



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

André Filipe Fonseca Andrade

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA DE
TÁBUA COM A TURMA DO 9ºA NO ANO LETIVO
2020/2021**

**ESTUDO DA PERCEÇÃO DOS PROFESSORES-ESTAGIÁRIOS E
DOS PROFESSORES-ORIENTADORES SOBRE O PROCESSO
ENSINO-APRENDIZAGEM**

**Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física
nos Ensinos Básico e Secundário orientado pelo Professor Doutor Bruno
Avelar Rosa e apresentado à Faculdade de Ciências de Desporto e Educação
Física da Universidade de Coimbra**

junho de 2021

ANDRÉ FILIPE FONSECA ANDRADE

2016227682

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
SECUNDÁRIA DE TÁBUA, NO ANO LETIVO DE 2020/2021

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

Orientador: Prof. Doutor Bruno Avelar Rosa

COIMBRA

2021

Referência Bibliográfica:

Andrade, A. (2021). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária de Tábua, no ano letivo de 2020/2021. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Agradecimentos

Terminando uma das etapas mais importantes da minha vida, é imperativo agradecer às pessoas que, de certa forma, contribuíram para o meu desenvolvimento pessoal, acadêmico e profissional ao longo deste percurso.

A pessoa que sou hoje deve-se, na sua maioria, às pessoas mais importantes da minha vida, os meus pais. Pela maneira como me apoiaram, aconselharam e incentivaram em todos os momentos da minha vida. Obrigado por terem acreditado em mim e me darem a possibilidade de obter todas estas conquistas.

Agradeço também a toda a restante família e aos meus amigos, pelo apoio incondicional e por terem estado sempre presentes durante esta caminhada, em especial este ano. Foi em todos vocês que fui buscar força e motivação para ultrapassar todos os obstáculos. Um obrigado especial à Beatriz, à Inês, ao Francisco e ao João.

Aos meus colegas de estágio, João Ferreira e Gustavo Gonzalez por todo o trabalho e entrega, por tudo o que vivemos e aprendemos.

À Professora Sandra Bompastor, por ter sido incansável ao longo destes últimos meses e por todos os conhecimentos transmitidos, certamente nos fez crescer e preparou para encarar esta profissão que tão bem desempenha.

Ao Professor Doutor Bruno Rosa por ter estado sempre disponível e disposto a aconselhar, ajudar e partilhar.

Por fim, à minha turma, do 9ºA, que fez, também, parte desta caminhada e sem eles não teria sido possível concretizá-la. Deram-me oportunidades de errar, promovendo, assim, a minha aprendizagem e desenvolvimento.

Hoje sou, sem dúvida, uma melhor pessoa, a todos os níveis, graças à vossa presença em todas as vivências e contextos que cruzei, a todos o meu obrigado.

Resumo

O Relatório de Estágio representa o culminar de um ciclo de estudos e de mais uma etapa académica. De modo a relatar e a refletir sobre a experiência e aprendizagem desenvolvida durante todo o Estágio Pedagógico, desenvolvido na Escola Secundária de Tábua, na turma A, do 9º ano, surge o presente relatório. A turma é constituída por vinte e dois alunos, com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos de idade.

Este relatório baseia-se numa reflexão crítica de todo o processo desenvolvido ao longo do ano letivo. Está estruturado em três partes essenciais, a primeira foca-se na contextualização da prática desenvolvida, a segunda nas análises e reflexões sobre a prática pedagógica e o processo ensino-aprendizagem e a última apresenta o estudo desenvolvido durante o estágio.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Ensino, Educação Física, Processo Ensino-Aprendizagem, Reflexão.

Abstract

The Internship Report represents the culmination of a cycle of studies and another academic stage. In order to report and reflect on the experience and learning developed throughout the Pedagogical Internship, developed at Escola Secundária de Tábua, in class A, from the 9th grade, this report is presented. The class consists of twenty-two students, aged between 14 and 16 years old.

This report is based on a critical reflection of the entire process developed throughout the school year. It is structured in three essential parts, the first focuses on the contextualization of the practice developed, the second on the analysis and reflections on the pedagogical practice and the teaching-learning process and the last one presents the study developed during the internship.

