOS.....	63
	Anexo I – Questionário Caracterização Individual do Aluno	65
	Anexo II - Composição curricular da disciplina de Educação Física.....	71
	Anexo III - Planeamento Anual	73

Anexo IV – Plano de Aula.....	75
Anexo V – Grelha de Avaliação Sumativa.....	77
Anexo VI – Grelha de Autoavaliação	79
Anexo VII – Funções do Diretor de Turma (RI EBSQF)	81
Anexo VIII – Certificados das atividades	85
Anexo IX – Questionário para o aprontamento do tema problema	87
Anexo X – Certificado II FICEF	91
Anexo XI – Certificado de participação e de preletor nas VIII Oficinas de Ideias	93
Anexo XII – Certificado de participação na Ação de Formação – Programa FITescola	95

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Caracterização da amostra por curso.	44
Tabela 2 – Testes mobilizados em função da questão a ser respondida.	46
Tabela 3 – Praticantes e não praticantes de AFDE no 10º ano da EBSQF.	47
Tabela 4 – Significância entre os alunos a praticar AFDE nos cursos da EBSQF.	47
Tabela 5 – Percentagem de alunos praticantes de AFDE em cada curso.....	48
Tabela 6 – Comparação do aproveitamento escolar a EF entre os alunos do 9º ano, no ano letivo anterior, que praticam e não praticam AFDE.	49
Tabela 7 – Relação entre a prática de AFDE e o aproveitamento a EF.....	49
Tabela 8 – Diferenciação do aproveitamento escolar dos alunos a EF por curso.	51
Tabela 9 – Relação entre a Classificação a EF e a Prática de AFDE, por curso.	52

Lista de Abreviaturas

AE	Aproveitamento Escolar
AFD	Atividade Físico-Desportiva
AFDE	Atividade Físico-Desportiva Extracurricular
EBSQF	Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores
EF	Educação Física
EP	Estágio Pedagógico
FCDEF_UC	Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra
PE	Professor Estagiário
PNEF	Programa Nacional de Educação Física
RE	Rendimento Escolar
UD	Unidade Didática

1. Introdução

O presente documento surge no âmbito do Relatório de Estágio, integrado nas unidades curriculares pertencentes ao plano curricular do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Universidade de Coimbra (UC). Todo este trabalho resulta da lecionação de aulas de Educação Física à turma 10º D do curso Científico-Humanístico de Artes Visuais, no ano letivo de 2018/2019, na Escola Básica e Secundária Quinta das Flores (EBSQF). Este ano letivo de estágio, foi orientado e supervisionado pelo professor cooperante, Dr. Paulo Furtado, e pelo professor orientador, Mestre Antero Abreu.

O Estágio Pedagógico é uma experiência formativa que permite ao estagiário aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da sua formação, vivenciando em contexto real a prática da docência de Educação Física. Simões (1996) profere que existem poucos períodos, ao longo da carreira, com tamanha importância na vida profissional e pessoal de um docente.

Toda esta experiência está repleta de obstáculos e desafios próprios do contexto escolar, que proporcionam aprendizagens através da resolução deste tipo de problemáticas. Todas as adversidades encontradas foram utilizadas como objeto de aprendizagem.

Nesta etapa, onde ocorre um primeiro contato com a comunidade escolar como docente, existe o desafio de proporcionar aos alunos a aquisição de novas aprendizagens com a orientação dos professores responsáveis. Neste sentido, a busca autónoma de documentos auxiliares formativos e formações na área da docência, torna-se imprescindível.

Este documento tem como objetivo apresentar, de uma forma crítica, todo o trabalho realizado ao longo do Estágio Pedagógico, assim como uma análise reflexiva de todos os processos inerentes à prática pedagógica, como o planeamento, a concretização e a avaliação. O Relatório de Estágio está dividido em três partes fundamentais: 1) Contextualização prática – onde são abordadas as expectativas iniciais, o projeto formativo e a caracterização da escola, turma, e grupo de Educação Física; 2) Análise reflexiva sobre a prática pedagógica – análise sobre a prática desenvolvida e respetiva reflexão sobre os aspetos fundamentais na intervenção pedagógica; 3) Aprofundamento

do Tema-Problema – análise da problemática “Relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento na disciplina de Educação Física: Comparação entre cursos”, onde procuramos analisar, discutir e tirar conclusões em relação à influência da atividade físico-desportiva extracurricular no aproveitamento dos alunos na disciplina Educação Física, no 10º ano da EBSQF.

2. Contextualização da Prática

2.1. Expectativas Iniciais

Ao iniciar o Estágio Pedagógico, a grande questão que se colocava era como adaptar todo o conhecimento e aprendizagens adquiridas durante a formação acadêmica, ao contexto real de uma aula de Educação Física, tendo em conta a escola, os alunos e as unidades didáticas específicas. A constante adaptação aos alunos de uma forma crítica e construtiva e, em simultâneo, saber liderar e controlar uma turma de modo a que as relações entre professor e aluno sejam benéficas para o processo ensino-aprendizagem, comprovaram ser um desafio que requer bastante dedicação, paciência e empenho.

Exercendo o cargo de docência como professor estagiário de Educação Física, é nossa função prepararmo-nos para proporcionar aos alunos processos de aprendizagem adequados, através da análise e reflexão de documentos auxiliares próprios, de modo a garantir que adquiram conhecimentos sustentados no currículo das escolas. A procura constante de incluir todos os alunos na aprendizagem, através da adaptação dos estilos de ensino ao longo das aulas, foi um desafio recorrente ao longo do Estágio Pedagógico. As características da turma e dos indivíduos da mesma são a base para planear, realizar e avaliar o processo ensino-aprendizagem. Neste sentido, a fomentação de valores como a cooperação, a autonomia e o espírito competitivo, é parte inerente a este trabalho de docência, permitindo que os alunos cresçam como indivíduos integrantes numa sociedade e que seja construído um ambiente inclusivo, onde todos os alunos tenham os mesmos direitos e deveres, adaptando-os às características individuais específicas de cada um.

Numa fase inicial, a primeira interação com a realidade de uma escola e o contacto com os alunos, criou algum nervosismo e ansiedade. Liderar um grupo de alunos com o objetivo de proporcionar a aquisição de conhecimentos e ao mesmo tempo intervir no órgão de gestão intermédia, como a direção de turma, demonstrou ser um desafio com um grau de dificuldade elevado. No entanto, a formação feita anteriormente a nível do treino desportivo da modalidade de futebol com crianças e jovens, permitiu adquirir alguma proficiência na liderança deste público-alvo. O maior receio surgiu quando se verificou que a turma a lecionar durante o ano letivo continha três alunos com Trissomia.

Numa fase mais tardia, em contraste com a expectativa inicial, acabou por ser uma experiência enriquecedora e repleta de momentos educativos desafiantes e, acima de tudo, emotivos.

Com o decorrer das primeiras semanas de aulas, a realidade estava de acordo com as expectativas iniciais. Neste contexto, e em consonância com os professores orientadores e respetivo núcleo de estágio, a orientação e adaptação da intervenção pedagógica, o entendimento das diversas funções do cargo de direção de turma, os objetivos dos vários intervenientes em contexto escolar no processo educativo e nas dinâmicas da escola, acabaram por ser um processo permanente ao longo desta fase inicial, para uma melhor execução do cargo de docente.

A estimulação do pensamento crítico, associado ao raciocínio lógico e conhecimento adquirido ao longo da formação académica são fatores que consideramos essenciais para a diferenciação entre os professores. Neste sentido, cada docente tem a sua maneira de pensar e de analisar as características de uma determinada turma, existindo o mesmo objetivo de proporcionar aos alunos a aquisição de conhecimentos.

Deste modo, esta experiência educativa irá, certamente, ajudar no futuro desempenho da docência de Educação Física, através da aquisição de novos conhecimentos, competências de liderança e adaptação das aprendizagens.

2.2. Opções Iniciais

Com o início do estágio, chegaram as primeiras decisões e os primeiros momentos de ansiedade. A vontade de realizar o Estágio Pedagógico de uma forma profissional e competente acaba por servir como motivação numa primeira abordagem. A escolha da escola foi uma decisão bastante facilitada, uma vez que a Escola Básica e Secundária Quinta das Flores foi a Escola onde realizámos a grande maioria do percurso escolar. A escola tem uma vasta oferta educativa, com condições materiais e logísticas adequadas à lecionação de numerosas modalidades.

No primeiro dia como professor estagiário, chegou a primeira reunião com o Professor orientador da escola, onde após uma apresentação de todos os estagiários e respetivo orientador, se seguiu uma visita aos diversos espaços da escola, sendo o maior foco de atenção nos espaços desportivos. Esta reunião serviu para calendarizar as reuniões

semanais do núcleo de estágio, analisar as expectativas iniciais dos estagiários e definir as tarefas iniciais do planeamento do ano letivo.

A seleção das turmas foi simples, uma vez que o professor orientador deu aos estagiários a opção de escolha das mesmas. Desta forma, existia para escolha uma turma do 8º ano e quatro do 10º ano. Inicialmente, um dos estagiários escolheu a turma de 8º ano e as outras turmas foram escolhidas tendo em conta o horário e a disponibilidade de cada estagiário. Consequentemente, a turma do 10ºD foi a escolhida para acompanhar durante o ano letivo.

Após a primeira reunião, foi realizada uma reunião de apresentação dos professores estagiários ao grupo de Educação Física, onde foram definidas estratégias e tarefas para o início do ano letivo de acordo com o plano anual, seleção das unidades didáticas a lecionar e realização da caracterização da turma. As unidades didáticas a abordar foram escolhidas tendo em conta a rotação de utilização dos espaços, definidos na reunião, e as matérias/modalidades nucleares a serem abordadas em cada ano de escolaridade. Neste sentido, o núcleo de estágio optou por selecionar ginástica de solo e de aparelhos e atletismo para o 1º Período, voleibol e futsal para o 2º Período e ténis de mesa e dança para o 3º Período.

Todo o planeamento, inicialmente realizado tem como objetivo atingir diferentes metas ao longo do ano letivo nas diversas unidades didáticas. No entanto, ao longo deste processo, o planeamento acabou por sofrer alterações pontuais de forma a ajustar e adaptar beneficentemente o processo ensino-aprendizagem dos alunos.

2.3. Caracterização das condições de realização

A caracterização das condições de realização das atividades inclui as caracterizações da Escola, do grupo de Educação Física e da turma, descritas nas secções seguintes.

2.3.1. Caracterização da Escola

A Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores possui condições ótimas para que se possa efetuar um ensino de qualidade na disciplina de Educação Física, sendo uma escola de eleição para professores e alunos. Através da Parque Escolar, a escola sofreu alterações

no sentido de melhorar as suas condições a todos os níveis. Neste sentido, esta intervenção permitiu a integração da Escola Artística do Conservatório de Música de Coimbra, que promoveu uma oferta educativa mais vasta e diferenciadora das outras escolas de Coimbra. Por exemplo, o edifício central da escola contém um auditório com 387 lugares, a secretaria, o bar, o refeitório, a biblioteca, os laboratórios e salas para as aulas de música.

De seguida, apresenta-se uma caracterização mais detalhada dos espaços desportivos da escola, uma vez que estes são os que importa conhecer melhor e dos quais depende preponderantemente a operacionalização das aulas de Educação Física.

A Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores dispõe de excelentes recursos logísticos para se efetuar um ensino de qualidade na disciplina de Educação Física. Esta é constituída pelas seguintes instalações:

- Um pavilhão Gimnodesportivo, com duas balizas e seis tabelas de Basquetebol. Em período letivo, o espaço é dividido, existindo a possibilidade de ocorrerem duas aulas em simultâneo no pavilhão;
- Uma sala interior com material de Ginástica, permitindo a construção temporária de um pequeno Ginásio interior. Este espaço funciona em simultâneo com uma das partes do pavilhão;
- Um campo exterior descoberto com duas balizas, uma pista de atletismo e uma caixa de areia.
- Um campo exterior coberto com 2 balizas e 4 tabelas de Basquetebol.
- Três campos exteriores – um de futsal, um de Basquetebol e um de voleibol. Estes espaços destinam-se aos alunos, podendo ser utilizados nos recreios. No entanto, existe sempre a possibilidade destes espaços serem usados pelos docentes no leccionamento das aulas.

Para enriquecer o currículo os alunos, existem diversas opções como o Desporto escolar, clubes e projetos como o Erasmus +, Parlamento dos jovens, grupos de teatro e cinema, entre outros, tendo em conta os objetivos de cada aluno.

No ano letivo em consideração (2018/2019), a escola foi frequentada por 1147 alunos, divididos por 47 turmas. O Ensino Secundário tem uma oferta diversificada de Cursos científico-humanísticos: Ciências e Tecnologias (CT), Artes Visuais (AV), Ciências Socioeconómicas (CSE), Línguas e Humanidades (LH); e os cursos

profissionais: Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos (TGEI), Técnico de Apoio à Gestão Desportiva (TAGD), Técnico Auxiliar de Saúde (TAS), Profissional de Instrumentista de Jazz (PI Jazz).

2.3.2. Caracterização do grupo de Educação Física

No ano letivo de 2018/2019, o grupo de Educação Física era composto por onze professores e cinco professores estagiários. O núcleo de estágio era constituído por cinco elementos que lecionavam as suas aulas no ensino básico e secundário. Um estagiário com a turma 8°C e os restantes estagiários com as turmas 10ºA, 10ºC, 10ºD e 10º E. O grupo está inserido no Departamento de Expressões, simultaneamente com professores dos grupos de Artes Visuais, Educação Musical, Educação Visual e Tecnológica e Educação Especial.

2.3.3. Caracterização da turma

Para caracterizar a turma 10ºD, os alunos preencheram um questionário (anexo I), entregue na primeira aula de Educação Física, no início do ano letivo. Este foi construído pelo núcleo de estágio da Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores.

Através da realização do mesmo, foi possível conhecer os alunos e as diferentes características que cada um possui. Com base na análise destes dados, a planificação do ensino foi adaptada, com o objetivo de melhorar o processo ensino-aprendizagem, a fim dos alunos atingirem o sucesso escolar.

A turma é composta por 27 alunos, 21 raparigas e 6 rapazes, e a média de idades é de 15 anos. Embora a maioria dos alunos resida na cidade de Coimbra, existem alunos que habitam na periferia e até mesmo fora do concelho. Consequentemente, há alunos que demoram uma hora ou mais a chegar à escola devido à distância que têm de percorrer. Uma parte considerável da turma é composta por alunos que já andavam na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores, dando apoio aos alunos que vieram de outras escolas.

Na turma existem dez alunos repetentes, no entanto, apenas 6 reprovaram no 10º Ano, evidenciando que grande parte da turma fez o seu percurso escolar normalmente. Todos os alunos têm alguém do seu agregado familiar que os apoia nos estudos, sendo na maioria dos casos o próprio encarregado de educação que, em alguns casos, têm habilitações literárias como a licenciatura ou o mestrado.

Trata-se de uma turma orientada para as Artes Visuais, onde a disciplina com maior dificuldade é a Geometria Descritiva. Apenas um aluno tem apoio extracurricular a Geometria, tendo sido importante referenciar os alunos com maior dificuldade de aprendizagem e sugerir algum tipo de apoio. A grande maioria dos alunos não frequentava atividades extracurriculares (desportivas ou não desportivas), sendo importante informar os alunos dos benefícios físicos, psicológicos e sociais das mesmas.

A turma contemplou três alunos com Trissomia 21, que necessitaram de uma adaptação severa do processo ensino-aprendizagem considerado para os outros alunos. Apesar de desafiante e, por vezes, até desgastante, lidar com estes alunos foi uma experiência única e enriquecedora, que permitiu a aquisição de competências, experiência e conhecimento sobre a inclusão.

Um dos alunos com Trissomia, realizava todas as tarefas propostas, ao seu ritmo, mas sempre com a orientação do docente. Demonstrava interesse nas atividades propostas e algum empenho na sua realização. Nas várias unidades didáticas abordadas, o aluno demonstrou alguma autonomia na execução de tarefas individuais e coletivas. Os restantes dois alunos, demonstravam algum interesse nas atividades propostas, no entanto, necessitavam de ser bastante incentivados para as realizar. Numa fase inicial das aulas, observavam os colegas e só após alguma insistência, iniciavam as tarefas propostas, necessitando de orientação e monitorização para a concretização das mesmas. Estes alunos tinham alguma fragilidade emocional, sendo necessário parar, conversar e lembrar as regras de forma clara e então recomeçar a tarefa em algumas aulas. Por vezes, necessitaram de ajuda (pistas verbais e quinestésicas) para se orientarem nas tarefas até começar a atividade. Os alunos eram acompanhados em todas as aulas por uma professora do Ensino Especial. Por vezes, um professor ou um estagiário auxiliavam em algumas tarefas da aula.

A turma do 10º D revelou ser heterogénea em todas as modalidades abordadas, onde sempre existiu um número considerável de alunos com bastantes dificuldades e alunos já com um nível avançado. Contudo, a turma era bastante unida, uma vez que os alunos se auxiliavam uns aos outros, com o objetivo de ajudar os alunos com maior dificuldade.

Denotar que, em relação aos alunos com Trissomia 21, a turma sempre procurou incluir os alunos em todas as aulas ao longo do ano letivo, com a intenção de ajudá-los nas diversas tarefas.

3. Análise reflexiva da prática pedagógica

3.1. Planeamento

Ao analisarmos o processo Ensino-Aprendizagem, averiguamos que este pressupõe uma construção a partir de três áreas: planeamento, realização e avaliação. Bento (2003) afirma que o planeamento pode ser visto como um modelo racional que reconhece e regula antecipadamente determinados comportamentos, através de orientação, controlo e promoção de experiências. Haydt (2011) defende que o planeamento é uma análise crítica e reflexiva em relação a uma realidade específica, explorando uma forma de antecipar as várias hipóteses de ação, superando eventuais obstáculos para atingir os objetivos previamente definidos. Neste sentido, o planeamento tem como função orientar o processo ensino- aprendizagem através de uma análise crítica e reflexiva. Embora o planeamento sirva como um guia para este processo, deve ser flexível de forma a possibilitar adaptações de acordo com os objetivos e realidade para que está orientado.

Bento (1998) e Moura *et. al* (2016) afirmam que o planeamento implica três áreas distintas: 1) Plano anual – planeamento a longo prazo; 2) Unidades Didáticas – planeamento a médio prazo; 3) Plano de aula - Planeamento a curto prazo.

3.1.1. Plano anual

Bento (1998) afirma que o plano anual é o primeiro passo para preparar e planear o ensino através do aprofundamento de conhecimentos em relação aos objetivos delineados para o desenvolvimento da personalidade, assim como refletir sobre a organização do ensino para o ano letivo. Neste sentido, o plano anual visa um planeamento a longo prazo, onde os professores definem os objetivos que os alunos devem atingir.

Tendo em conta a importância deste plano, o primeiro documento a realizar no âmbito do Estágio Pedagógico foi o plano anual. Inicialmente, analisámos e refletimos o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) e o Projeto Educativo Escolar em relação às metas da Educação Física para o ano de escolaridade da turma em questão. De seguida, procurámos definir os objetivos e as devidas orientações através da análise do historial da

turma e da consulta do regulamento interno da Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores. Os objetivos definidos foram adaptados de acordo com o nível da turma.

O planeamento é um conjunto de intenções que podem ser adaptadas devido à imprevisibilidade do processo ensino-aprendizagem, declara Libâneo (1994). Consequentemente, a elaboração do plano anual requer uma análise prévia da turma, através de avaliações diagnósticas ou de informações referentes aos alunos, no ano anterior, à disciplina de Educação Física.

Para isso, foi imprescindível refletir sobre o Programa Nacional de Educação Física de acordo com os objetivos previstos para cada ano de escolaridade, realizar uma análise ao perfil de cada aluno através da realização de questionários individuais e procura de informações sobre o historial a nível de Educação Física, averiguar as rotações de espaço tendo em conta as possíveis modalidades a serem abordadas em cada um e interpretar as aprendizagens essenciais e como as promover ao longo das aulas.

Após a análise reflexiva e recolha de informação tendo em conta a composição curricular (anexo II), elaborámos o Planeamento Anual (anexo III), onde estão calendarizadas as tarefas referentes à turma 10ºD. Desta forma, averiguámos o número de aulas a lecionar para cada bloco de matéria, tendo em conta a rotação dos espaços e matérias a abordar. A estratégia utilizada para lecionar as matérias foi a periodização por blocos tendo em conta o plano de rotação de espaços, definido pelo grupo de Educação Física. Como, em cada espaço, existem matérias que não podem ser abordadas, torna-se necessário considerar esta dinâmica no planeamento. Esta estratégia permite que os professores tenham melhores condições em termos de recursos logísticos e materiais. No entanto, como o tempo de leccionamento de cada bloco de matéria está previamente definido, este poderá não atender às necessidades dos alunos, devido ao desconhecimento das capacidades e dificuldades dos alunos.

Na conceção do plano anual, foi realizada uma caracterização da escola, do meio e da turma em questão, bem como a planificação de todas as atividades do ano letivo, as matérias a lecionar e todos os objetivos e processos, tendo em conta os critérios de avaliação definidos. Todo este processo permite uma adequação mais minuciosa do plano às características da turma.

Tendo em conta todo este processo, o Núcleo de Estágio de Educação Física, com a orientação do Professor Orientador, selecionou as matérias, os conteúdos e os objetivos

de acordo com o PNEF. No caso das turmas de 10º ano, as matérias a lecionar foram as mesmas. Na turma de 8º ano existiram algumas modalidades diferentes que foram definidas devido ao Programa Nacional de Educação Física. Apesar deste planeamento prévio, estas decisões foram mutáveis tendo em conta as características específicas dos alunos, uma vez que o plano apresenta flexibilidade e abertura, características de um modelo curricular aberto.

Após todo este processo, foram estabelecidas as estratégias de ensino a serem utilizadas ao longo do ano letivo. Segundo Piéron (1996), estas estratégias são utilizadas para atingir os objetivos dos programas, tendo em conta um determinado contexto. No entanto, um professor deve procurar adaptar o estilo de ensino tendo em conta a realidade em que está inserido. Neste sentido, também o nosso planeamento foi alterando ao longo do ano, adotando diversos estilos de ensino que melhor se adaptaram aos alunos e às modalidades abordadas.

3.1.2. Unidades Didáticas

No âmbito do processo de planeamento, as Unidades Didáticas ou Temáticas representam os conteúdos, os objetivos e as estratégias planeadas a médio prazo, tendo em conta o período definido para cada bloco de matéria. e devem estar em concordância com o Plano Anual. Tendo por base algumas UD's previamente realizadas em Unidades Curriculares do 1º Ano do MEEFBS, o núcleo de estágio definiu a estrutura para o desenvolvimento de todas as UD's. Desta forma, estes documentos continham: história da modalidade, caracterização da modalidade, recursos espaciais, temporais e materiais, conteúdos a lecionar, extensão e justificação dos conteúdos, objetivos, análise das várias avaliações (Formativa inicial, Formativa e Sumativa), estratégias e estilos de ensino e respetiva justificação, progressões pedagógicas e respetivos procedimentos. Apesar das UD's serem previamente construídas, também estas foram mutáveis tendo em conta as características da turma e os objetivos definidos.

“As unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem.” (Bento, 2003, p.75).

Em todo o desenvolvimento das UD's, tentámos colocar o aluno no centro do processo ensino-aprendizagem por forma a adaptar o mesmo às características dos alunos, com o objetivo de promover facilmente facilitar o processo de aprendizagem. Segundo Mc Combs e Whistler (1997), este modelo de aprendizagem deve ter um foco nas aprendizagens e nos alunos.

Para suprir algum desconhecimento em certas modalidades, o desenvolvimento das Unidades Temáticas foi uma abordagem importante para a preparação do leccionamento de cada modalidade. Neste sentido, encontrámos algumas dificuldades em adaptar os objetivos definidos pelo PNEF às capacidades reais dos alunos. Através da realização da avaliação formativa inicial, conseguimos perceber que a maioria dos alunos não se encontrava ao nível aferido para o ano de escolaridade. Existindo muita heterogeneidade na turma, umas das grandes dificuldades foi definir objetivos gerais para a turma, sem que os alunos mais aptos perdessem a motivação e, conseqüentemente, pudessem ter uma evolução significativa.

Para combater estas dificuldades, foi importante delinear estratégias de ensino consistentes e dinâmicas com o objetivo de dispor os conteúdos pelas aulas, tendo em conta um ideal de progressão pedagógica. Neste sentido, adotámos uma lógica de complexificação progressiva das aprendizagens, ou seja, partir de conteúdos mais simples e ir aumentando a complexidade ao longo do tempo. Mais uma vez, todo este processo foi mutável ao longo do ano letivo, numa tentativa de proporcionar aos alunos condições de aprendizagem mais benéficas para os mesmos, tendo em conta o ritmo de aprendizagem, características e aptidões dos alunos. Diaz (1998) faz a descrição de estratégias de ensino como a forma que cada professor utiliza para ensinar os conteúdos, assim como o respetivo planeamento das aprendizagens dos alunos. Para isso, procurámos delinear estratégias que potenciasses a aquisição de conhecimentos tendo em conta os objetivos predefinidos.

Uma das estratégias utilizadas foi a progressão pedagógica. A aprendizagem seguindo uma lógica de desenvolvimento de tarefas do mais simples para o mais complexo, permite uma aprendizagem mais consolidada dos conteúdos. Outra estratégia utilizada, foi a divisão da turma por grupos de nível (introdutório, elementar e avançado). Tendo em conta a heterogeneidade da turma, esta divisão foi importante para potenciar as capacidades de todos os alunos. Esta estratégia foi utilizada em todas as modalidades abordadas. A demonstração e o questionamento foram estratégias utilizadas

constantemente ao longo do ano letivo. Estas estratégias provaram ser as mais eficientes, especialmente na instrução das tarefas. Os alunos demonstraram entender mais rapidamente as tarefas com uma demonstração prévia do mesmo. Neste sentido, a demonstração foi realizada até terem sido criadas rotinas. Nas modalidades coletivas, utilizámos alguns modelos que promovem o jogo como o *Teaching Games for Understanding*, oriundo de Bunker e Thorpe em 1982 (Clemente, 2014). Procurámos, então, evitar os exercícios de carácter analítico, privilegiando situações jogadas. Esta estratégia, permitiu criar jogos reduzidos e condicionantes para trabalhar determinados conteúdos. Neste sentido, o objetivo deste tipo de exercício era a aproximação ao contexto real do jogo da modalidade a ser lecionada, de modo a que existisse a maior transferência possível para a situação real de jogo.

Para o 1º período, o Núcleo de Estágio de Educação Física optou por lecionar ginástica de solo e acrobática e, depois, atletismo. Assim, na Unidade Didática de ginástica de solo e acrobática, utilizámos vários estilos de ensino de modo a atingir os objetivos predefinidos. Utilizámos circuitos com estações, onde os alunos estavam divididos em grupos heterogéneos, de forma a que existisse um ensino recíproco. Os alunos com um nível de aptidão superior auxiliaram os alunos com mais dificuldades. O aluno como agente de ensino permitiu que estes tivessem mais liberdade e autonomia nas suas aprendizagens. Documentos auxiliares com figuras e descrição dos elementos gímnicos foram uma constante ao longo das aulas, de forma a coadjuvar os alunos na aprendizagem dos conteúdos. Num primeiro momento, esta dinâmica de estações manteve-se para que os alunos pudessem trabalhar os elementos gímnicos em que tinham maior dificuldade. No entanto, existiu sempre um momento da aula, onde os grupos formados trabalhavam na sequência gímnica que mais tarde seria utilizada como forma de avaliação. Os alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) realizaram exercícios com toda a turma e específicos para as capacidades dos mesmos. Este trabalho foi realizado com o auxílio de um professor auxiliar ou de um professor estagiário.

Relativamente à Unidade Didática de Atletismo, inicialmente existiu um foco em tarefas de cariz técnico, uma vez que os alunos apresentaram bastante dificuldade nas diferentes disciplinas inerentes à modalidade. Em todas as aulas, existiu sempre um momento onde os alunos trabalharam as componentes técnicas a lecionar, o que resultou numa melhoria significativa em todos os alunos. As outras tarefas acabaram por seguir um Modelo de Educação Desportiva (MED), proposto por Siedentop em 1994 (Siedentop, 2004), onde

os alunos formaram grupos mais uma vez heterogéneos, em que existiram diferentes tarefas a realizar como cronometrar o tempo ou verificar se os colegas transmitiam corretamente o testemunho, entre outros. Todos os alunos realizavam as diversas tarefas, o que permitiu um desenvolvimento, não só, das suas capacidades, mas também da assimilação de regras e normas da modalidade. A competição foi uma constante, de modo a motivar os alunos a realizar as atividades cada vez melhor ao longo das aulas, sendo alguns exercícios adaptados às capacidades dos alunos com NEE.

No 2º período, iniciámos com a UD de voleibol e de seguida a UD de futebol, onde a divisão da turma por níveis foi uma constante ao longo das aulas. No entanto, foram formados grupos homogéneos e heterogéneos, dependendo da tarefa a realizar. Os exercícios de aperfeiçoamento técnico e tático foram realizados ao longo de todas as aulas. Numa fase mais avançada, a competição foi uma constante. Criámos grupos heterogéneos, onde os alunos jogavam entre si para tentar chegar à zona de maior nível. Ou seja, existiam vários campos onde os grupos que ganhavam avançavam e os que perdiam recuavam, criando desta forma uma dinâmica de divisão natural da turma em grupos de níveis.

A última UD foi o Ténis de Mesa, onde a grande maioria dos exercícios seguiram o MED. Esta abordagem revelou ser a melhor opção para que todos os alunos estivessem em prática e os alunos de nível introdutório pudessem aprender com os mais aptos. Utilizámos alguns exercícios de cariz analítico como forma de exercitar os gestos técnicos e potenciar uma transferência com maior sucesso.

Em todas as UDs existiram alterações ao previamente planeado tendo em conta as características dos alunos, com o objetivo de potenciar a aquisição de conhecimentos e de melhorar o processo ensino-aprendizagem. No entanto, no caso da UD de Atletismo, a grande maioria das alterações realizadas foi devido às condições climáticas que acabaram por condicionar os espaços disponíveis.

3.1.3. Planos de aula

“Antes de entrar na aula o professor tem já um projeto da forma como ela deve decorrer, uma imagem estruturada, naturalmente, por decisões fundamentais. Tais são, por exemplo, decisões sobre o objetivo geral e objetivos parciais ou intermédios, sobre a escolha e ordenamento da matéria, sobre os pontos fulcrais da aula, sobre as principais

tarefas didáticas, sobre a direção principal das ideias e procedimentos metodológicos.” (Bento, 2003).

Após a construção e planeamento da Unidade Didática, o Plano de aula representa a terceira parte do planeamento do processo ensino-aprendizagem. Este reproduz o planeamento a curto prazo, sendo uma ferramenta usada constantemente aula após aula. O Plano de aula deve ser de cariz prático e objetivo, evidenciando claramente os aspetos fundamentais. Deve, ainda, ser capaz de ser mutável tendo em conta diversos fatores como o espaço disponível, o número de alunos ou outras condicionantes que possam interferir com o que estava idealizado.

O Núcleo de Estágio de Educação Física decidiu padronizar o documento, desenvolvendo um documento único semelhante a todos os elementos. O Plano de aula (anexo IV), era constituído por uma primeira parte, onde estavam evidenciados a hora e o local, o número de aula, os alunos dispensados, a função didática, os objetivos da aula e os respetivos recursos materiais. De seguida, estavam definidos os tempos totais e parciais de todas as tarefas, para facilitar a gestão do tempo de aula, os objetivos específicos para a aula, a organização e descrição das tarefas, estilos e estratégias de ensino a adotar em cada tarefa e, por fim, as componentes críticas e critérios de êxito. No final do documento, era desenvolvida a fundamentação das opções tomadas, seguida de uma reflexão crítica, posterior à aula, em relação aos aspetos a melhorar, tendo em mente as quatro dimensões de intervenção pedagógica.

A estrutura do Plano de aula, seguiu um modelo apresentado por Bento (1998), em que o mesmo está dividido em três partes: parte inicial, parte fundamental e parte final. Na parte inicial, a maior preocupação a ter é a preparação dos alunos para a aula. Na fase inicial, foi feita uma abordagem onde eram descritos sucintamente as tarefas da aula, os objetivos e as componentes críticas para a realização de determinados exercícios. A elaboração do plano de aula tinha por objetivo construir um todo, coerente e sólido, que permitisse atingir os objetivos da aula. A parte inicial da aula era constituída por uma pequena preleção, onde o professor estagiário apresentava aos alunos os conteúdos e os objetivos da aula. Este momento da aula servia também para realizar um pequeno aquecimento, onde os alunos se preparavam fisiologicamente e muscularmente para melhor responderem ao esforço físico exigido pelas tarefas da aula, assim como, diminuir a possibilidade de ocorrência de lesões. Os exercícios realizados eram de carácter mais técnico e individual, específicos da modalidade a ser lecionada.

Na parte fundamental, é onde se concentra a maioria das aprendizagens por parte dos alunos e onde se procura atingir os objetivos específicos, previamente planeados para a aula. Todos os exercícios desenvolvidos nesta fase visavam alcançar os objetivos delineados para cada aula. A gestão do tempo, a organização e o clima da aula são preponderantes para que exista bastante tempo de prática, de forma a potenciar as aprendizagens dos alunos. A criação e implementação de rotinas acabou por ser fulcral para obter esta dinâmica, onde as transições entre as tarefas eram rápidas. Os momentos de quebra eram de curta duração e, essencialmente, o controlo sobre a turma permanecia ao longo da aula. Todas estas estratégias proporcionaram aulas onde não existiram problemas disciplinares, mantendo o controlo da turma.

A parte final é um momento de realizar um retorno à calma, de modo a diminuir os níveis de excitabilidade dos alunos, no sentido de evitar problemas no balneário. Este momento final serve também para relaxar os músculos, ajudando os alunos a recuperar do esforço e a prevenir lesões. Este momento é também importante para poder realizar um balanço geral da aula, salientando aspetos positivos e negativos, assim como aspetos a serem melhorados.