Keywords: Teacher Training, Teaching, Physical Education, Teaching-Learning Process, Reflection

Índice

INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1 – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	2
1. EXPECTATIVAS INICIAIS	2
2. PROJETO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL	2
3. ENQUADRAMENTO NO MEIO ESCOLAR.....	4
3.1 <i>Caracterização da escola e meio</i>	4
3.2 <i>Caracterização da Turma</i>	5
CAPÍTULO 2 – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA.....	7
1. PLANEAMENTO.....	7
1.1 <i>Plano Anual</i>	7
1.2 <i>Unidades Didáticas</i>	8
1.3 <i>Planos de Aula</i>	9
1.4 <i>Ajustamentos Realizados no Confinamento</i>	9
2. REALIZAÇÃO	11
2.1 <i>Instrução</i>	11
2.2 <i>Gestão Pedagógica</i>	12
2.3 <i>Clima de Aula e Disciplina</i>	13
2.4 <i>Decisões de Ajustamento</i>	13
2.5 <i>Ajustamentos Realizados no Confinamento</i>	14
3. AVALIAÇÃO	14
3.1 <i>Avaliação Diagnóstica</i>	15
3.2 <i>Avaliação Formativa</i>	16
3.3 <i>Avaliação Sumativa</i>	17
3.4 <i>Autoavaliação</i>	17
3.5 <i>Ajustamentos Realizados no Confinamento</i>	18
4. ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL	18
5. APRENDIZAGENS REALIZADAS	19
CAPÍTULO III – ORGANIZAÇÃO E GESTÃO ESCOLAR.....	21
1. ASSESSORIA A UM CARGO.....	21
2. PROJETOS E PARCERIAS EDUCATIVAS.....	21
3. QUESTÕES DILEMÁTICAS	23
CAPÍTULO IV – TEMA-PROBLEMA: “PERCEÇÕES DOS PROFESSORES-ESTAGIÁRIOS E DOS PROFESSORES-ORIENTADORES SOBRE O PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM”	24
REFLEXÃO GLOBAL FINAL	42
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	43
ANEXOS	44

Índice de Figuras

Figura 1 – Classificação Geral – “Volta a Tábua em Ergómetro”

Introdução

O presente documento surge no âmbito da Unidade Curricular Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

O Estágio Pedagógico realizou-se na Escola Secundária de Tábua, em Tábua, sob a orientação do Professor Dr. Bruno Avelar Rosa e da Professora Sandra Bompastor.

Neste relatório estão evidenciadas todas as aprendizagens obtidas e as reflexões críticas sobre as experiências pedagógicas durante todo o ano letivo.

O Estágio Pedagógico permitiu-me aplicar todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos últimos anos, desde o momento em que ingressei no ensino superior. O trabalho elaborado na escola durante este ano letivo, permitiu-me ganhar novos conhecimentos e consolidar os já existentes, o que faz com que me sinta preparado para realizar um bom desempenho no meu futuro profissional como docente de Educação Física.

Todos os momentos vividos entre núcleo de estágio e com a professora Sandra, permitiram-me crescer em todos os níveis desde o primeiro dia, embora todas as situações aprendidas não pudessem ter sido aplicadas devido a diversos fatores, como, por exemplo, confinamento geral durante o 2º Período.

Este Relatório de Estágio encontra-se dividido nos seguintes capítulos:

Capítulo 1 – Contextualização da prática desenvolvida, onde são apresentadas as expectativas iniciais, projeto de formação individual, caracterização do meio escolar e a caracterização da turma.

Capítulo 2 – Análise reflexiva sobre a prática pedagógica, contém todas as análises e reflexões sobre a prática pedagógica e o processo ensino-aprendizagem.

Capítulo 3 – Tema-Problema, apresentação da problemática de estudo ao longo do Estágio Pedagógico.

Capítulo 1 – Contextualização da prática desenvolvida

1. Expectativas Iniciais

Neste ano que representa o culminar de cinco anos letivos em constante aprendizagem e desenvolvimento, chegou a oportunidade de poder colocar em prática tudo aquilo que estive a investir durante todo este tempo. O objetivo de chegar a Professor de Educação Física sempre esteve presente nas minhas ideias de “futuro próximo” a partir do momento em que atingi o ensino secundário da escolaridade obrigatória e comecei a olhar para os meus professores de Educação Física como bons exemplos. Passados 3 anos confirmei essa intuição quando ingressei no curso de Ciências do Desporto.