Em suma, na construção de um plano de aula, é importante ter em consideração a organização espacial dos exercícios. Através desta, os professores conseguem ter uma ampla visão sobre os alunos, podendo mais facilmente intervir e dar feedback. Além disto, é possível aumentar o tempo de prática, uma vez que o tempo de transição entre exercícios é reduzido, devido à disposição selecionada. Existe também a preocupação de que a apresentação temporal dos exercícios seja organizada por ordem crescente de complexidade técnico-tática. No planeamento, é extremamente importante que este seja dotado de alguma flexibilidade, no sentido de ser possível realizar adaptações quando as condições de realização não são exatamente as que estavam previamente definidas. Assim, o plano deve reunir condições para sofrer alterações, prevendo situações possíveis de alterar o seu normal funcionamento, como a existência de um menor número de alunos a realizar aula ou ter um espaço mais reduzido para implementar os exercícios, no caso, por exemplo, de ser necessário partilhar o espaço com outro professor. Caso o número de alunos fosse menor, facilmente se diminuía o número de grupos de trabalho, ajustando aos praticantes presentes. No caso do espaço de trabalho ficar mais reduzido, seria possível diminuir o número de grupos, concentrando os alunos nos grupos que ficavam disponíveis, conseguindo manter o exercício funcional num espaço mais reduzido. Esta

segunda adaptação prejudicava um pouco o tempo e a qualidade da prática, uma vez que o aluno estava mais tempo à espera. No entanto, sendo uma situação esporádica, era a forma mais eficaz de resolver os imprevistos.

3.2. Realização

Após a fase de planeamento, iniciam-se as tarefas inerentes à execução do plano. Quina (2009) afirma que a realização é a fase fulcral relativamente ao processo ensino-aprendizagem. Esta é a fase determinante para que haja sucesso dos alunos, uma vez que o mesmo está dependente do que é desenvolvido nas aulas (Bento 1987; Quina 2009). Tendo em conta a panóplia de estratégias e processos interventivos pedagógicos existentes, seguimos a ideia defendida por Siedentop (1998) que interpreta o processo ensino-aprendizagem como uma interligação entre quatro dimensões: Instrução, Gestão, Clima e Disciplina.

3.2.1. Dimensão Instrução

Segundo Siedentop (1998), a dimensão instrução engloba quatro ferramentas fundamentais de intervenção pedagógica: Preleção, Questionamento, Feedback e Demonstração. Todas estas ferramentas foram utilizadas com o objetivo de potenciar positivamente a aquisição de conhecimentos dos alunos.

Na preleção, a transmissão clara e objetiva dos conteúdos da aula é fulcral, assim como o desenvolvimento da ligação com o abordado nas aulas anteriores. Desta forma, procurámos encadear as aprendizagens para que as mesmas fossem mais consolidadas. É também nesta fase que é realizada uma pequena apresentação da organização e da estrutura da aula. Para o desenvolvimento e criação de rotinas, procurámos deixar de forma bem clara as regras aquando dos momentos de instrução, transição ou organização. Estas estratégias permitiram manter o controlo da turma ao longo do ano, assim como um clima de aula positivo e benéfico para as aprendizagens. O posicionamento dos alunos na preleção inicial foi sempre a mesma, ou seja, um semicírculo onde o professor estagiário tinha a capacidade de observar todos os alunos de forma a que não existissem comportamentos desviantes.

Numa fase inicial, a preleção tomava um pouco mais de tempo do que era previsto, uma vez que era realizada a marcação das presenças e a verificação do material e equipamento dos alunos. Numa fase posterior, os alunos já estavam rotinados e, conseqüentemente, o tempo de preleção foi diminuindo.

De seguida, seguia-se a instrução das tarefas, de uma forma sucinta e objetiva. As informações eram expostas de forma a que os alunos entendessem os exercícios a realizar, realçando as componentes críticas e critérios de êxito fundamentais para o exercício. Dependendo da modalidade ou dos exercícios, por vezes, utilizámos meios auxiliares para sustentar a instrução, como documentos onde estavam descritos os exercícios e as respetivas componentes críticas.

Alguns alunos da turma do 10ºD demonstraram algumas dificuldades no entendimento das tarefas. Conseqüentemente, a demonstração foi bastante utilizada ao longo de todo o ano letivo, mesmo quando os exercícios já tinham sido realizados com alguma frequência. Pensamos que a demonstração acaba por ser uma ferramenta essencial e poderosa no processo de intervenção pedagógica, uma vez que os alunos demonstraram efetivamente entender mais facilmente os exercícios, os gestos e as componentes críticas, entre outros. Segundo Pellegrini e Tonelo (1997), a informação que é transmitida visualmente é determinante nas aprendizagens de habilidades e no respetivo comportamento motor.

Para realizar a demonstração, eram selecionados preferencialmente os alunos com maior aptidão. Os restantes alunos posicionavam-se por forma a observarem o exercício. Quando os alunos revelavam dificuldades, o próprio professor estagiário realizava a demonstração. A demonstração por parte dos alunos permitia ao docente informar, ao mesmo tempo, os alunos das componentes críticas e dos critérios de êxito a realizar nas tarefas. A integração de todas estas estratégias foi fulcral para obter uma instrução clara, objetiva e curta.

O Feedback Pedagógico representa uma ferramenta crucial na aula de Educação Física e tem bastante impacto nas aprendizagens dos alunos. Pensamos que deverá existir um planeamento prévio em relação a um feedback crítico sobre as componentes críticas dos gestos técnicos. No entanto, cada aluno é um caso e, como tal, existe espaço para adaptar o feedback aos alunos e aos objetivos definidos para a aula. Desta forma, consegue-se uma maior especificidade no ensino, promovendo a aquisição de conhecimentos de acordo com o nível dos alunos, as tarefas a executar, os objetivos e a função didática. O

Feedback foi algo bastante frequente nas aulas, demonstrando ser bastante eficaz na moldagem dos alunos para atingir o sucesso em cada modalidade. Segundo Cunha (2003), o feedback é composto por três funções: Motivação, Informação e Reforço.

O Questionamento, apesar da utilização regular nas aulas, demonstrou não causar tanto impacto nas aprendizagens dos alunos. Contudo, é uma estratégia importante de verificação ou avaliação da aquisição de conhecimentos ou como controlo da disciplina.

3.2.2. Dimensão Gestão

Para obter uma aula de Educação Física com elevado tempo de empenho motor, é necessário que esta seja dinâmica e fluída. Consequentemente, uma organização eficiente permite aumentar o tempo de empenho motor, do ensino e da prática. A utilização correta do tempo está relacionada com o sucesso escolar dos alunos (Bento 1998; Siedentop 1998). Neste sentido, procurámos organizar os exercícios, a turma e o material de forma a que as transições entre as tarefas fossem rápidas, aumentando o tempo de prática e antecipando possíveis comportamentos desviantes. Um docente que seja eficiente na gestão, influencia positivamente as condições de ensino-aprendizagem (Quina 2009).

Numa fase inicial, foram estabelecidas algumas normas em relação à organização da turma nos diversos momentos da aula. Uma das estratégias que adotámos para mais facilmente organizar a turma, foi o posicionamento dos alunos em formato de xadrez, com o objetivo de, não só, o professor estagiário observar todos os alunos, mas também que estes soubessem que, quando indicado este posicionamento, os alunos teriam de se organizar o mais rapidamente possível. Seguindo a ideia de Siedentop *et al.* (2004), procurámos criar um conjunto de regras e rotinas para que existisse um sistema de organização eficaz.

Outro fator vital para que existisse uma boa gestão da aula de Educação Física, era o planeamento prévio dos exercícios. Para isso, os exercícios estavam planeados de forma a que o material para as tarefas já estivesse colocado nos respetivos locais e fosse apenas removido no final da aula. Quando era necessário recolocar ou retirar material, os alunos eram envolvidos nas tarefas. Estas estratégias permitem diminuir o tempo de transição entre exercícios e, ao mesmo tempo, promovem aprendizagens a nível das regras, dos materiais e de todos os processos inerentes às modalidades. A UD de atletismo foi a modalidade onde esta estratégia foi mais utilizada devido à grande quantidade de material,

ao desconhecimento por parte dos alunos na montagem e desmontagem de certos materiais e ao desconhecimento das normas das diversas disciplinas da modalidade.

A divisão da turma em grupos de trabalho permitiu gerir as tarefas mais facilmente, uma vez que aumentou o volume de repetições por aluno nas tarefas e proporcionou uma gestão do espaço mais organizada, onde o professor estagiário era capaz de observar todos os alunos. A seleção de grupos, após a avaliação formativa inicial, foi alternando entre o predefinido pelo professor estagiário e o escolhido pelos próprios alunos, consoante os objetivos delineados para a aula. No entanto, a experiência demonstrou que uma seleção prévia dos grupos proporciona um tempo de transição mais rápido.

Em suma, procurámos utilizar todas estas estratégias ao longo do ano letivo, com o objetivo de gerir a aula de Educação Física de uma forma eficaz e em prol dos alunos. Uma boa organização permite ao docente ter uma intervenção mais ativa durante a aula, causando um efeito positivo nas aprendizagens dos alunos.

3.2.3. Disciplina e Clima

Para Soares *et al.* (2013) e Silva (2015), as várias interações desenvolvidas no espaço de aula são influenciadas por fatores da intervenção pedagógica que promovem o clima de sala de aula. Neste sentido, a base para um clima de aula positivo, resulta de uma simbiose entre qualidade e eficácia das ações desenvolvidas neste espaço. Todas estas interações resultam das relações interpessoais entre professor e aluno.

A Disciplina, segundo Oliveira (2001), pretende atingir a autodisciplina. No entanto, é um fator que abrange diversas ideologias, por parte de vários autores. Contudo, analisando as diferentes interpretações, conseguimos entender que existe um fio condutor comum, onde existe a procura do controlo da turma e a manutenção e orientação dos alunos no contexto de sala de aula.

Uma vez que o processo ensino-aprendizagem não deve ser fragmentado em áreas específicas, a relação entre todas as dimensões deve estar presente ao longo da intervenção pedagógica. A Disciplina e o Clima devem ser implementadas de uma forma equilibrada, com o intuito de facilitar as aprendizagens dos alunos.

Para a fomentação de um clima de aula positivo, definimos normas e rotinas que preveniram determinados comportamentos desviantes. Apesar dos alunos serem

conhedores do regulamento interno da escola, foi necessário desenvolver outro tipo de regras e estratégias para garantir um maior controlo sobre a turma. Neste sentido, uma das primeiras informações, que nos foram transmitidas pelos professores orientadores, foi a ideia de que é fulcral obter o controlo da turma numa fase inicial do ano letivo. Consequentemente, se não obtivéssemos este controlo numa fase precoce, seria bastante mais complexo de o obter mais tarde. Seguindo este pensamento, procurámos adotar uma postura mais rígida, intervindo frequentemente na repreensão de comportamentos desviantes. Numa fase posterior, esta intervenção foi sendo reduzida, uma vez que foi obtido o controlo da turma.

Apesar do clima inicial mais rígido, com o decorrer das aulas, o controlo da turma foi alcançado e, conseqüentemente, procurámos criar uma relação mais flexível com os alunos. Implementámos algumas estratégias como a participação com os alunos nos exercícios, feedback positivo e a tentativa de criar exercícios que os alunos gostassem.

A turma do 10ºD não demonstrou comportamentos de indisciplina, embora tivesse alunos suscetíveis de alguma sensibilidade. Neste contexto, e para manter a ordem e o controlo da turma, por vezes, era necessária uma pequena conversa com determinados alunos. Esta estratégia demonstrou ser eficaz no decorrer do ano letivo, em cooperação com a criação e implementação de rotinas, associadas a um bom clima de aula.

3.2.4. Decisões de Ajustamento

De acordo com Bento (2003), o processo ensino-aprendizagem está em constante mutação e adaptação. Desta forma, a Educação Física obriga a um ajustamento permanente, devido às características individuais dos alunos, recursos e objetivos. Apesar do prévio planeamento, desenvolvido antes de cada aula, existe sempre alguma incerteza no decorrer de uma aula de Educação Física. Toda a preparação e formas de prevenção para possíveis acontecimentos fora da estrutura planeada, por vezes, são insuficientes para combater determinados imprevistos que ocorrem nas aulas de Educação Física. Aquando destas situações, o docente deve ser capaz de alterar as suas decisões anteriormente planeadas, com o objetivo de melhorar as situações de aprendizagens dos alunos.

Ao longo do ano letivo, percebemos que o desenvolvimento de um plano, com uma base sustentada nos objetivos delineados, é um ponto fulcral no processo ensino-

aprendizagem. No entanto, experienciámos que as decisões de ajustamento, quando bem conseguidas, têm um papel preponderante na aquisição de habilidades e conhecimentos por parte dos alunos.

Com o decorrer das aulas, por vezes, existiu a necessidade de adaptar os exercícios tendo em conta os alunos que faltavam ou que se lesionavam. Contudo, existiram tarefas em determinadas modalidades em que os alunos demonstraram algumas dificuldades. Consequentemente, procurámos reduzir a complexidade desses exercícios, tendo em conta o objetivo principal dos mesmos.

As condições climáticas e a conseqüente mudança de espaço, apesar de estar previamente planeada caso existisse, foram alguns fatores que potenciaram algumas decisões de ajustamento. O docente deve ser capaz de adaptar e ajustar o contexto planeado, em relação aos objetivos delineados e às capacidades dos alunos em prol da aquisição dos conhecimentos.

Nas Unidades Didáticas abordadas ao longo do ano letivo, existiram decisões de ajustamento em relação a fatores que pudessem influenciar negativamente as aprendizagens dos alunos, como anteriormente referido. Numa visão geral, procurámos ajustar os exercícios às capacidades dos alunos, quando verificávamos que estes não estavam a atingir os objetivos traçados.

Na UD de ginástica de solo e acrobática, foi necessário ajustar os grupos tendo em conta o nível de aptidão dos elementos gímnicos. Numa fase inicial, alguns exercícios acabaram por ser adaptados de forma a dividir as fases de um determinado elemento, com o objetivo de ajudar os alunos com maiores dificuldades. Os exercícios para os alunos com NEE foram frequentemente alterados devido a alguma instabilidade a nível emotivo.

Em relação à UD de Atletismo, as alterações existentes foram determinadas pelas condições climáticas e pela conseqüente mudança de espaço. Apesar da realização de um plano secundário, caso existisse esta mudança, a sua realização estava sujeita frequentemente a adaptações.

Relativamente às UD de Voleibol e Futebol, acabámos por adaptar vários exercícios à capacidade dos alunos. Em ambas as UD, os alunos demonstraram bastante dificuldades, sendo necessário simplificar algumas tarefas. Neste sentido, também a alteração dos grupos foi algo desafiante devido à heterogeneidade da turma.

Em vários momentos das aulas, existiu a necessidade de alterar os grupos tendo em conta o gesto técnico ou o objetivo a ser trabalhado. Para os alunos com NEE, numa primeira aula, existiu uma tentativa de os mesmos jogarem com bolas normais de voleibol. No entanto, houve necessidade de alterar para um material mais confortável.

Por fim, na UD de Ténis de Mesa, como esta modalidade foi abordada em espaço exterior, por vezes, as condições climáticas não facilitavam a sua prática. Consequentemente, esporadicamente existiram alterações de espaço ou mudança do sentido das mesas em relação ao vento.

No geral, as decisões de ajustamento abordaram questões de adaptação dos exercícios às capacidades dos alunos, às mudanças de espaço, ao número de alunos a faltar e às condições climáticas. Como referem Pacheco e Flores (1999), “a competência profissional do professor é identificada na sua capacidade de intervir na prática de uma forma instrumental e de resolver os problemas pela técnica, pelo saber-fazer ou pela arte profissional”.

3.3. Avaliação

Ao falarmos em avaliação, existe uma certa ambiguidade em relação ao seu significado exato. Diversos autores idealizam a avaliação de forma distinta, tendo por base a própria interpretação do conhecimento. Segundo Nobre (2009), “o significado da avaliação, do quê e como avaliar é algo que depende do que se entende por conhecimento e por construção e formação do pensamento e ainda da forma como interpretamos o saber.”

Contudo, apesar de alguma ambiguidade, a avaliação contempla na sua base objetivos comuns em relação aos alunos. De acordo com o Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho, Artigo 23º, “a avaliação constitui um processo regulador do ensino, orientador do percurso escolar e certificador dos conhecimentos adquiridos e capacidades desenvolvidas pelo aluno”. Neste sentido, alguns dos principais objetivos da avaliação tornam-se claros: verificar os conhecimentos e capacidades adquiridos e desenvolvidos por parte dos alunos, a fim de classificar o aluno em relação aos objetivos curriculares previamente delineados. Para Ribeiro (1999), a avaliação deve ter uma base estruturada em três partes: Avaliação Diagnóstica (Formativa Inicial), Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa.

3.3.1. Avaliação Formativa Inicial

A avaliação formativa inicial (avaliação diagnóstica) tem como objetivo recolher informações sobre as capacidades e conhecimentos dos alunos, de forma a orientar o processo de ensino-aprendizagem. Esta avaliação deve ser realizada no início de cada Unidade Didática, definindo um conjunto de objetivos. Para tal e tendo em conta o nível, os conteúdos e os objetivos para o ano de escolaridade segundo o PNEF, foi desenvolvida uma grelha de avaliação formativa inicial para cada modalidade a ser lecionada. A avaliação dos alunos era objetiva e clara, onde para cada conteúdo existia a classificação de: Não executa, Executa ou Executa Bem. A cada aluno era atribuído o Nível Introdutório, Elementar ou Avançado, tendo em conta os objetivos do PNEF.

Apesar da Avaliação Formativa Inicial tomar lugar no início de cada Unidade Didática, Nobre (2006) defende que “a avaliação diagnóstica pode ter lugar em qualquer momento do período de ensino, desde que iniciem novas unidades didáticas ou seja necessário identificar causas de dificuldades reveladas pelos alunos”.

Assim, em todas as primeiras aulas de cada Unidade Didática abordada, foi efetuada a avaliação formativa inicial. Contudo, por vezes por falta de alguns alunos ou pelas condições climáticas, no caso da Unidade Didática de Atletismo, a segunda aula era também utilizada para completar a avaliação desenvolvida. Com base na recolha desses dados, seguiu-se a reformulação de cada Unidade Didática, em função das capacidades dos alunos. A partir desta avaliação, procurámos adaptar toda a estrutura planeada, tendo em conta os objetivos delineados e as capacidades demonstradas pelos alunos.

Numa fase inicial, nas aulas de avaliação diagnóstica, existiu a ideia de que a administração de feedback não deveria ser efetuada, para que não existisse qualquer tipo de influência por parte do docente. Numa fase posterior, após uma discussão com o Núcleo de Estágio, concluímos que, por vezes, os alunos não executam determinadas tarefas ou gestos devido a pequenas componentes críticas. Perante isto, alterámos esta dinâmica na avaliação formativa inicial, tendo passado a existir algum feedback aos alunos. De notar que a aula de avaliação formativa inicial é também uma aula como as outras, onde o seu principal objetivo é ensinar e que os alunos adquiram conhecimentos.

Para realizar a avaliação formativa inicial, procurámos desenvolver exercícios que se aproximassem do contexto real e formal de cada modalidade lecionada. Contudo, numa fase inicial, o pensamento existente era de que a avaliação estaria incompleta, devido à

quantidade de alunos a observar, todos os eles com características diferentes. Experienciámos que a avaliação diagnóstica pode ter algum grau de incerteza em relação a alguns conteúdos. Por exemplo, na avaliação formativa inicial, na modalidade de atletismo, existiam alunos que realizavam *skipings* com destreza, mas a transferência para o contexto real de uma corrida de velocidade não foi o melhor, em alguns casos.

3.3.2. Avaliação Formativa

A avaliação formativa tem um papel preponderante no processo de ensino aprendizagem. É através desta que o docente procura corresponder às necessidades dos alunos, de acordo com os objetivos estabelecidos. Segundo Sánchez (1996), este tipo de avaliação tem um carácter dinâmico, contínuo e sistemático, centrado nos alunos, verificando as respetivas aquisições de conhecimento e habilidades, tendo em conta os objetivos delineados. Este processo contínuo de avaliação engloba uma constante recolha e análise de dados, com o objetivo de o docente adaptar o processo ensino-aprendizagem em prol dos alunos. Rosado (1990) defende que este tipo de avaliação procura assinalar as dificuldades e os sucessos dos alunos, assim como utilizar este processo como uma ferramenta para adaptar o ensino às características específicas de cada um, de modo a alcançar sucesso pedagógico.

Para a condução do processo ensino-aprendizagem, a constante avaliação dos alunos demonstrou ser crucial para que os mesmos pudessem evoluir ao longo das aulas. Contudo, todo este processo apenas é viável se a informação recolhida for transmitida criticamente aos alunos.

Deste modo, juntamente com o núcleo de estágio, foi criada uma grelha de avaliação formativa, semelhante à de avaliação formativa inicial. Esta forma de registo permitiu avaliar os alunos de uma forma mais pormenorizada. Os alunos, aula após aula, eram classificados nos diferentes conteúdos em: Não Evoluiu, Evoluiu e Evoluiu bastante. Numa fase posterior, incorporámos uma descrição mais pormenorizada das dificuldades de cada aluno, em relação aos conteúdos e aos objetivos da aula. O registo era desenvolvido após cada aula, num momento de reflexão crítica. Era importante que a análise e a reflexão crítica fossem desenvolvidas logo após a realização da aula, para que não existisse perda de informação.

O processo de recolha de informação contínua ao longo das aulas permitiu construir um documento com o perfil de cada aluno, em relação às capacidades desenvolvidas em cada modalidade. A experiência do estágio pedagógico demonstrou que a avaliação formativa desenvolvida, correspondia posteriormente à classificação obtida na avaliação sumativa.

3.3.3. Avaliação Sumativa

De acordo com Nobre (2006), a avaliação sumativa é vista como uma avaliação final, na conclusão de um capítulo de aprendizagem. Por isso, a avaliação sumativa procura comparar os conhecimentos e as habilidades adquiridos com os objetivos delineados para cada Unidade Didática. O processo de avaliação ocorre, normalmente, no final de cada período.

Nos momentos de avaliação sumativa, o núcleo de estágio de Educação Física procurou observar as aulas de todas as turmas de cada professor estagiário. Desta forma, a avaliação era aferida com base numa análise e reflexão desenvolvida pelo professor estagiário responsável da turma e pelos restantes membros do núcleo. Esta dinâmica manteve-se ao longo do ano letivo.

A avaliação sumativa estava dividida em quatro domínios: domínio psicomotor (70%), onde 10% era para a condição física e 60% para a componente prática; domínio cognitivo (10%), avaliado através de um teste escrito, construído pelo núcleo de estágio para cada modalidade; domínio sócio afetivo (20%), avaliado através da verificação do registo diário baseado em cinco fatores: Assiduidade, Pontualidade, Empenho, Cooperação e Disciplina.

Para cada uma das Unidades Didáticas, o núcleo de estágio construiu uma grelha de avaliação (anexo V) com os conteúdos e as componentes críticas a atingir para cada modalidade. Através deste documento orientador, os dados eram recolhidos e posteriormente analisados. O processo de análise passava por comparar o ponto inicial dos alunos com o desenvolvimento durante as aulas e a respetiva avaliação sumativa. Neste sentido, na aplicação da avaliação, os alunos eram avisados antecipadamente para todos os momentos de avaliação. Esta dinâmica manteve-se ao longo do ano letivo.

Para realizar a avaliação, foram selecionadas as componentes críticas mais importantes de cada modalidade, consoante os objetivos delineados para cada UD. Deste modo,

procurámos aplicar exercícios criteriosos e que se aproximassem do contexto real de cada modalidade. No caso de existir alguma dúvida, eram realizados exercícios mais analíticos para reavaliar uma determinada componente crítica.

Como referido anteriormente, uma aula de avaliação sumativa deve manter o mesmo ideal de ensino, devendo existir momentos de aprendizagem por partes dos alunos. Posto isto, os alunos receberam feedback para que os mesmos pudessem melhorar a sua aprendizagem.

3.3.4. Autoavaliação

A autoavaliação permite ao aluno demonstrar capacidade de análise e reflexão crítica, tendo por base todas as habilidades e os conhecimentos adquiridos em cada Unidade Didática. Assim, para cada UD, o núcleo de estágio concebeu uma grelha de autoavaliação, onde os alunos teriam de se avaliar nos três domínios anteriormente referidos: psicomotor, cognitivo e sócio afetivo. Para completar a avaliação desenvolvida, o grupo de Educação Física criou uma grelha de autoavaliação com todas as modalidades abrangidas, que os alunos também preenchem no final de cada período (Anexo VI).

4. Análise reflexiva das atividades de gestão escolar e projetos educativos

Ao longo deste capítulo, é feita uma análise refletiva sobre as atividades desenvolvidas na assessoria ao Diretor de Turma e projetos desenvolvidos no decorrer do ano letivo.

4.1. Atividades de organização e gestão escolar

No âmbito da Dimensão 2 do Estágio Pedagógico, foi proposto o desempenho de um cargo de assessoria, integrado na escola onde decorre o Estágio Pedagógico, em que o estagiário acompanha o diretor de turma na realização das tarefas que este cargo implica. O objetivo desta tarefa passou por perceber qual o papel do diretor de turma e a importância do mesmo para o funcionamento normal de uma escola.

O diretor de turma é um elemento fundamental, uma vez que o mesmo é o elo de ligação entre todos os indivíduos que pertencem à turma. Consequentemente, torna-se vital perceber todo este processo e a maneira como é feito, sempre com o objetivo de ajudar a turma em questão.

4.2. Assessoria ao cargo de Diretor de Turma

O Diretor de Turma exerce uma atividade valiosa para o bom funcionamento da escola e mais especificamente da turma. Segundo Boavista e Sousa (2013), “este docente constitui um elemento determinante na mediação de conflitos, que não se encerram apenas no recinto escolar, ramificando-se e multiplicando-se por toda a comunidade educativa. Acumula ainda numerosas funções burocráticas, necessitando de desenvolver, através de técnicas específicas, capacidades para o exercício de todas as tarefas de coordenação que executa.”

Deste modo, torna-se evidente a importância do cargo de diretor de turma, não apenas pela gestão e as tarefas em relação aos alunos, mas também pela ligação criada pelo

mesmo com os encarregados de educação e a escola, estabelecendo uma relação entre a vida escolar e a vida familiar (Anexo VII).

Assim, este cargo de gestão intermédia foi centrado nos alunos e teve como objetivo fazer o elo de ligação entre todos os intervenientes da turma, fazendo passar a informação por todos.

Em suma, é possível afirmar que as vivências e aprendizagens ocorridas durante o acompanhamento da diretora de turma do 10ºD tiveram bastante impacto na nossa formação, não só como docentes, mas também com indivíduos. Deste modo, os conhecimentos transmitidos pela diretora de turma sobre como lidar com situações mais sensíveis, o contacto com os encarregados de educação dos alunos e a criação de pontes entre os vários agentes do processo de ensino e aprendizagem, possibilitaram o nosso crescimento e ensinaram-nos a lidar com possíveis situações que possam vir a acontecer no futuro.

No decorrer do ano letivo, desenvolvemos as seguintes tarefas:

- Preparação da reunião do conselho de turma intercalar;
- Apresentação da caracterização da turma no conselho de turma intercalar;
- Elaboração do Projeto de Turma;
- Constante atualização do dossiê de turma;
- Controlo das faltas da turma, analisando todos os casos;
- Justificação de faltas;
- Contactar ou reunir com os Encarregados de Educação, sempre que necessário, para abordar situações relacionados com os seus educandos;
- Cooperar com os restantes professores da turma na resolução de problemas;
- Estar presente nas reuniões de Diretores de Turma;
- Identificar alunos com dificuldades, que necessitem de acompanhamento especial, auxiliando na construção de um programa de apoio no domínio pedagógico e psicológico.

O exercício deste cargo foi sem dúvida uma grande experiência enriquecedora, que irá preparar-nos para uma possível função semelhante, a exercer num futuro profissional enquanto docente.

4.3. Projetos e parcerias

No âmbito da Área 3 - Projeto e Parcerias Educativas do Estágio Pedagógico, o núcleo de estágio da Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores propôs a realização de um evento com várias atividades, denominado “Peddy Paper - Interdisciplinar”, destinado à comunidade escolar.

Este evento realizou-se durante a parte da manhã do último dia do 1º período escolar (14 de dezembro de 2018), entre as 09h30 e as 13h, terminando 30 minutos mais cedo, uma vez que a atividade ocorreu de uma forma dinâmica.

Apesar de ser um evento que se repete em alguns anos, o núcleo deu asas à sua criatividade para que o tema abordado fosse diferente, onde a disciplina de Educação Física fosse a figura central. Assim, tivemos a preocupação de ligar a atividade física às demais disciplinas lecionadas em cada ciclo, procurando trabalhar a transversalidade de conteúdos e envolver todos professores da escola.

À partida, já sabíamos que iria haver outra atividade a decorrer em simultâneo (torneio de voleibol), organizada pela Associação de Estudantes, ocupando os espaços 1 e 2 do Pavilhão Gimnodesportivo, ficando, assim, os restantes espaços disponíveis para nós. Definimos que o evento teria lugar nos vários espaços da escola. Embora tenha sido realizado ao ar livre, as estações montadas encontravam-se localizadas perto de abrigo, em caso de chuva.

Com a realização deste evento, foi nossa intenção proporcionar aos alunos um momento de lazer, diversão e convívio com os colegas, assinalando, ao mesmo tempo, o final do 1º período. Também tivemos o objetivo de passar uma imagem clara sobre a importância e os benefícios do exercício físico, procurando estimular a comunidade escolar a iniciar ou manter a prática desportiva como hábito do dia-a-dia.

A atividade consistiu num “peddy paper”, que é um jogo constituído por equipas, que tem como objetivo cumprir um certo percurso pedestre, com recurso a determinadas instruções. Este tem o intuito de permitir aos jogadores resolver enigmas e desenvolver a destreza e rapidez de raciocínio, bem como fomentar o convívio entre os alunos e o espírito de equipa.

Deste modo, foi criado o projeto “peddy paper – Interdisciplinar” que teve por base as noções da atividade de “peddy paper”, mas com a introdução da interdisciplinaridade.

Assim, ao invés de incorporar perguntas de cultura geral, foram introduzidas perguntas das disciplinas do currículo dos alunos. Cada professor propôs duas perguntas para cada ano, por disciplina. As perguntas foram definidas com graus de dificuldade diferentes (Grau 1 - pergunta fácil; Grau 2 – pergunta difícil).

Em cada estação do “Peddy Paper”, os alunos tinham que realizar primeiramente a parte prática (atividade estipulada para cada estação), para poder depois responder à questão e passar à próxima fase. De 5 em 5 minutos, partiu uma equipa. Existiam 10 estações no total do percurso, com atividades práticas e questões. Cada equipa tinha na sua posse um mapa, onde estavam marcadas as várias estações, e tinha de seguir a ordem das estações indicadas. Em cada estação, o juiz registava ou o tempo ou os pontos adquiridos (consoante a estação). O resultado final da atividade, por equipa, englobava as pontuações obtidas nas várias estações e o tempo total da prova, convertido em pontuação. Não existiu limite de inscrições, apenas número máximo e mínimo de elementos por equipa (máximo de 6 elementos máximo e mínimo de 4 elementos), não sendo necessário que os alunos fossem da mesma turma nem do mesmo ano de escolaridade. Quem tivesse menos elementos por equipa, repetia a tarefa.

A segunda atividade consistiu numa atividade desportiva atrativa para a população alvo, proporcionando-lhes, não só, um momento de diversão e de descontração, mas também de contacto e de aprendizagem com o desporto. A atividade organizada pelo núcleo foi constituída por um torneio com objetivos bem definidos: torneio multidesportivo de modalidades adaptadas.

Assim, o núcleo de estágio teve o objetivo de dar a conhecer algumas modalidades do Desporto Adaptado, enriquecendo o conhecimento da comunidade escolar, relativamente ao desporto e ao leque de possibilidades que as pessoas, com limitações físicas ou psicológicas, dispõem para poder ter um estilo de vida ativo e saudável. Para isso, o núcleo elaborou um torneio multidesportivo adaptado, procurando dar a conhecer algumas das modalidades adaptadas existentes e estimular o gosto pelo exercício físico. Com a realização desta atividade, acreditamos que foi possível adquirir um conjunto de instrumentos muito úteis que nos ajudam a tornar profissionais mais completos e competentes, procurando alargar o nosso leque de capacidades e competências.

O torneio de desporto adaptado consistiu na realização de algumas atividades, onde os alunos praticaram e conheceram algumas das modalidades pertencentes ao desporto

adaptado. Os desportos adaptados que os participantes tiveram a oportunidade de experimentar foram: basquetebol em cadeira de rodas, boccia, futebol de olhos vendados e goalball. Inicialmente, o torneio foi constituído por 10 equipas, cada uma com quatro elementos, onde todas elas participaram nas várias modalidades adaptadas apresentadas. Foram formados 2 grupos, sendo cada um formado por 5 equipas que competiram entre si nas várias modalidades. Numa fase mais avançada da atividade, como não existiram algumas atividades organizadas pela escola devido às condições climáticas, acabámos por adaptar o torneio para uma atividade de experimentação de desportos adaptados. Desta forma, conseguimos ter mais alunos a participar na atividade.

Todos os jogos foram pontuados de modo a manter uma competição saudável entre equipas. No final do torneio, os participantes deram o seu feedback em relação à atividade, referindo alguns aspetos a melhorar.

Em suma, a organização e a implementação das atividades foram concretizadas com sucesso, tendo-se conseguido alcançar todos os objetivos pretendidos, bem como adquirir algumas competências fundamentais.

4.4. Questões e Dilemas

O Estágio Pedagógico é uma experiência enriquecedora, onde o professor estagiário atua como um docente numa determinada instituição. Como qualquer professor, enfrentamos diversos dilemas ao longo do ano letivo, para os quais procuramos encontrar soluções eficazes e benéficas para os alunos. Neste sentido, esta secção é reservada a uma pequena reflexão crítica sobre as principais dificuldades enfrentadas ao longo do ano letivo e as respetivas soluções encontradas.