Desde o início do ano letivo que me apercebi que esta experiência ia ser muito enriquecedora para o meu progresso tanto a nível profissional como pessoal, por me ter colocado em situações e contextos que nunca tinha vivido e fazer sair da zona de conforto. Previ de imediato que a minha evolução ia ser gradual e estimulante, pelos projetos desafiantes que o Estágio que ia trazer.

Sabendo que o erro me ia levar à aprendizagem e desenvolvimento, nunca tive receio de falhar em alguma área que fosse menos competente ou capaz. Afinal era a minha primeira experiência como professor. Preocupei-me desde início em integrar-me na comunidade escolar, em desempenhar as tarefas da melhor maneira possível, responsabilizar os alunos para a importância que a Educação Física e o Exercício Físico têm no nosso quotidiano e melhorar nos meus pontos fracos.

2. Projeto de Formação Individual

O Projeto de Formação Individual foi solicitado após o 1º mês de contacto com a escola. Este documento permitiu-me analisar as minhas facilidades e dificuldades, perceber como me ultrapassar e planear estratégias para combater as dificuldades apontadas até ao momento.

Depois de uma breve introspeção às três áreas de intervenção, detalhadamente o planeamento, a realização e a avaliação, defini as minhas áreas com maior e menor necessidade de aprendizagem e evolução.

Na área do planeamento, as minhas principais debilidades relacionavam-se com a planificação de Unidades Didáticas de modalidades que não possuía grande conhecimento. A maior dificuldade centrava-se sobre como poder lecioná-las aos

alunos, de maneira a proporcionar a melhor aprendizagem possível a estes. Com a ajuda da professora orientadora e de documentos que esta me facultou, pude procurar estratégias de aprendizagem para os alunos e de melhoria para a minha intervenção nas aulas ser de qualidade, sem nunca prejudicar os alunos nas modalidades que possuía menor sabedoria.

Tabela 1 – Debilidades e estratégias utilizadas no Planeamento

Planeamento		
Debilidades:	Estratégias Utilizadas:	Resultado:
Planificação de Unidades Didáticas	Ajuda da professora orientadora e dos documentos facultados pela mesma	Intervenções e planificações de qualidade.

Na realização, detetei um ponto forte relativamente ao meu controlo sobre a turma e presença na aula, no entanto o meu *feedback* não estava a ser objetivo e oportuno. Sentia que os alunos não conseguiam compreender ao pormenor aquilo que lhe pedia para executar num movimento, gesto técnico ou posicionamento, por exemplo. Assim, defini como estratégia procurar uma maior aproximação ao aluno durante a realização do exercício e dar *feedback* imediato para que este pudesse corrigir o seu erro e começar a exercitar da maneira pretendida. Percebi que era importante perceber se o aluno reteve a informação que lhe tinha transmitido e caso isso não acontecesse, procurar outras formas de explicação, como a demonstração daquilo que procurava que ele alcançasse.

Tabela 2 – Debilidades e estratégias utilizadas na Realização

Realização		
Debilidades:	Estratégias Utilizadas:	Resultado:
Feedback pouco objetivo e oportuno	- Maior aproximação ao aluno; - Dar <i>feedback</i> no momento exato	Maior eficácia da turma

Por fim, na avaliação encontrei rapidamente um obstáculo na minha evolução. O facto de não registar, mesmo que informalmente, a evolução dos alunos ao longos das aulas da modalidade em questão, não me permitiu perceber o estado dos alunos e

perceber se devia ou não efetuar mudanças no planeamento que tinha realizado depois da avaliação diagnóstica. Avancei na matéria sem ter percebido que aspetos é que os alunos já tinham consolidado. A estratégia que encontrei foi uma melhor observação do desempenho motor de cada aluno e se necessário criar situações de aprendizagem diferentes para cada aluno, pois não evoluem todos ao mesmo ritmo.