Todas as experiências do Estágio Pedagógico foram importantes e desafiantes para iniciar a construção de um perfil de docente de Educação Física. Contudo, existem algumas questões dilemáticas, que foram surgindo ao longo do ano letivo, mais impactantes para a realização do EP. Numa fase inicial, como foi referido anteriormente, a seleção das turmas realizou-se tendo por base os horários disponíveis para cada professor estagiário. No entanto, a informação sobre os alunos de cada turma foi apenas divulgada posteriormente à seleção. Esta informação veio a revelar que a turma 10º D era constituída por três alunos com Trissomia e logo começaram as questões a aparecer. Sem qualquer

tipo de experiência com alunos com necessidades educativas especiais, a primeira grande questão que surgiu foi como lidar com os mesmos.

Apesar de desafiante e, por vezes desgastante, procurámos lidar com estes alunos da melhor forma possível ao longo do ano letivo. A criação de empatia foi vital para um bom relacionamento durante as aulas. Estes alunos eram bastante sensíveis a nível emocional e, frequentemente, as suas atitudes sofriam alterações durante as aulas. Mesmo com o apoio de uma professora do ensino especial e o professor orientador, por vezes, foi necessária a intervenção do próprio encarregado de educação para o/a aluno/a, por exemplo, realizar uma determinada tarefa ou apenas sair do espaço de aula. Neste contexto, a estratégia seguida passou por criar laços de alguma empatia com estes alunos, sem quebrar a relação professor–aluno. Deste modo, os alunos sentiram-se à vontade nas aulas e com maior predisposição para a prática desportiva.

De seguida, questionámo-nos sobre como adaptar o processo ensino-aprendizagem destes alunos, mantendo a inclusão dos mesmos na turma. Pensamos que este foi o ponto mais desafiante do estágio pedagógico. No início de todas as Unidades Didáticas existia a incógnita do que é que estes alunos eram capazes de realizar e de que forma é que os poderíamos integrar ao longo das aulas, de cada modalidade. Após a avaliação formativa inicial, contínhamos mais informações das capacidades dos alunos, de forma a construir ou adaptar determinados exercícios das modalidades. Contudo, um dos ensinamentos que esta experiência demonstrou foi que a estabilidade emocional destes alunos é vital para a realização de qualquer tarefa. Ao longo do ano, existiram algumas tarefas, adaptadas ou não, que esses alunos realizaram numa determinada aula sem qualquer tipo de problema. Esporadicamente, os mesmos alunos, em aulas seguintes, não conseguiam ou não realizavam o mesmo exercício, pelo simples facto de não estarem estáveis emocionalmente. Mesmo com o apoio de outros professores, existiu sempre alguma incógnita na reação dos alunos às atividades propostas, aula após aula.

Em todas as Unidades Didáticas, para promover a inclusão e um ensino justo para todos os alunos, procurámos adaptar alguns exercícios tendo em conta as capacidades destes alunos. Dependendo da modalidade, esta adaptação passou por simplificar exercícios, utilizar outro tipo de material em determinadas tarefas, aplicar normas ou regras adaptadas e, em último caso, criar exercícios específicos para estes alunos. Todas estas estratégias foram aplicadas ao longo do ano. Consequentemente, existiu constantemente o dilema de existir inclusão destes alunos na turma, sem prejudicar as aprendizagens e a

evolução de todos os alunos. A utilização de todas estas estratégias proporcionou uma experiência enriquecedora, com momentos desgastantes e outros surpreendentes. O constante desafio de lidar e de ensinar estes alunos com todos estes dilemas, acabou por ser premiado com momentos de valor desmedido. Por exemplo, na Unidade Didática de Dança, existiu um momento em que a turma estava a ser avaliada através de uma coreografia construída pelos próprios alunos. Subitamente, os alunos com Trissomia perguntaram se podiam dançar uma música. Estes alunos começaram a dançar e todos os presentes na sala de aula bateram palmas acompanhando estes alunos. Os mesmos foram buscar os restantes alunos da turma para dançarem com eles, algo que eles nunca tinham feito.

Existiram outras questões ao longo do ano letivo, relativamente à postura, às estratégias e às formas de lidar perante uma turma. Em discussão com o núcleo de estágio, aferimos algumas estratégias base para conquistar os alunos. Numa fase inicial, a ideia foi adotar uma postura mais exigente perante os alunos. Com o decorrer das aulas, naturalmente, a relação com os alunos tornou-se cada vez menos rígida, mas existindo sempre mútuo respeito entre professor-aluno e aluno-professor. Desta forma, o clima positivo da aula construiu-se no decorrer do ano letivo, no qual os alunos se sentiam motivados para a prática desportiva.

Outra grande questão que surgiu foi como e quando é que se deve trabalhar com grupos homogéneos e com grupos heterogéneos em cada Unidade Didática. Após a pesquisa de bibliografia e a análise e discussões críticas do núcleo de estágio, em cada UD, procurámos experienciar, em cada turma, as várias estratégias possíveis em relação à questão de diferenciação pedagógica. Neste sentido, nas várias UDs fizemos a experiência de trabalhar com grupos heterogéneos, com grupos homogéneos, por grupos de nível ou por grupos formados pelos próprios alunos. A experiência demonstrou que todas estas estratégias têm benefícios para os alunos e devem ser aplicadas consoante os conteúdos de cada aula e os respetivos objetivos. Ainda assim, o estado de espírito dos alunos e a sua motivação foram também fatores que estiveram na base de algumas decisões, no caso dos alunos escolherem os próprios grupos. Por exemplo, na Unidade Didática de Futebol, desenvolvemos exercícios com situações de jogo com superioridade numérica, onde os grupos eram heterogéneos. Também realizámos exercícios com grupos homogéneos, onde os alunos com maior dificuldade no remate trabalhavam uma determinada tarefa e os outros alunos realizavam situações de condução de bola. Por fim,

efetuámos situações de jogo em campo reduzido, onde os próprios alunos construíam os grupos.

Por último, questionámos como realizar a avaliação dos alunos, o mais correta possível, de forma a que a classificação traduzisse aquilo que os alunos demonstraram ao longo do ano letivo, em termos da aquisição de conhecimentos ou da evolução das suas competências. De forma a superar eficazmente este dilema, o núcleo de estágio juntamente com o professor cooperante, aquando da realização da avaliação, desenvolvia uma reunião de análise e discussão crítica das avaliações de todas as turmas dos professores estagiários. Deste modo, os professores estagiários observavam as aulas de avaliação de todas as turmas, com o objetivo de aferir as classificações dos alunos em conjunto. Esta estratégia permitiu melhorar o processo de avaliação, assim como perceber a quantidade de fatores inerentes ao mesmo.

4.5. Dimensão Ético-Profissional

De acordo com o Guia de Estágio de 2018/2019, a “ética profissional constitui uma dimensão paralela à dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor. A ética e o profissionalismo docente são os pilares deste agir e revelam-se constantemente no quadro do desempenho diário do estagiário” (Ribeiro-Silva, *et al.*, 2018, p. 51).

Neste sentido, procurámos melhorar a prática pedagógica enquanto docente, onde o compromisso para com as aprendizagens dos alunos foi uma constante. Em toda esta experiência, o objetivo passou por aprender, enquanto profissional de ensino de Educação Física, no sentido de proporcionar e promover momentos de aprendizagem aos alunos. Para tal, foi necessário realizar análises críticas e reflexivas ao longo do ano, onde, juntamente com o núcleo de estágio, partilhámos conhecimentos, ideias e experiências.

Ao longo do letivo, assumimos uma postura adequada enquanto profissionais de uma instituição. A assiduidade, a pontualidade e o compromisso para com as nossas funções, foram normas máximas no decorrer do Estágio Pedagógico. Procurámos também respeitar todos os indivíduos inerentes ao meio envolvente da escola, assumindo e cumprindo as normas definidas pela escola, pelo grupo de Educação Física e pelo Estágio Pedagógico.

Para completar toda a experiência educativa do Estágio Pedagógico, participámos em várias atividades ao longo do ano letivo. Naturalmente, desenvolvemos e cooperámos em atividades junto do grupo de Educação Física, participando na realização de atividades para alunos de escolas de outro país, auxiliando nas atividades desportivas da escola como o “mega sprint”, corta mato escolar e sarau de Educação Física, e desenvolvendo duas atividades para toda a comunidade escolar. O acompanhamento da turma em algumas visitas de estudo ou noutras atividades relacionadas com outras disciplinas, foi algo que aconteceu com alguma frequência, onde acabámos por ceder, sempre que possível, a aula para fomentar a multidisciplinidade.

De forma a aprender e adquirir mais ferramentas a utilizar enquanto futuros docentes, participámos em várias ações de formação, com o objetivo de melhorar as nossas competências como professores de Educação Física. Assim, participámos em formações do FICEF (Anexo X), referente às Jornadas Pedagógicas, na Oficina de Ideias (Anexo XI) organizado pela Escola Secundária Avelar Brotero, e na ação de formação sobre o programa “FITescola” (Anexo XII).

Em síntese, procurámos integrar a comunidade educativa de forma profissional e correta, adquirindo competências enquanto docentes, que irão permitir exercer um cargo de docência de Educação Física, já com experiência e conhecimentos para realizar esta função. Tudo o que envolveu esta experiência contribuiu para criar um perfil de docente, através das ligações estabelecidas com toda a comunidade educativa.

5. Aprofundamento do Tema-Problema

5.1. Introdução ao Tema-Problema

No âmbito da unidade curricular Estágio Pedagógico, lecionada ao longo do 2º ano, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos ciclos Básico e Secundário, na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, foi proposto a realização de uma investigação (Aprofundamento do Tema-Problema), onde o objetivo da mesma passou por aprofundar uma problemática de ensino, com vista a alterar possíveis comportamentos ou ações, em benefício da aprendizagem dos alunos. Neste caso, investigámos o tema: “Relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento na disciplina de Educação Física: Comparação entre cursos”.

Esta investigação decorreu na EBSQF com o intuito de obter dados reais sobre a problemática, de forma a analisar, discutir e tirar conclusões em relação à influência da atividade físico desportiva extracurricular no aproveitamento dos alunos na disciplina Educação Física, nos cursos do 10º ano.

Alguns estudos, como os de Soares, Aranha, e Antunes, (2013) e de Esteban-Cornejo, Tejero-Gonzalez, Sallis e Veiga (2015), apontam e demonstram a grande importância da atividade física no aproveitamento dos alunos, tanto a nível motor como cognitivo.

Esta investigação pretende verificar se este resultado também é válido para o universo em estudo, bem como analisar de que forma a atividade físico-desportiva extracurricular pode influenciar o aproveitamento dos alunos na Educação Física, como verificado na investigação de Norris (2015).

Neste contexto, existem estudos que demonstram sucesso escolar em alunos que praticam atividade físico-desportiva extracurricular (Blomfield & Barber, 2010 e Gerber, 1996). Outras investigações de Almeida & Nogueira (2002), Bento & Pereira (1999), Blomfield & Barber (2010) e Simão (2005) também obtiveram resultados positivos nesta problemática, tendo averiguado que os alunos que praticam atividade físico-desportiva extracurricular têm um melhor aproveitamento escolar.

Nestes estudos, a análise foi realizada relativamente ao aproveitamento escolar geral, ou seja, com todas as disciplinas incluídas. No entanto, de acordo com Viacelli (2002) e Frade (2012), a prática de AFD não tem influência no aproveitamento escolar dos alunos.

Posto isto, é necessário realizar mais investigações comparativas, de forma a que seja possível analisar corretamente esta problemática e encontrar soluções eficazes que beneficiem os alunos.

Desta forma, este trabalho procura responder às seguintes questões:

Q1 – Existe um maior número de alunos do 10º ano a praticar atividade físico-desportiva extracurricular do que a não praticar?

Q2 – Há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular?

Q3 – Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física?

Q4 - Há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos?

Q5 – Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física, em função do curso frequentado?

O trabalho está dividido em 3 partes principais: Enquadramento Teórico; Metodologia; Apresentação e Discussão dos Resultados, terminando com a Conclusão.

5.2. Enquadramento Teórico

Esta secção pretende apresentar os vários conceitos utilizados nesta investigação. Assim, iremos definir, de uma forma clara, os diferentes termos e conceitos abordados e apresentar diversos estudos sobre o tema em análise, de forma a fundamentar e comparar os resultados obtidos.

5.2.1. Atividade Físico-Desportiva Extracurricular

De acordo com Peres, Andrade & Garcia (2007), as atividades de cariz extracurricular, correspondem a ações organizadas fora do contexto escolar, realizadas voluntariamente.

Segundo Estríbio (2010), este tipo de atividade extracurricular é tão importante do ponto de vista educacional, como as próprias atividades escolares. Identicamente, os alunos desenvolvem competências sociais, motoras e cognitivas a longo prazo.

As atividades extracurriculares podem ser caracterizadas como: artísticas, musicais, tecnológicas, desportivas ou outras. Esta investigação considera apenas as atividades físico-desportivas extracurriculares, desenvolvidas fora do contexto escolar. Para isso, considerámos como atividades físico-desportivas extracurriculares, tendo em conta o tempo de prática semanal, as realizadas em clubes ou associações e com acompanhamento por um treinador, professor ou monitor.

Caspersen, Powel, & Christenson (1985, p.126) apresentam a atividade física como qualquer ação corporal processada a nível muscular, que leve a um gasto de energia.

A Atividade Físico Desportiva proporciona novas aprendizagens a nível motor, social e cognitivo, como afirmam Bois, Sarrazina, Brustadb, Trouillouda, & Cury (2005). Assim, estudos realizados por Goudas, Dermitzaki, & Bagiatis, (2001) verificam que quando os alunos praticam atividade físico desportiva extracurricular, estes demonstram uma maior preparação em relação aos conteúdos abordados em EF, em comparação com os outros alunos.

Deste modo, existem diversos estudos que verificam que a prática desportiva pode ter influência no aproveitamento escolar. Esta ideia é a base da nossa investigação, onde procuramos responder a esta problemática.

5.2.2. Aproveitamento Escolar

Para a realização deste estudo, analisámos a influência das atividades físico desportivas extracurriculares no aproveitamento escolar à disciplina de EF. No entanto, os diversos estudos que desenvolveram investigações com temas semelhantes, trabalharam no sentido de perceber se realmente a prática desportiva influencia o sucesso escolar.

Neste sentido, autores como Quintela & Mello (2004) e Simão (2005), para definirem e encontrarem o aproveitamento escolar dos alunos, usaram as pautas das avaliações.

Já Bento & Pereira (1999) e Peixoto (2003) definem rendimento escolar através da média das classificações em disciplinas selecionadas pelos autores. em apenas um período letivo.

No caso de Costa (2007), o autor utilizou a média da classificação dos alunos da amostra, considerando todas as unidades curriculares referentes ao 2º período.

Um aspeto comum a todas as investigações é que o sucesso escolar é conseguido ou definido através da média das classificações dos alunos das amostras das investigações (Perrenoud, 2003).

De forma a analisar o aproveitamento escolar, para Davis & Espósito (1990), é necessário averiguar se existiram diferenças entre os conhecimentos antes das atividades escolares e no final das mesmas atividades. Isto é, deve-se perceber se realmente existiu aquisição de conhecimentos. Os mesmos autores defendem ainda que a caracterização de aproveitamento escolar poderá incidir mais num domínio psicomotor do que num domínio cognitivo.

Considerando os diversos estudos referidos anteriormente, definimos o aproveitamento escolar à disciplina de EF como a variável a estudar.

Assim, para definir aproveitamento escolar a EF, utilizámos as classificações/níveis obtidas/os pelos alunos no final do ano letivo de 2017/2018, correspondendo ao 9º ano de escolaridade. Deste modo, ao utilizarmos o termo aproveitamento escolar à disciplina de Educação Física, estaremos a falar das classificações obtidas no 3º período do ano letivo de 2017/2018, dos alunos da amostra.

5.2.3. A relação entre a AFD e o AE

Existem vários estudos onde é demonstrado que os alunos com melhor aproveitamento escolar são os que praticam atividades extracurriculares (Blomfield & Barber, 2010).

Também Gerber (1996) verificou que a prática de atividades extracurriculares pode proporcionar um melhor sucesso escolar, assim como prevenir comportamentos de

indisciplina. Investigações citadas por Castelli, Hillman, Buck, & Erwin, (2007), verificaram uma influência positiva entre o aproveitamento escolar e a condição física.

De acordo com o estudo realizado por Bento & Pereira (1999), os alunos que realizavam atividades desportivas extracurriculares tiveram uma classificação média escolar superior aos alunos que não praticavam. Fejgin (1994), citado por Simão (2005), verificou esta premissa, ao analisar os resultados escolares dos alunos entre os praticantes e não praticantes de ADE. Também Almeida & Nogueira (2002) verificaram no seu estudo que os alunos sem atividades extracurriculares, tinham uma classificação inferior à dos alunos com atividades extracurriculares.

Contrariamente a estes estudos, autores como Costa (2007) e Novais (2007) encontraram uma relação negativa entre o rendimento escolar e a prática desportiva. Estes estudos apontaram que quanto maior for a prática desportiva extracurricular, menor será o aproveitamento escolar.

Nos estudos de Viacelli (2002) e Frade (2012), verificou-se que, nas amostras das investigações, a prática desportiva extracurricular e o aproveitamento escolar dos alunos são independentes entre si. Desta forma, não existia qualquer tipo de relação de influência entre ambas as variáveis.

A diversidade de conclusões do estudo desta problemática é significativa. No entanto, a grande maioria dos autores apontam para que os alunos que praticam atividade físico desportiva extracurricular, têm realmente melhor aproveitamento escolar do que os alunos que não praticam. No caso deste estudo em particular, a análise será feita entre o aproveitamento escolar à disciplina de EF e a prática de atividade físico desportiva extracurricular.

5.3. Metodologia

Nesta secção, é apresentada a metodologia utilizada neste estudo, estando dividida em: Caracterização da amostra, Instrumentos, Procedimentos, Apresentação e Discussão dos Resultados e Conclusão.

5.3.1. Caracterização da amostra

A Tabela 1 apresenta os cursos do universo considerado, bem como o número de alunos por curso.

Cursos	Número de Alunos
Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva	22
Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos	7
Curso de Artes Visuais	19
Curso de Ciências e Tecnologias	76
Curso de Ciências Socioeconómicas	28
Curso Profissional de Técnico de Auxiliar de Saúde	18
Curso de Línguas e Humanidades	27

Tabela 1 – Caracterização da amostra por curso.

A amostra é constituída por 197 alunos do 10º ano das turmas (A, B, C, D, E, F, H, I e J) da EBSQF, sendo 72 alunos do género masculino e 125 do género feminino (N=197). Desta amostra, constam 76 alunos do Curso de Ciências e Tecnologia (38,6%), 27 do Curso de Línguas e Humanidades (13,7%), 28 do Curso de Ciências e Socioeconómicas (14,2%), 19 do Curso de Artes Visuais (9,6%), 22 do Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva (11,2%), 7 do Curso Profissional de Gestão de Equipamentos Informáticos (3,6%) e 18 do Curso Profissional de Auxiliar de Saúde (9,1%).

A idade dos alunos inquiridos está compreendida entre os 15 e os 18 anos, sendo que a média é de 15,6 anos, com um desvio de padrão de 0,888 anos.

5.3.2. Instrumentos

Considerando os objetivos estabelecidos para este estudo, foi aplicado um questionário retirado e adaptado de Frade (2012) (Anexo IX), tendo-se acrescentado quatro itens referentes ao agregado familiar. O questionário é composto por um conjunto de questões ordenadas e previamente planeadas, de acordo com o fundamento do estudo e todo o processo envolvente.

Para recolher as classificações/níveis dos alunos, obtidas/os no final do ano letivo de 2017/2018, foi contactada a Secretaria da escola, de modo a realizar um levantamento do registo individual do percurso escolar à disciplina de Educação Física, referente ao 9º ano de escolaridade.

5.3.3. Procedimentos

Previamente à aplicação dos questionários, foi desenvolvido um pedido de autorização para os encarregados de educação de todas as turmas do 10º ano, onde foram informados sobre o objetivo, o âmbito, a metodologia e a importância desta pesquisa. Informámos também sobre o que se pretende fazer (a aplicação dos questionários), os prazos, a confidencialidade e o anonimato no uso das informações recolhidas.

Durante a aplicação dos mesmos, demonstrámos estar disponíveis para esclarecer qualquer questão ou dúvida que surgisse, ou até mesmo para relembrar o âmbito da investigação. O preenchimento do questionário teve lugar nas aulas de Educação Física de cada turma e foi recolhido de forma presencial no próprio local, entre os dias 2 e 23 de abril de 2019.

Para a aplicação correta do questionário, foi efetuado um pré-teste, para verificar a compreensão dos itens acrescentados e da restante parte do questionário, a 15 alunos pertencentes a 3 turmas – 10ºA, 10ºB e 10ºE, aquando da realização do estudo efetuado na unidade curricular de Investigação-Ação. Cada participante demorou cerca de 5 minutos a completar o questionário. Para a análise e o tratamento dos dados recorreu-se ao programa estatístico IBM-SPSS, v. 21.

A Tabela 2 apresenta os testes mobilizados em função da questão a ser respondida.

Questões a testar	Teste mobilizado
Q1 – Existe um maior número de alunos do 10º ano a praticar atividade físico-desportiva extracurricular do que a não praticar?	Análise descritiva
Q2 – Há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular?	Análise descritiva e Teste do Qui-quadrado
Q3 - Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física?	Teste de <i>t-student</i> e Teste Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial
Q4 - Há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos?	Teste de Kruskal-Wallis
Q5 - Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física, em função do curso frequentado?	Teste Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial

Tabela 2 – Testes mobilizados em função da questão a ser respondida.

Para todos os testes foi utilizado um intervalo de confiança de 95%, para um nível de significância de 0,05.

5.4. Apresentação e Discussão dos Resultados

De seguida, apresentam-se os resultados obtidos com base na análise das respostas às perguntas do questionário.

1. Existe um maior número de alunos do 10º ano a praticar atividade físico-desportiva extracurricular do que a não praticar?

A tabela 3 apresenta a percentagem de praticantes e não praticantes de AFDE, no 10º ano da EBSQF.

Pratica AFDE	Frequência	Porcentagem
Sim	109	55,3%
Não	88	44,7%

Tabela 3 – Praticantes e não praticantes de AFDE no 10º ano da EBSQF.

Perante os resultados apresentados, verifica-se que existe um maior número de alunos a praticar AFDE (n=109) quando comparados com os que não praticam (n=88), no 10º ano da EBSQF.

2. Há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular?

H₀: Não há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular.

H₁: Há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular.

Recorrendo à referência cruzada e à aplicação do teste Qui-Quadrado (tabela 4), verificamos que existem diferenças estatisticamente significativas em relação à prática de AFDE entre os cursos da EBSQF. ($p=0,000$).

	X²	gl	Sig
Qui-Quadrado de Pearson	25,24	6	0,000

Tabela 4 – Significância entre os alunos a praticar AFDE nos cursos da EBSQF.

O resultado estatístico permite nos rejeitar H₀ e assumir H₁, isto é, há associação entre o curso frequentado e o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular, $X^2(6) = 25,24$, $p = 0,000$.

Na tabela 5, é apresentada a percentagem de praticantes de AFDE por curso.

Curso	Sim AFDE	Não AFDE	Percentagem de praticantes de AFDE	Total de Alunos
Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva	22	0	100%	22
Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos	3	4	42,9%	7
Curso de Artes Visuais	13	6	68,4%	19
Curso de Ciências e Tecnologias	38	38	50,0%	76
Curso de Ciências Socioeconómicas	15	13	53,6%	28
Curso Profissional de Técnico de Auxiliar de Saúde	6	12	33,3%	18
Curso de Línguas e Humanidades	12	15	44,4%	27

Tabela 5 – Percentagem de alunos praticantes de AFDE em cada curso.

Analisando a tabela 5, verificamos que é no Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva onde a associação é maior, com 100% dos alunos a praticar atividade físico-desportiva extracurricular. Por outro lado, o curso onde a associação é menor é o Curso Profissional de Técnico de Auxiliar de Saúde, com apenas 33,3% dos alunos a praticarem atividade físico-desportiva extracurricular. Os restantes resultados poderão ser consultados na tabela 5.

Pensamos que, estes resultados, poderão resultar do gosto e a motivação dos alunos. Neste sentido, os alunos que tenham o gosto pelo desporto, podem ter escolhido o curso dessa mesma área. Consequentemente, os alunos que sejam motivados pelo desporto, poderão ser os alunos com maior tendência a praticar atividade físico desportiva extracurricular.

3. Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física?

Para averiguar se há diferenças significativas no aproveitamento escolar a EF, entre os que praticam AFDE e os que não praticam, utilizámos o teste *t-student*, com as seguintes hipóteses:

- H_0 : Não há diferenças no aproveitamento escolar a EF dos alunos que concluíram o 9º ano, no ano letivo anterior, entre os que praticam e os que não praticam AFDE.

- H_1 : Há diferenças no aproveitamento escolar a EF dos alunos que concluíram o 9º ano, no ano letivo anterior, entre os que praticam e os que não praticam AFDE.

Prática de AFDE	Aproveitamento			
	Escolar a EF (escala de 1 a 5)	<i>t</i>	df	Sig
Sim (n=109)	4,1±0,72	3,106	197	0,002
Não (n=88)	3,78±0,7			

Tabela 6 – Comparação do aproveitamento escolar a EF entre os alunos do 9º ano, no ano letivo anterior, que praticam e não praticam AFDE.

Perante este valor da probabilidade, estatisticamente significativo ($p < 0.05$), rejeitamos H_0 e aceitamos H_1 , isto é, podemos concluir que há diferenças no aproveitamento escolar a EF dos alunos que concluíram o 9º ano, no ano letivo anterior, entre os que praticam e os que não praticam AFDE, $t(197) = 3.106$, $p = 0.002$. Ao verificarmos a tabela 6, notamos que são os alunos que praticam atividade físico-desportiva extracurricular que têm melhor aproveitamento (4,1±0,72) do que os que não praticam (3,78±0,7).

De seguida, procuramos analisar a relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física. Para tal recorremos ao teste estatístico Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial.

Assim, as hipóteses em estudo são as seguintes:

H_0 : Não há associação entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física.

H_1 : Há associação entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física.

Prática de AFDE	Aproveitamento		
	Escolar a EF (escala de 1 a 5)	Coef. Correlação	Sig
Sim (n=109)	4,1±0,72	-0,217	0,002
Não (n=88)	3,78±0,7		

Tabela 7 – Relação entre a prática de AFDE e o aproveitamento a EF.

O valor da probabilidade, $p < 0,05$, permite nos rejeitar a hipótese nula (H_0) e aceitar a hipótese alternativa (H_1) e, conseqüentemente, concluir que há uma correlação negativa significativa entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física, $r_{pb} = -0,217$, $p = 0,002$ (Tabela 7). Este resultado está de acordo com os estudos de Costa (2007) e Novais (2007), que encontraram uma relação inversa entre o rendimento escolar e a prática desportiva.

Contrariamente aos resultados obtidos, os estudos de Almeida & Nogueira (2002), Bento & Pereira (1999), Blomfield & Barber (2010) e Simão (2005) obtiveram resultados opostos nesta problemática, onde concluíram que os alunos que praticam atividade físico-desportiva extracurricular, têm um melhor aproveitamento escolar.

No entanto, é de referir que estes estudos analisam o aproveitamento escolar em geral, e não o aproveitamento exclusivamente à disciplina de EF.

4. Há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos?

Para dar resposta à questão anterior definimos as seguintes hipóteses:

H_0 : Não há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos.

H_1 : Há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos.

Após a análise exploratória dos dados, verificámos uma distribuição não-normal da amostra na variável em estudo, recorrendo ao teste de *Kolmogorov-Smirnov* ($p < 0,05$). Como tal, optámos pelo teste não-paramétrico de Kruskal-Wallis.

A tabela 8 apresenta os resultados obtidos.

	X²	Df	Sig
Teste de Kruskal- Wallis	21,630	6	0,001

Tabela 8 – Diferenciação do aproveitamento escolar dos alunos a EF por curso.

O resultado estatístico ($p < 0,05$) permite-nos rejeitar H_0 e assumir H_1 , isto é, há diferença no aproveitamento à disciplina de Educação Física entre os diversos cursos [$X^2(6) = 21,630$, $p = 0,001$]. Para percebermos entre que cursos existem as diferenças, tivemos de efetuar os testes *Post-Hoc* que realizam múltiplas comparações por método de *Pairwise*, em que os valores de significância são ajustados pela correção de *Bonferroni*. Estes testes revelaram-nos que é entre os cursos de Línguas e Humanidades e o curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva ($p = 0,008$) e entre os cursos profissional de Técnico Auxiliar de Saúde e o curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva ($p = 0,036$), que se verificam as diferenças, com os alunos do curso profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva a apresentarem melhor aproveitamento em ambos os pares.

Como anteriormente referido pensamos que, os alunos que sejam motivados pelo desporto, poderão ser os alunos com maior tendência a praticar atividade físico desportiva extracurricular. Seguindo esta possibilidade, os alunos do curso de Apoio à Gestão Desportiva apresentam um maior número de alunos a praticar. Segundo estudos de Almeida & Nogueira (2002), Bento & Pereira (1999), Blomfield & Barber (2010) e Simão (2005), concluíram que os alunos que praticam atividade físico-desportiva extracurricular, têm um melhor aproveitamento escolar. Consequentemente, os alunos do curso de Apoio à Gestão Desportiva poderão apresentar melhor aproveitamento escolar à disciplina de Educação Física, devido à maior quantidade de alunos a praticar atividade físico desportiva extracurricular, em relação aos restantes cursos.

5. Existe relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física, em função do curso frequentado?

De seguida, procuramos analisar a relação entre a prática de atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física, em cada curso. Para

tal aplicamos o teste estatístico Coeficiente de Correlação Ponto-Bisserial, para cada um dos cursos.

Assim, as hipóteses em estudo para cada curso são as seguintes:

H₀: Não há relação entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física.

H₁: Há relação entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física.

Na tabela 9, são apresentados os resultados da verificação da relação entre a classificação a EF e a prática de AFDE, em cada curso.

Curso	Coef. Correlação	Sig.
Curso Artes Visuais	-0,545	0,016
Curso de Ciências e Socioeconómicas	-0,393	0,039
Curso de Ciências e Tecnologia	-0,018	0,875
Curso de Línguas e Humanidades	0,155	0,440
Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva	1,000	
Curso Profissional de Gestão de Equipamentos Informáticos	-0,417	0,352
Curso Profissional de Auxiliar de Saúde	-0,352	0,152

Tabela 9 – Relação entre a Classificação a EF e a Prática de AFDE, por curso.

O valor da probabilidade, $p < 0,05$, permite nos rejeitar a hipótese nula (H₀) e aceitar a hipótese alternativa (H₁) e, conseqüentemente, concluir que há uma correlação negativa significativa entre o praticar ou não praticar atividade físico-desportiva extracurricular e o aproveitamento à disciplina de Educação Física no curso de Artes Visuais, $r_{pb} = -0,545$, $p = 0,016$ e no curso de Ciências Socioeconómicas, $r_{pb} = -0,393$, $p = 0,039$. Assim, o menor aproveitamento há disciplina de Educação Física está associado ao praticar atividade físico-desportiva extracurricular, em ambos os cursos referidos.

5.5. Conclusão

Esta investigação teve como principal objetivo analisar se existe influência da atividade físico desportiva extracurricular no aproveitamento dos alunos na disciplina Educação Física, usando os dados dos alunos dos vários cursos do 10º ano da Escola Básica e Secundária Quinta das Flores. Neste sentido, procurámos entender se há diferenciação da prática de AFDE e averiguar se existe diferenciação no aproveitamento à disciplina de EF, entre cursos e em cada curso.

Os resultados deste estudo mostram que:

- Existe um maior número de alunos a praticar AFDE quando comparados com os que não praticam AFDE, no 10º ano da EBSQF.
- O Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva e o Curso de Artes Visuais são os que apresentam um maior número relativo de alunos praticantes de AFDE, em contraste com o Curso Profissional de Técnico de Auxiliar de Saúde e o Curso Profissional de Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos, que são os que têm menor número relativo de alunos praticantes de AFDE.
- Existem diferenças estatisticamente significativas, apenas entre o Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva e o Curso de Línguas e Humanidades, verificando-se que os alunos do Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva têm um maior aproveitamento à disciplina de Educação Física, em relação aos alunos do Curso de Línguas e Humanidades, no 10º ano da EBSQF.
- Há alguns cursos em que se verifica uma relação entre as classificações obtidas na disciplina de Educação Física e o praticar ou não praticar AFDE, ou seja, de acordo com os resultados anteriormente apresentados, existe uma ligeira tendência para a classificação a EF diminuir com a prática de AFDE, no Curso de Artes Visuais e no Curso de Ciências Socioeconómicas.

Tendo em conta estes resultados, é importante investir no estudo mais alargado desta problemática, com o objetivo de desenvolver soluções educativas e desportivas que potenciem a prática desportiva e o sucesso escolar. É crucial realçar que a criação e/ou a renovação de políticas educativas em relação à prática de atividade físico-desportiva extracurricular, deve ter em consideração a sensibilização dos vários intervenientes num

contexto escolar, mais especificadamente os docentes e profissionais de educação física, bem como os encarregados de educação.

6. Considerações finais

Ao concluir este trabalho, importa referir que procurámos assumir, ao longo do Estágio Pedagógico, uma postura profissional e responsável de educação, com o objetivo de ensinar os alunos com base na aprendizagem e experiência adquiridas ao longo dos anos de formação, com orientações de política educativa para as quais contribuímos ativamente. Para isso, foi crucial termos em mente que a atividade profissional foi exercida num ambiente escolar, ou seja, numa instituição educativa, levando, conseqüentemente, a assumirmos a responsabilidade específica de promover diversas aprendizagens que fomentassem a autonomia dos alunos e a sua inclusão na sociedade.

Para tal, foi importante estar sempre disponível para ensinar, mas também para aprender e, pondo em prática os conhecimentos adquiridos, proporcionar aos alunos aulas dinâmicas e inovadoras, tendo por base as orientações de modelos e programas de Educação Física, com o objetivo de promover eficazmente a sua aprendizagem. Para a concretização deste objetivo, foi vital garantir o bem-estar dos alunos e o seu desenvolvimento pessoal e cultural, enquanto indivíduos integrantes de uma sociedade, e respeitar as diferenças existentes entre os alunos, promovendo a sua inclusão em todos os momentos.