Tabela 2 – Debilidades e estratégias utilizadas na Avaliação

Avaliação		
Debilidades:	Estratégias Utilizadas:	Resultado:
Falta da realização da avaliação formativa	Registo informal da prestação dos alunos nas aulas	Ganhar noção do processo de evolução dos alunos ao longo das aulas

3. Enquadramento no Meio Escolar

3.1 Caracterização da escola e meio

O Agrupamento de Escolas de Tábua (AET) foi criado por Despacho da tutela no ano de 2010, juntando o Agrupamento existente, constituído pela Escola Secundária e pela Escola Básica 2 de Tábua, com a Escola Básica Integrada de Midões. Serve um território educativo que abrange a totalidade do concelho de Tábua inserido na Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra. É um Agrupamento com Contrato de Autonomia desde 31 de outubro de 2013.

Apresenta-se como um território marcadamente rural, de baixa densidade populacional, com áreas de fraco dinamismo demográfico ou em estagnação, com perda de população residente e uma estrutura demográfica envelhecida.

Em termos de atividades económicas, destacam-se a indústria como atividade principal e a agricultura a tempo parcial como complemento ao rendimento das famílias. Salienta-se a existência de uma elevada percentagem de trabalhadores não qualificados.

Relativamente às condições socioeconómicas, verifica-se uma tendência de diminuição de alunos subsidiados, embora a percentagem ainda seja significativa.

Em termos da escolaridade da população, constata-se uma grande expressividade de indivíduos com apenas o 1º CEB, sendo pouco significativa a população com níveis superiores. O Agrupamento de Escolas de Tábua reúne todos os

níveis de ensino, desde o pré-escolar ao ensino secundário, com uma oferta educativa diversificada, quer no que respeita a cursos do ensino secundário de caráter geral, quer profissionais, quer de educação.

O AET integra os seguintes estabelecimentos:

- Escola Secundária com 3º ciclo de Tábua (Escola sede);
- Escola Margarida Fierro Caeiro da Matta em Midões (1º, 2º e 3º ciclos);
- Escola Básica 2 de Tábua, com 1º ciclo (4º ano) e 2º ciclo;
- Centro Escolar de Tábua, com 1º ciclo (1º, 2º, 3º ano);
- Escola do 1º ciclo de Mouronho;
- Jardins de Infância de Tábua, Ázere, Espariz, Mouronho, Covas, Midões, Póvoa de Midões, Candosa e Sinde

Nos recursos humanos, todos os professores do conselho de turma, direção pedagógica e auxiliares de educação intervêm no processo de ensino-aprendizagem dos alunos da turma.

Em termos de recursos materiais específicos para a Educação Física, todos os materiais e equipamentos munem as instalações desportivas para a prática de exercício físico-desportivo (ver anexos).

Os recursos espaciais são o conjunto de instalações desportivas existentes na escola que possibilitam a prática de exercício físico-desportivo e contemplam:

- Espaços Interiores: Pavilhão Gimnodesportivo, com marcações de campos de diversas modalidades;
- Espaços Exteriores: três campos polidesportivos e duas caixas de saltos.

3.2 Caracterização da Turma

Assim que as turmas foram atribuídas, a professora Sandra comunicou-nos e deu-nos a escolher qual a turma que pretendíamos trabalhar ao longo do ano letivo. As turmas que estavam atribuídas eram uma do 3º ciclo, 9ºA, e duas do ensino secundário, 11ºPA e 12ºPB. Por já ter tido experiência com alunos das idades de ensino secundário, decidi escolher a turma mais jovem.

A caracterização da turma tem como finalidade reunir dados individuais de cada aluno da turma para depois possibilitar a sua caracterização. O principal motivo da realização desta caracterização traz ao professor ideias reais dos alunos que possui relativamente às suas características.

No início do ano letivo, construí uma ficha biográfica individual dividida em vários temas, como, por exemplo, informações individuais, histórico desportivo, saúde e hábitos pessoais. Esta ficha permitiu-me, então, ter informações sobre os alunos para eu poder adaptar o meu estilo de ensino e de intervenção para com cada aluno, tendo conta a personalidade de cada um e as informações individuais.

A turma do 9ºA é constituída por 22 alunos, 13 do sexo feminino e 9 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 14 e 16 anos, inclusive.

Relativamente à saúde, apenas um aluno apresenta asma e três reportam problemas com alergias. Sendo uma disciplina bastante ativa e com uma necessidade motora maior que as restantes, achei pertinente perceber se algum aluno tinha tido alguma lesão grave ou tinha sido submetido a alguma cirurgia nos últimos três anos, ao que cinco alunos afirmaram ter contactado com operações aos joelhos e aos pés e deslocamentos dos dedos da mão.