Neste sentido, procurámos promover a aprendizagem com critério de rigor científico e metodológico, com conhecimento das áreas que o fundamentam, de modo a desenvolver estratégias pedagógicas diferenciadas, conducentes ao sucesso e realização de cada aluno, tendo em conta a diferenciação existente nos alunos. Conseqüentemente, o maior foco foi na aprendizagem dos alunos e em proporcionar a aquisição de conhecimentos de acordo com os objetivos do projeto curricular de turma, desenvolvendo as competências essenciais e estruturantes que o integram.

Em suma, pensamos que os objetivos predefinidos para o Estágio Pedagógico foram alcançados, onde os pensamentos positivos e negativos iniciais se interligaram com a própria experiência prática real da docência de Educação Física. Assim, crescemos a nível pessoal e profissional, onde o pensamento existente é de predisposição para um futuro no ensino de Educação Física e um sentimento de dever cumprido.

Bibliografia

- Almeida, L., & Nogueira, C. (2002). Investimento extracurricular e seu impacto diferencial na adaptação e rendimento académico em alunos do ensino superior. (U. d. Minho, Ed.) *Revista Galego-portuguesa de psicoloxía e Educacion*, N° 6 (Vol. 8) Ano 6°.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, M. F., & Pereira, P. (1999). A Participação em Actividades Desportivas e o Rendimento Escolar. (V. c. portuguesa, Ed.) Obtido de <http://cev.org.br/eventos/vii-congresso-educacao-fisica-ciencias-desporto-dos-paises-lingua-portuguesa/> [acedido em 30/07/2019].
- Blomfield, C., & Barber, B. (2010). Australian Adolescents' Extracurricular Activity Participation and Positive Development: Is the Relationship Mediated by Peer Attributes? *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 10, pp. 108-122.
- Boavista, C., & Sousa, Ó. D. (2013). O Diretor de Turma: perfil e competências. *Revista Lusófona de Educação*, (23), pp. 77-93.
- Bois, J. E., Sarrazina, P. G., Brustadb, R. J., Trouillouda, D. O., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modelling behaviours and perceptions of their child's competence. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, pp. 381–397.
- Caspersen, C., Powell, K., & Christenson, G. (1985). Physical activity, exercise and physical. *Public Health Reports*, 100(2), pp. 126-131.

- Castelli, D. M., Hillman, C., Buck, S., & Erwin, H. (2007). Physical Fitness and Academic Achievement in Third- and Fifth-Grade Students. (U. o. Urbana-Champaign, Ed.) *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29, pp. 239-252.
- Clemente, F. (2014). Uma Visão Integrada do Modelo Teaching Games for Understanding: Adequando os Estilos de Ensino e Questionamento à Realidade da Educação Física. *Revista Brasileira de Ciências de Esporte*, v. 36, n. 2, pp. 587-601.
- Costa, A. F. (2007). *Prática Desportiva e Rendimento Académico-Um Estudo com Alunos do Ensino Secundário – Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia*. Coimbra: Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação.
- Cunha. (2003). *Para onde vão a Orientação e Supervisão Educaconal?* Lisboa: Papyrus Editora.
- Davis, C., & Espósito, Y. (1990). Papel e função do erro na avaliação escolar. *Caderno de pesquisa*, 74, pp. 71-75.
- Decreto de lei Decreto-Lei n.º 139/2012, de 5 de julho - *Diário da República*, 1.ª série — N.º 129 — 5 de julho de 2012.
- Diaz, L. J. (1998). *El curriculum de la Educación Física en la Reforma Educativa*. Espanha: INDE.
- Esteban-Cornejo, I., Tejero-Gonzalez, C. M., Sallis, J. F., & Veiga, O. L. (2015). Physical activity and cognition in adolescents: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport*, pp. 1-6.
- Estríbio, M. B. (2010). *As Actividades de Enriquecimento Curricular no Currículo do 1º Ciclo do Ensino Básico- Tese de Mestrado na Especialidade de Educação e Desenvolvimento*. (D. d. Aplicadas, Ed.) Monte da Caparica: Universidade Nova de Lisboa Faculdade de Ciências e Tecnologias.
- Frade, I. (2012). *A Influência da Prática Desportiva Extracurricular nos Resultados Escolares - Relatório de Estágio*. Portimão.
- Gerber, S. (1996). Extracurricular activities and academic achievement. *Journal of Research & Development in Education*, 30 (1), pp. 42-50.

- Goudas, M., Dermitzaki, I., & Bagiatis, K. (2001). Motivation in physical education is correlated with participation in sport after school. *Psychological Reports*, 88, pp. 491 – 496.
- Haydt, R. C. (2011). *Curso de Didática Geral*. São Paulo: Editora Ática.
- Libâneo, J. C. (1994). *Didática*. São Paulo: Editora Cortez.
- Mc Combs, B. L., & Whisler, J. S. (1997). *The learner-centered classroom and school*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Morgan, K., & Carpenter, P.J. (2002). Effects of manipulating the motivational climate in physical education lessons. *European Physical Education Review*, 8, pp. 207–229.
- Moura, D. S., Alvarenga, M. A., Oliveira, L. T., Gimenes, E. F., & Assis, R. M. (2016). A importância do planejamento para as aulas de educação física e o PBID como intermediador dessa experiência. *Itinerarius Reflectionis*, pp. 1-9.
- Nobre, P. (2006). *Contributos da avaliação para o processo de construção e desenvolvimento do projeto curricular de escola*. Universidade de Lisboa: Mestrado em Ciências da Educação - Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.
- Nobre, P. (2009). *Contributos para uma avaliação curricular da escola: a Avaliação do PCE*. Comunicação apresentada no X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação: Investigar, Avaliar, Descentralizar. Instituto Politécnico de Bragança.
- Norris, E. S. (2015). *Physically*. *Preventive Medicine*, 72, pp. 116-125.
- Novais, V. (2007). *Atividade Física e sucesso escolar. Estudo com crianças e adolescentes institucionalizadas e não institucionalizadas*. Dissertação de Licenciatura em Desporto e Educação Física na área de recreação e tempos livres. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Oliveira, T. (2001). *A indisciplina em aulas de Educação Física - Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos dos alunos nas aulas de Educação Física no 2º e 3º C.E.B*. Tese de Doutoramento: Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física - Universidade do Porto.

- Pacheco, J., e Flores, M. (1999). *Formação e Avaliação de Professores*. Porto: Porto Editora.
- Peixoto, F. J. (2003). *Auto-estima, autoconceito e Dinâmicas relacionais em contexto escolar*. Tese de Mestrado. Universidade do Minho.
- Pellegrini, A. & Tonello, M. (1997) A informação na aprendizagem motora: o modelo em destaque. In: PELEGRINI, A.M., org. *Coletânea de estudos: comportamento motor I*. São Paulo, Movimento. pp. 119-139.
- Peres, C. M., Andrade, A., & Garcia, S. (2007). *Atividades Extracurriculares: Multiplicidade e Diferenciação Necessárias ao Currículo*. *Revista brasileira de Educação Médica*, 31 (2), pp. Pp. 147-155.
- Perrenoud, P. (2003). *Sucesso na escola: só o currículo, nada mais que o currículo!* *Caderno de pesquisa*, 119, pp. 9-27.
- Piérnon, M. (1996). *A formação de professores: Aquisição de técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Quina, J. d. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Bragança: Edição do Instituto Politécnico de Bragança.
- Mello, M. H., Quintela, H., & Mello, J. (2004). *Avaliação de Desempenho de Alunos Considerando Classificações Obtidas e Opiniões dos Docentes*. *Investigação Operacional*, 24, pp. 187-196.
- Ribeiro, L. (1999). *Avaliação da aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora.
- Ribeiro-Silva, E., Fachada, M., & Nobre, P. (2018). *Prática Pedagógica Supervisionada II*. Coimbra: Nozzle.
- Rosado, A. (1990). *Disciplina nas Classes de Educação Física*. *Revista Horizonte*. Vol. VII (38), Jul/Ago, pp. 47-51.
- Sánchez, D. B. (1996). *Evaluar en Educación Física*. Espanha: INDE.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a Enseñar La Educación Física*. INDE Publicaciones.
- Siedentop, D., Hastie, P. A., & Mars, H. V. (2004). *Complete Guide to Sport Education*. United States of America: Human Kinetics.

- Silva, E. (2015). Didática da Educação Física - Material de apoio à Unidade Didática.
- Simão, R. I. (2005). Relação entre atividades extra-curriculares e o desempenho académico, motivação, auto-conceito e auto-estima dos alunos. Lisboa: Instituto de psicologia Aplicada.
- Simões, C. (1996). O desenvolvimento do professor e a construção do conhecimento pedagógico. Aveiro: Fundação João Jacinto de Magalhães.
- Soares, J., Aranha, A., & Antunes, H. (2013). Relação entre os setores de prática desportiva, as modalidades desportivas e o aproveitamento escolar. *Motricidade*, 9(3), pp. 3-11.
- Viacelli, S. (2002). Desporto e rendimento escolar. *efdeportes.com*, 55(8). Buenos Aires, Argentina. Obtido em 27 de janeiro de 2012, de www.efdeportes.com/ef5despor.htm [acedido em 30/07/2019].

ANEXOS

Anexo I – Questionário Caracterização Individual do Aluno



CARACTERIZAÇÃO INDIVIDUAL DO ALUNO

CARO(A) ALUNO(A),

ESTE QUESTIONÁRIO TEM COMO OBJETIVO, RECOLHER DADOS QUE CONTRIBUAM PARA QUE OS TEUS PROFESSORES TE CONHEÇAM MELHOR. É DE CARÁCTER CONFIDENCIAL.

POR FAVOR LÊ COM ATENÇÃO CADA QUESTÃO E PROCURA SER SINCERO NAS TUAS RESPOSTAS. ASSINALA UMA OU VÁRIAS CRUZ(ES) NO(S) QUADRADO(S) CORRESPONDENTE(S). DEVE SER PREENCHIDO NA SUA TOTALIDADE.

GRUPO I - DADOS PESSOAIS DO ALUNO

NOME: _____
IDADE: _____ DATA DE NASCIMENTO: ____/____/____ ANO E TURMA: _____ Nº: _____
GÉNERO: F M NACIONALIDADE: _____ NATURALIDADE: _____
MORADA: _____ CÓDIGO POSTAL: _____;
CONTACTO TELEFÓNICO: _____ E-MAIL: _____
TENS APOIO DA AÇÃO SOCIAL ESCOLAR (ASE)? SIM NÃO ESCALÃO _____

GRUPO II - ASPETOS SOCIODEMOGRÁFICOS

1. ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO:

NOME: _____ PARENTESCO: _____
MORADA: _____ CÓDIGO POSTAL: _____;
CONTACTO TELEFÓNICO: _____ E-MAIL: _____
DATA DE NASCIMENTO: ____/____/____ PROFISSÃO: _____
SITUAÇÃO NA PROFISSÃO: EFETIVO ; CONTRATADO ; APOSENTADO ;
DESEMPREGADO
LOCAL DE TRABALHO: _____ TELEFONE (EMPREGO): _____

2. AGREGADO FAMILIAR:

PARENTESCO	IDADE	HABILITAÇÃO LITERÁRIA	PROFISSÃO	SITUAÇÃO PROFISSIONAL*

*EFETIVO; CONTRATADO; APOSENTADO; DESEMPREGADO.

3. MOBILIDADE:

CASA - ESCOLA

CARRO ; PÉ ; AUTOCARRO ; MOTO ; BICICLETA ; OUTRO
 SE OUTRO, QUAL? _____

TEMPO DE DESLOCAMENTO

ATÉ 5 MIN ; 5 A 15 MIN ; 15 A 30 MIN ; 30 A 60MIN ; + DE 60 MIN

DEPOIS DAS AULAS, A QUE HORAS COSTUMAS CHEGAR A CASA? _____; _____ H

GRUPO III - HÁBITOS ALIMENTARES, HIGIENE E SAÚDE

1. QUE REFEIÇÕES COSTUMAS FAZER POR DIA?

PEQUENO-ALMOÇO LANCHE DA MANHÃ ALMOÇO LANCHE DA
 TARDE JANTAR CELA

2. TOMAS O PEQUENO-ALMOÇO?

NUNCA ÀS VEZES SEMPRE

3. EM PERÍODO DE AULAS ONDE TOMAS O PEQUENO-ALMOÇO?

CASA ESCOLA NÃO TOMO OUTRO: _____

4. O QUE COSTUMAS COMER AO PEQUENO-ALMOÇO? _____

5. NO PERÍODO DE AULAS, ONDE É QUE NORMALMENTE ALMOÇAS?

CASA CANTINA BAR DA ESCOLA CAFÉ
 RESTAURANTE OUTRO: _____

6. COSTUMAS VARIAR OS ALIMENTOS NAS REFEIÇÕES DURANTE A SEMANA?

SIM NÃO

7. JÁ EXPERIMENTAS-TE FUMAR?

SIM NÃO ÀS VEZES SE SIM, QUANTAS VEZES POR SEMANA? _____

8. COSTUMAS CONSUMIR BEBIDAS ALCOÓLICAS?

SIM NÃO SE SIM, QUANTAS VEZES POR SEMANA? _____

9. TOMAS BANHO DEPOIS DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA?

SIM NÃO SE NÃO, PORQUÊ? _____

10. CONSIDERAS OS BALNEÁRIOS COM BOAS CONDIÇÕES?

SIM NÃO SE NÃO, PORQUÊ? _____



11. TENS ALGUMA DOENÇA/PROBLEMA QUE IMPOSSIBILITE OU DIFICULTE A PRÁTICA DESPORTIVA?

SIM NÃO SE SIM, QUAL/QUAIS? _____

12. TENS ALGUM FAMILIAR QUE TENHA ALGUM PROBLEMA DE SAÚDE GRAVE?

SIM NÃO SE SIM, QUAL? _____

13. JÁ SOFRESTE ALGUMA LESÃO DESPORTIVA?

SIM NÃO SE SIM, QUAL/QUAIS E QUAL FOI TEMPO DE RECUPERAÇÃO? _____

14. TOMAS ALGUM TIPO DE MEDICAÇÃO?

SIM NÃO SE SIM, QUAL? _____

15. EM MÉDIA, QUANTAS HORAS DORMES POR DIA? _____; _____H

GRUPO IV - ATIVIDADES EXTRACURRICULARES/TEMPOS LIVRES

1. PRATICAS ALGUMA ATIVIDADE FÍSICA OU DESPORTIVA PARA ALÉM DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA?

SIM NÃO SE SIM, QUAL/QUAIS? _____

2. SE RESPONDESTE "SIM" NA QUESTÃO ANTERIOR, DE QUE TIPO?

DESPORTO ESCOLAR FEDERADO OUTRO : _____

3. QUANTOS MINUTOS/SESSÃO DURA ESSA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA?

[0 A 30 MIN] [30 A 60 MIN] [60 A 90 MIN] [90 A 120 MIN]

4. QUANTAS VEZES POR SEMANA PRATICAS ESSAS ATIVIDADES FÍSICAS?

1 VEZ/SEMANA 2 A 3 VEZES/SEMANA 4 A 5 VEZES/SEMANA 6 OU MAIS VEZES/SEMANA

5. GOSTAS DE ESTUDAR? SIM NÃO

6. QUANTO TEMPO ESTUDAS POR DIA? : _____ H

7. COMO OCUPAS OS TEUS TEMPOS LIVRES?

VER TELEVISÃO	USO DO COMPUTADOR
FILMES/SÉRIES <input type="checkbox"/> TELENOVELAS <input type="checkbox"/> CONCURSOS <input type="checkbox"/> DESPORTO <input type="checkbox"/> NOTICIÁRIOS <input type="checkbox"/> DOCUMENTÁRIOS <input type="checkbox"/>	TRABALHOS <input type="checkbox"/> INTERNET <input type="checkbox"/> JOGOS/PROGRAMAS DIDÁTICOS <input type="checkbox"/>
LER <input type="checkbox"/>	QUE GÉNERO?
OUVIR MÚSICA <input type="checkbox"/>	QUE GÉNERO?
AJUDAR NO OFÍCIO DOS PAIS <input type="checkbox"/>	DE QUE MODO?
TRABALHO EM PART-TIME <input type="checkbox"/>	O QUE FAZES?
TRABALHO ESPORÁDICO <input type="checkbox"/>	O QUE FAZES?
IR AO CAFE ; IR A DISCOTECA ; CONVERSAR <input type="checkbox"/>	
OUTRA OCUPAÇÃO:	

GRUPO V – VIDA ESCOLAR

1. DENTRO DA PANÓPLIA DE POSSIBILIDADES DESPORTIVAS ENUMERA DE 1 A 10 AS QUE MAIS GOSTAS (SENDO QUE 1 É A QUE MENOS GOSTO E 10 É A QUE MAIS GOSTO)

DESPORTO	PONTUAÇÃO
ANDEBOL	
ATLETISMO	
BADMINTON	

BASQUETEBOL	
CORFBALL	
DANÇA	
FUTSAL	
GINÁSTICA	
TÊNIS DE MESA	
VOLEIBOL	
OUTRA(S): _____	

2. DOS DESPORTOS ABAIXO ENUNCIADOS , INDICA, COM UM "X" QUAL/QUAIS O/OS QUE JÁ PRATICASTE NA EDUCAÇÃO FÍSICA E FORA DA ESCOLA.