No parâmetro do percurso escolar, percebi que nenhum dos alunos teve nota negativa no ano anterior na disciplina de Educação Física e que a nota média foi 4.

A modalidade que mais se destaca dentro das escolhas da turma é o Voleibol, pelo facto de os alunos gostarem de a praticar e, seguidamente, o Futebol.

Esta caracterização permitiu-me obter informações importante dos alunos, conhecê-los melhor, de maneira a poder melhorar a minha relação pessoal com estes.

No geral, a turma esteve sempre com o comportamento adequado e pedido, apesar de apresentar altos níveis de desconcentração e, por vezes, falta de empenho e motivação.

Capítulo 2 – Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica

Durante todo o Estágio Pedagógico são criados diversos contextos fundamentais para a evolução e formação de um professor que seja capaz de desenvolver um processo ensino-aprendizagem da melhor forma. Assim, durante o ano letivo foquei-me em representar este processo através dos seus três principais momentos: planeamento, realização e avaliação.

1. Planeamento

“A primeira coisa que nos vem à mente quando perguntamos sobre a finalidade do planeamento é a eficiência, visando, também, a eficácia” (Gandin, 2005).

O planeamento implica uma escolha de objetivos, conteúdos e estratégias de ensino relativamente ao contexto em que cada professor se encontra. É fulcral para a continuidade do ano letivo, mantendo uma linha orientadora e direcionada para os objetivos a alcançar.

1.1 Plano Anual

“A elaboração do plano anual constitui o ponto de partida para o planeamento e preparação do processo de ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo.” (Bento, 2003).

A principal finalidade é o seu ajuste aos princípios de organização que regem a escola e dos currículos do ensino básico ao contexto da turma, tornando visível as estratégias educativas e pedagógicas mais adequadas para a turma alvo, garantindo, assim, a atenuação das diferenças individuais e oferecendo um ensino abrangente e, em simultâneo, o mais específico quanto possível.

Isto é alcançado, uma vez que este documento centra a sua ação educativa nas aprendizagens dos alunos, explorando as suas motivações e interesses como forma de ajustar as estratégias de ensino às suas características.

Na realização deste documento, foi pensado e previsto o ano letivo em questão, considerando o meio escolar, as condições disponíveis para a lecionação das aulas, as características da turma, mapa de rotação de espaços, os objetivos do PNEF para o 3º Ciclo e o regulamento do Agrupamento.

Sendo este um ano atípico, devido à pandemia mundial que vivemos, o Agrupamento de Escolas de Tábua teve o cuidado de convocar diversas reuniões com o departamento de Educação Física com o intuito de organizar e planejar a disposição dos alunos nos vestiários, as aulas e toda a sua movimentação dentro da escola. Decidiu-se, então, criar um mapa de rotação de espaços (*roulement*) e respetiva calendarização de modo a que apenas duas turmas estivessem presentes no pavilhão ao mesmo tempo e que tivessem todos as mesmas oportunidades de utilização do mesmo.

Por aconselhamento da professora orientadora, Sandra, decidi iniciar o ano com Voleibol e com a bateria de testes do FITescola, por serem matérias onde me sentia mais confortável. A partir do 2º período a escolha foi feita tendo em conta a rotação de espaços e as condições climatéricas que poderiam constar nos meses que faltavam lecionar. Assim, decidimos deixar a Dança para o final do ano e lecionar a modalidade nas aulas em que nos estava destinada a Sala de Aula da turma.

A elaboração do plano anual é fundamental para que o professor possa contribuir para a formação e desenvolvimento dos seus alunos. É nesse documento que planeia o ano letivo e escolhe as melhores estratégias para poder criar contextos que permitam incrementar o processo ensino-aprendizagem.

1.2 Unidades Didáticas

É um documento a partir do qual se estabelecem objetivos traçados pelo professor, de forma a facilitar o processo de aprendizagem do aluno e, também, da ação do professor junto deste. As Unidades Didáticas 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, diz Bento (2003).