DESPORTOS	EDUCAÇÃO FÍSICA	FORA DA ESCOLA
ANDEBOL		
ATLETISMO		
BADMINTON		
BASQUETEBOL		
CORFBALL		
DANÇA		
FUTSAL		
GINÁSTICA		
TÊNIS DE MESA		
VOLEIBOL		
OUTRA(S):		

3. QUAL(IS) A(S) TUA(S) DISCIPLINA(S) PREFERIDA(S)?

4. JÁ REPROVASTE ALGUM ANO? SE SIM QUAL(IS)?



5. QUERES DAR CONTINUIDADE AOS TEUS ESTUDOS?

SIM NÃO TALVEZ

SE SIM/TALVEZ, QUAL A
ÁREA/CURSO? _____

OBRIGADO E BOM ANO LETIVO! 😊

Anexo II - Composição curricular da disciplina de Educação Física

1º CICLO		MATÉRIAS	2º CICLO	3º CICLO	10º ANO	11º/12º ANOS	
JOGOS <i>(INTRODUTÓRIO)</i> PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS PERCURSOS NA NATUREZA DANÇA <i>(INTRODUTÓRIO)</i>	JOGOS <i>(ELEMENTAR)</i>	JOGOS	AVANÇADO		-	-	
		FUTEBOL	ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS <i>(AVANÇADO)</i>	
		VOLEIBOL	PARTE ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO		
	BASQUETEBOL	INTRODUTÓRIO	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO			
	PERÍCIAS E MANIPULAÇÕES	GINÁSTICA	ANDEBOL	PARTE INTRODUTÓRIO	ELEMENTAR	ELEMENTAR	GINÁSTICA ATLETISMO
			GIN. SOLO	PARTE ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	
	DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS	PATINAGEM <i>(INTRODUTÓRIO)</i>	GIN. APARELHOS	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR+PARTE AVANÇADO	ELEMENTAR+PARTE AVANÇADO	GINÁSTICA OU ATLETISMO
			GIN. ACROBÁTICA	-	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	
			GIN. RÍTMICA	INTRODUTÓRIO			
	PERCURSOS NA NATUREZA	PERCURSOS NA NATUREZA	ATLETISMO	INTRODUTÓRIO	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	DANÇA <i>(AVANÇADO)</i>
			RAQUETAS	<i>(RAQUETAS MADEIRA)</i>	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
			PATINAGEM	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
			DANÇA	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
DANÇA <i>(INTRODUTÓRIO)</i>	DANÇA <i>(INTRODUTÓRIO)</i>	ORIENTAÇÃO	<i>(Percurso na Natureza)</i>	INTRODUTÓRIO		OUTRAS...	
		J. TRADICIONAIS	-	<i>(PROGRAMA DE ESCOLA)</i>	<i>(PROG. ESCOLA)</i>		
		LUTA	INTRODUTÓRIO	<i>(Desportos de Combate)</i>			
		MATÉRIAS ALTERNATIVAS	<small>AERÓBICA, CAMPISMO/PIONEIRISMO, CANOAGEM, CICLOCROSSE/CICLOTURISMO, CORFEBOL, CORRIDAS EM PATINS, DANÇAS SOCIAIS, DANÇAS TRADICIONAIS PORTUGUESAS, GOLFE, HÓQUEI EM PATINS, HÓQUEI EM CAMPO, JOGO DO PALI, JUDO, MONTANHISMO/ESCALADA, NATACÃO, ORIENTAÇÃO, PRANCHA À VELA, RÁGUEBI, SOFTEBOL/BASEBOL, TÊNIS DE MESA, TÊNIS, BADMINTON, TIRO COM ARCO, VELA, etc.</small>				

Anexo III - Planejamento Anual

Educação Física - 10º ano Turma D											
1º Período			2º Período			3º Período					
Nº de Semanas:	13 semanas		Nº de Semanas:	13 semanas		Nº de Semanas:	8 semanas				
Modalidade: Ginástica de solo e acrobática	Modalidade: Atletismo		Modalidade: Voleibol		Modalidade: Futsal		Modalidade: ARE				
Início da unidade didática: 16 de setembro de 2018	Fim da unidade didática: 24 de outubro de 2018	Início da unidade didática: 31 de outubro de 2018	Fim da unidade didática: 14 de dezembro de 2018	Início da unidade didática: 3 de janeiro de 2019	Fim da unidade didática: 22 de fevereiro de 2019	Início da unidade didática: 25 de fevereiro de 2019	Fim da unidade didática: 5 de abril de 2019	Início da unidade didática: 23 de abril de 2019	Fim da unidade didática: 17 de maio de 2019	Início da unidade didática: 20 de maio de 2018	Fim da unidade didática: 14 de junho de 2018
Nº de Semanas: 6		Nº de Semanas: 7		Nº de Semanas: 6		Nº de Semanas: 7		Nº de Semanas: 4			
Conteúdos											
Avião	Pegas	Estafetas: técnica descendente e ascendente; entrega o testemunho sem desaceleração; noção da zona de balanço e transmissão		Serviço por cima		Recepção e condução da bola		Cordeação		Pega	
Apoio Facial Invertido	Monte	Corrida de velocidade: velocidade de reação; velocidade máxima; apoios ativos; partida de blocos		Serviço por baixo		Remate		Ritimidade		Posição base	
Espargata	Desmonte	Corrida de barreiras: ritmo das 3 passadas; equilíbrio; trajetória rasant; partida de blocos		Passe		Drible e controle de bola		Sequência de passos		Serviço	
Pino de cabeça	Elementos de Ligação			Manchete		Passe		Sequência de saltos		Batimentos de esquerda e direita	
Ponte	Figuras a Pares			Bloco		Finta					
Roda	Figuras em Trios			Remate		desmarcação					
Rolamento à Frente com MI afastados	Figuras em Quadras			Deslocamentos		Marcação					
Rolamento à Retaguarda com MI afastados				Jogo 4x4		Jogo 5x5					

Anexo IV – Plano de Aula

Plano Aula			
Professor: Francisco Cardoso		Data: 29/09/2018	Hora: 15:30 – 17:00
Ano/Turma: 10º D	Período:	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.:	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula: 90 min
Nº de alunos previstos: 24		Nº de alunos dispensados: 0	
Função didática: Avaliação Formativa Inicial			
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			

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

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

Anexo VI – Grelha de Autoavaliação

	1º Período				2º Período				3º Período							
	1-4	5-9	10-13	14-18	19-20	1-4	5-9	10-13	14-18	19-20	1-4	5-9	10-13	14-18	19-20	
DOMÍNIO SÓCIO-AFECTIVO – Aprender a estar (20%)																
Fui assíduo(a) (4%)																
Fui pontual (3%)																
Participação e Empenho (4%)																
Participei de forma empenhada nas atividades propostas																
Esforço – me por ultrapassar as minhas dificuldades																
Enquanto decorrem as tarefas, estou sempre em atividade																
Realizo as tarefas de modo pertinente e de acordo com as orientações																
Cooperação com professor e colegas (4%)																
Coopero e colaboro com os colegas e professor																
Aceito as indicações e a ajuda dos colegas e do professor																
Dou indicação e ajuda do os colegas para melhorar																
Respeito pelas normas (comportamento/disciplina) (5%)																
Adoto sempre uma postura adequada para a prática desportiva (bem equipado e preparado)																
Faço uma correta gestão da atividade, criando hábitos de vida ativa (higiene, aquecimento, etc.)																
Cumpro e respeito as regras específicas de utilização do material, dos espaços de aula e dos balneários																
DOMÍNIO COGNITIVO – Aprender a conhecer - 10%																
Adquiri e apliquei conhecimentos relacionados com os conteúdos de acordo com as diferentes atividades físicas e fenómeno desportivo																
Respondi com clareza e terminologia específica, às questões colocadas na aula e/ou testes escritos, relatórios e trabalhos, com correção linguística																
Conheço as regras e princípios técnicos-táticos das matérias abordadas																
DOMÍNIO PSICO-MOTOR – Aprender a fazer - 70%																
Exprimi-me corretamente utilizando a Língua Portuguesa e revelei organização e métodos de trabalho aplicando os conhecimentos teóricos nas ações práticas (60%)																
Condição Física - Adaptação da bateria de testes do FITescola "Zona saudável" (10%)																

Anexo VII – Funções do Diretor de Turma (RI EBSQF)

Artigo 32

“1. O diretor de turma deve ser, sempre que possível, um professor pertencente ao quadro da escola ou um docente profissionalizado, designado pelo Diretor de entre os professores da turma, tendo em conta a sua competência pedagógica e capacidade de relacionamento.

2. O diretor de turma deverá ser assessorado pelos Serviços Administrativos no exercício das suas funções, nomeadamente na comunicação com os pais e encarregados de educação.

3. O diretor de turma poderá ser substituído a seu pedido pelo Diretor. Poderá ainda ser demitido pelo Diretor mediante proposta fundamentada do Conselho de Turma ou do respetivo coordenador de ciclo.

Artigo 33

Competências do DT

O diretor de turma é o coordenador do Projeto de Turma e, nessa qualidade, é particularmente responsável pela adoção de medidas tendentes à melhoria das condições

de aprendizagem e à promoção de um bom ambiente educativo, competindo-lhe articular a intervenção dos professores da turma e dos pais e encarregados de educação e colaborar com estes no sentido de prevenir e resolver problemas comportamentais ou de aprendizagem.

2. Ao diretor de turma compete ainda:

- a) Dar a conhecer o Projeto de Turma a todos os alunos e encarregados de educação;
- b) Acompanhar a aplicação dos planos aprovados pelo Conselho de Turma tendo em vista o sucesso educativo dos alunos;
- c) Informar-se sobre a comunidade em que a escola está inserida;
- d) Procurar conhecer e contactar individualmente cada um dos alunos por quem é responsável e respetivo encarregado de educação, quando menor de idade;

- e) Promover, no início do ano letivo, uma reunião de pais e encarregados de educação para eleição dos representantes ao Conselho de Turma;
- f) Controlar a assiduidade e a pontualidade dos alunos;
- g) Verificar periodicamente o aproveitamento dos alunos, através da informação intercalar disponibilizada por cada professor da turma;
- h) Manter informados os encarregados de educação sobre o comportamento, o aproveitamento e a assiduidade dos seus educandos através da caderneta escolar do aluno do ensino básico ou pelos meios considerados mais eficazes;
- i) Prestar aos encarregados de educação todos os esclarecimentos que lhe forem solicitados, no âmbito das suas funções;
- j) Dar cumprimento às atribuições previstas na lei e no Regulamento Interno, nomeadamente as do foro disciplinar;
- k) Informar, pelo meio mais expedito, os encarregados de educação das faltas que resultem da aplicação da ordem de saída da sala de aula e consequente encaminhamento para o Gabinete de Mediação Disciplinar;
- l) Informar o Conselho de Turma da situação dos alunos referidos na alínea anterior, a fim de identificar as causas e a pertinência da proposta de aplicação de outras medidas disciplinares corretivas ou sancionatórias previstas no EAEE;
- m) Informar todos os professores da turma de ocorrências consideradas importantes com vista a uma melhor relação professor/aluno, tendo em conta o dever de sigilo profissional;
- n) Acionar os mecanismos previstos no Regulamento Interno com vista à realização das atividades de recuperação da aprendizagem por incumprimento do dever de assiduidade;
- o) Convocar os representantes dos pais, o delegado de turma ou o subdelegado para as reuniões de Conselho de Turma;
- p) Colaborar na concretização de iniciativas culturais e recreativas em que a sua turma esteja envolvida, participando, sempre que possível;
- q) Disponibilizar ao coordenador de ciclo o Projeto de Turma a desenvolver ao longo do ano letivo;
- r) Referenciar os alunos com necessidades educativas especiais à Direção;

- s) Colaborar na elaboração do Plano Educativo Individual (PEI) e do Plano Individual de Transição dos alunos com necessidades educativas especiais de carácter permanente e coordenar a sua aplicação;
- t) Colaborar na elaboração de um relatório, no final do ano letivo, dos resultados da aplicação das medidas estabelecidas no PEI dos alunos com necessidades educativas especiais;
- u) Informar a Direção de tudo o que considere relevante relativamente à turma ou algum aluno em especial;
- v) Certificar-se, relativamente a cada aluno do 2º e 3º ciclo, de que a caderneta escolar é regularmente utilizada;
- w) Promover a rentabilização dos recursos e serviços existentes na escola, mantendo os alunos e encarregados de educação informados da sua existência;
- x) Organizar o Processo Individual do Aluno;
- y) Elaborar e submeter à apreciação do Diretor um relatório anual do desempenho do cargo, em moldes a aprovar pelo Conselho Pedagógico.”

Anexo VIII – Certificados das atividades



Anexo IX – Questionário para o aprontamento do tema problema



FCDEF FACULDADE DE CIÊNCIAS DO
DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Este questionário destina-se a recolher dados para um estudo sobre as práticas de atividades físico-desportivas e a sua relação com o aproveitamento escolar.

Pedimos-te que respondas a todas as questões de forma consciente e ponderada. Nenhuma resposta é boa ou má, o que interessa é que respondas com sinceridade.

O questionário é anónimo e estritamente confidencial, sendo que o sucesso deste estudo depende muito da tua colaboração, que desde já agradecemos.

Por favor responde às questões marcando uma cruz ou escrevendo a resposta no espaço adequado.

1. Ano de Escolaridade: 10º 11º 12º Nº _____ turma _____

2. Sexo: Masculino Feminino 3. idade: _____ anos

4. Localidade de residência _____

5. Grau Académico Pai- 1º ciclo 2º e 3º ciclo secundário Ensino Superior
Mãe- 1º ciclo 2º e 3º ciclo secundário Ensino Superior

Tem em atenção que as próximas perguntas são relativas ao ano letivo passado

6. Tiveste alguma negativa no 3º Período do ano passado?
(caso tenhas anulado alguma disciplina marca "sim") sim não

7. No ano passado, praticavas atividades físico-desportivas? (se não avança para a questão 8)
sim não



7.1 Se sim, indica se eras: federado não federado

7.2 Qual/quais eram essa(s)
atividade(s). _____

7.3 Com que regularidade é que praticavas essa(s) atividade(s)?

- 1. Uma vez por semana
- 2. 2 a 3 vezes por semana
- 3. 4 a 6 vezes por semana
- 4. Todos os dias

8 Se praticavas regularmente atividades físico-desportivas, quanto tempo dedicavas, por sessão, à prática das mesmas?

- 1. Menos de 1 hora
- 2. Aproximadamente 1 hora
- 3. Aproximadamente 2 horas
- 4. Aproximadamente 3 horas
- 5. Aproximadamente 4 horas
- 6. Aproximadamente 5 horas
- 7. Aproximadamente 6 horas
- 8. 7 horas ou mais

9 Se praticavas regularmente atividades físico-desportivas, quanto tempo dedicavas, por semana, à prática das mesmas?

- 1. Menos de 1 hora
- 2. Aproximadamente 1 hora
- 3. Aproximadamente 2 horas
- 4. Aproximadamente 3 horas
- 5. Aproximadamente 4 horas
- 6. Aproximadamente 5 horas
- 7. Aproximadamente 6 horas
- 8. 7 horas ou mais



10 Por dia, quanto tempo dedicaste ao estudo (fora das aulas)?

1. Menos de 1 hora
2. Aproximadamente 1 hora
3. Aproximadamente 2 horas
4. Aproximadamente 3 horas
5. 4 horas ou mais horas

11 Por semana, quanto tempo dedicaste ao estudo (fora das aulas)?

1. Menos de 1 hora
2. Aproximadamente 1 hora
3. Aproximadamente 2 horas
4. Aproximadamente 3 horas
5. Aproximadamente 4 horas
6. Aproximadamente 5 horas
7. Aproximadamente 6 horas
8. 7 horas ou mais

12 Estudavas mais durante:

- A semana O fim de semana

13 Onde é que habitualmente estudavas?

- Casa Explicação Escola Clube Outro
-

Obrigada pela tua colaboração. 😊

Anexo X – Certificado II FICEF

8º Fórum Internacional das Ciências
da
Educação Física



Educação Física: Espaço e Identidade

Francisco Cardoso

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

Coimbra, 16 e 17 de maio de 2019


Prof.ª Doutora Elsa Ribeiro da Silva
Coordenadora do MEEFEBS



UNIVERSIDADE D
COIMBRA



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

Anexo XI – Certificado de participação e de preletor nas VIII Oficinas de Ideias

**FACULDADE DE CIÊNCIAS EXATAS E TECNOLÓGICAS
UNIVERSIDADE P
COIMBRA**

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

VIII Oficina de Ideias em Educação Física

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

O Diretor da DEF-UC

(Prof. Doutor António Esteves da Fonseca)

O Diretor da ESAB

(Eng.º Manuel Esteves da Fonseca)

Coimbra, 03 de abril de 2019

CERTIFICADO DE APRESENTAÇÃO

VIII Oficina de Ideias em Educação Física

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

O Diretor da FODEF-UC


(Professor Antão Figueiredo)

O Diretor da ESAB


(Eng.º Manuel Esteves da Fonseca)

Coimbra, 03 de abril de 2019



Anexo XII – Certificado de participação na Ação de Formação – Programa FITescola



CERTIFICADO

Ação de formação - Programa FITescola

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

Peel
O Diretor da FCDEF-UC


(Prof. Doutor António Figueiredo)