Todas as Unidades Didáticas criadas possuíram uma estrutura igual, onde, foram abordados os seguintes tópicos: Conhecimentos da modalidade, conteúdos técnico-táticos, recursos disponíveis, análise da turma, objetivos e estratégias, progressões pedagógicas, extensão e sequência de conteúdos, avaliação e justificação.

A consulta do Programa Nacional de Educação Física foi essencial na definição de objetivos e na perceção do nível da turma, assim, as Unidades Didáticas contruídas durante o ano foram: Voleibol, FITescola, Área dos Conhecimentos, Basquetebol, Dança, Corfebol, Ginástica de Aparelhos, Ténis, Atletismo e Jogos Tradicionais.

A escolha das modalidades a lecionar é feita pela escola e consta no currículo do Agrupamento de Escolas de Tábua.

1.3 Planos de Aula

O plano de aula é o documento que dá seguimento à Unidade Didática e que dita aquilo que se vai realizar em cada aula, ao pormenor, segundo os objetivos propostos para cada modalidade. Segundo Damião (1993) a planificação pode ser contraproducente se os professores a tomarem rígida e não adotarem a sua aula às necessidades dos alunos. É importante perceber que caso ocorra algum imprevisto, o plano de aula não contempla as alterações do professor no momento da aula.

O Núcleo de Estágio de Tábua definiu, juntamente com a professora orientadora Sandra Bompastor, um plano de aula dividido em quatro partes. A primeira parte dava espaço para as informações gerais da aula, como por exemplo, o horário, o espaço, o número da aula, entre outros. Os exercícios propostos pelo professor para serem realizados durante a aula constam na segunda parte. Dividimos por várias colunas, deixando, assim, espaço para a contabilização do tempo de cada exercício, esquema do exercício, descrição do exercício, componentes críticas e componentes de êxito. A terceira parte era onde justificávamos as opções tomadas na aula, os grupos que íamos fazer e alguma sugestão de alteração de exercício caso ocorresse algum imprevisto. Por fim, a quarta parte era, apenas, realizada após a aula, onde refletíamos sobre toda a aula, questões de ajustamento, gestão de aula, entre outros aspetos.

Em ano de pandemia, a preocupação na realização dos planos de aula e de tentar minimizar o contacto entre alunos foi enorme, então fui obrigado a pesquisar exercícios e a criar variantes de outros que já tinha planeado realizar por diversos fatores, como, por exemplo: o número de alunos no mesmo exercício, realizar jogos onde não houvesse contacto físico, entre outros. Na entrada e saída dos alunos para o balneário houve, desde o início do ano letivo, preocupação em nunca mandar os alunos todos de uma vez para não acumular muita gente no mesmo sítio, assim, por grupos, depois da minha ordem os alunos iam saindo da aula.

1.4 Ajustamentos Realizados no Confinamento

O planeamento efetuado no início do ano letivo não previa, claramente, um novo confinamento geral a nível nacional que necessitasse de alterações. No entanto, após um descontrolo da pandemia no início do ano de 2021, o governo decidiu encerrar as escolas até ao final do 2º período, o que me levou a alterar o planeamento que tinha

feito no primeiro mês de aulas. Decidi, no plano anual, alterar as datas em que ia lecionar as modalidades e troquei disciplinas de 2º período com outras que estavam programadas para o 3º. Por exemplo, percebi que seria mais proveitoso para os alunos o professor lecionar a modalidade de Dança à distância, pelo facto de não implicar o uso de objetos ou materiais adicionais aqueles a que os alunos eram obrigados a possuir, dispositivo com câmara.

Nos planos de aula, o local da aula mudou-se para a plataforma adotada pela escola para este confinamento, *Microsoft Teams*, e era planeado consoante as condições a que estávamos sujeitos. A realização de grupos dentro da turma era planeada de maneira a que o professor pudesse sempre ter controlo sobre todas as salas e perceber aquilo que os alunos estavam a desenvolver no trabalho que lhes tinha sido atribuído.

Procurei sempre tornar as aulas os mais práticas possível, assim, criei uma tarefa para a turma em que todas as aulas eram os alunos a dar o aquecimento no início da aula, assim como, a “Viagem à Serra da Estrela”. Esta atividade consistia no facto da turma, em dois grupos, ter de percorrer a distância entre Tábua e a Serra da Estrela fazendo atividade física. Assim, planeei dar, em cada aula, cerca de 10 a 20 minutos para os alunos realizarem esta tarefa, com o principal objetivo de manter os alunos ativos e de criar uma competição saudável entre os mesmos.

Tabela 4 – Ajustamentos feitos no Planeamento

Ajustamentos:		
Dificuldades:	Estratégias:	Resultados:
Manter os alunos ativos	Criar contextos em que os alunos se sentissem motivados para a prática	“Viagem à Serra da Estrela” – percorrer 60km a correr, em grupo.
Lecionar Ginástica de Aparelhos e Ténis à distância	Trocar com uma disciplina que ainda não tivesse sido lecionada	Lecionar Dança à distância e deixar Ténis e Ginástica de Aparelhos para o 3º Período
Lecionar e organizar aulas no <i>Microsoft Teams</i>	Assistir a formações que me dessem competências	Desenvolver e planear aulas dinâmicas para a turma

2. Realização

Depois do planeamento, o professor está pronto para colocar em prática tudo aquilo que preparou para a turma. O que considero mais importante, neste aspeto, mesmo que nem sempre seja fácil de realizar, é a transformação do planeamento da teoria para a prática e partir para a transmissão de conhecimentos de modo a promover a melhor aprendizagem possível aos alunos.

A realização apresenta quatro dimensões de intervenção, sendo elas a instrução, gestão, clima de aula e disciplina e decisões de ajustamento.

2.1 Instrução

A instrução é usada desde o início até ao final da aula, de diversos modos podemos dar preleções/*feedbacks*, fazer demonstrações ou questionamentos.

Como nos foi instruído desde o início da nossa formação neste mestrado, as preleções devem ser o mais curtas possíveis, claras e objetivas para podermos captar a atenção dos alunos e maximizar a prática durante a aula, no entanto, caso seja necessário, deve-se fazer com que os alunos percebam o que lhes é pedido e podemos despende mais tempo na transmissão de informação.

A preleção inicial da aula foi sempre dada com os alunos afastados e nos lugares definidos no início do ano letivo, segundo o regulamento de funcionamento das aulas de Educação Física criado tendo em conta a pandemia que vivemos. Preocupei-me em transmitir esta informação aos alunos no início do ano e fazer com que percebessem que o distanciamento entre os mesmo era importante cumprir.

As demonstrações à turma foram feitas na maioria das aulas, para que os alunos não tivessem dúvidas daquilo que lhes pedia. Nem sempre era eu a exemplificar aos alunos como fazer o gesto técnico em questão, houveram situações em que alguns alunos explicavam aos restantes. Estas situações aconteciam quando eu sabia que os alunos que eu escolhia para exemplificar sabiam fazer o elemento da maneira mais correta, como, por exemplo, na Ginástica de Aparelhos, no salto em extensão pedi a uma aluna para o fazer por mim.

Os *feedbacks* foram dados à turma nos momentos que achei mais pertinentes e de maneira a tentar não quebrar o ritmo da prática motora. Normalmente, dei *feedbacks* descritivos corretivos e prescritivos, levando, assim, a que o aluno percebesse exatamente aquilo que tinha feito menos bem e que pudesse corrigir na próxima vez que executasse o exercício. Inicialmente, tinha alguma dificuldade em acertar nos *timings* dos *feedbacks*, esperava que o aluno chegasse mais perto de mim para o fazer ou dava apenas no final da aula. Depois de algumas correções e em reuniões “pós-aula”

com a professora orientadora, comecei a acertar no tempo de transmitir aos alunos aquilo que queria, cheguei, por vezes, a parar a aula e explicar para a turma inteira o que queria que eles realizassem naquele preciso momento, exemplificando o que o aluno tinha feito mal e aquilo que queria que ele fizesse de maneira correta.

No final das aulas havia sempre tempo para um questionamento e esclarecimento de dúvidas sobre os assuntos que tínhamos abordado durante a aula, permitindo-me, assim, perceber aquilo que tinha ficado ou não consolidado na generalidade dos alunos da turma.

2.2 Gestão Pedagógica

A gestão de uma aula é produzida pelo professor, sendo responsável pela rentabilização, maximização das aprendizagens dos alunos e o controlo de comportamentos inapropriados. Todo o planeamento foi preparado com uma sequência lógica, incluindo unidades didáticas e planos de aula. Antes de cada aula, durante a realização do plano de aula para a turma do 9ºA, preocupei-me sempre em rever o espaço que nos estava destinado para aquela aula, o material que tinha disponível e os alunos previstos de maneira a poder organizar a aula da melhor maneira para que tudo corresse conforme tinha planeado. Inicialmente, tive dificuldade na realização de exercícios diferenciados para alunos que não possuíam as mesmas capacidades motoras que outros e não podiam acompanhar a matérias ao mesmo ritmo que os restantes. Depois do aconselhamento e de diversas reuniões com a professora Sandra, consegui distinguir níveis de aprendizagem mais facilmente e definir metas de aprendizagem diferentes para cada aluno e estabelecer diferentes objetivos.

Desde a primeira aula que estabeleci a regra do cumprimento de horários para com a turma, assim como, o material necessário para a aula. Por inexperiência, falhei no início do ano letivo com o facto de ter pedido aos alunos/as com o cabelo maior que pudesse perturbar a visão do mesmo para o apanharem e não ter verificado, o uso de luvas e ou brincos, por estar preocupado com outras ocorrências da aula. Verifico, agora, que este é mais um dos pontos de evolução relativamente às minhas prestações iniciais.

Com o passar do tempo, fui optando por adotar uma postura mais preocupada com os aspetos em que falhava no começo do Estágio Pedagógico, tornei as aulas mais dinâmicas, os alunos começaram, naturalmente, a conhecer-me melhor e a perceber o que era e não era tolerado nas aulas e tudo isto permitiu a um maior controlo da aula e ganho no tempo de prática e desenvolvimento dos alunos.

2.3 Clima de Aula e Disciplina

O clima de aula e a disciplina só existem se estiverem em cooperação um com o outro, isto é, para que haja um bom clima durante a aula, tem que haver disciplina por parte de todos os seus integrantes e vice-versa.

Nas primeiras aulas que tive com a turma estabeleci um conjunto de regras de bom funcionamento das aulas e alertei, também, os alunos para o regulamento imposto este ano pelo Agrupamento de modo a regular e controlar as turmas, tentando minimizar o contacto entre alunos e turmas diferentes. Assumi sempre uma postura de autoridade e respeito para com os alunos e houve a mesma resposta por parte dos mesmos.

Os alunos do 9ºA foram cooperantes e cumpridores de todas as tarefas e regras propostas, na maioria do ano letivo, o que ajudou à promoção de um bom clima durante a aula.

Nos momentos em que os alunos vinham mais agitados e com menor motivação para a prática da aula, adotei uma postura diferente e tentei criar uma relação mais próxima com os mesmos para poder conseguir que eles estivessem com a disposição necessária para uma aula de Educação Física, onde é preciso o bom empenho de todos para que haja um desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem.

2.4 Decisões de Ajustamento

É sabido que o que planeamos nem sempre é cumprido, por alterações e ajustamentos que fazemos de última hora. Assim, os professores devem ser capazes de improvisar e perceber como ajustar a aula no momento sem que se perca o controlo da mesma.

Devido ao facto de a escola ter criado um mapa de rotação de espaços, proporcionou que, por vezes, nas aulas em que me destinava o espaço exterior não pudessem ser dadas na vertente prática, devido às condições meteorológicas, mas sim, na sala, ou seja, teoricamente. Por aconselhamento da professora orientadora, tive o cuidado de preparar materiais teóricos para quando isso acontecesse e não ser obrigado a improvisar uma aula teórica sem qualquer base.

Os planos de aula foram modificados várias vezes, como se pode perceber nas reflexões finais de aula que realizei, por diversos motivos: falta de presença de alguns alunos, levando assim ao ajustamento de grupos e exercícios, a troca de exercícios mais complexos para outros onde a dificuldade fosse menor ou vice-versa, entre outros.

Tabela 5 – Ajustamentos feitos na Realização

Ajustamentos:		
Dificuldades:	Estratégias:	Resultados:
Aulas exteriores não podem ser lecionadas devido às condições meteorológicas	Ter material preparado para uma eventual necessidade de dar aula teórica, na sala da turma	Aula previamente planeada para estas situações.
Dificuldade motora dos alunos em alguns gestos técnicos	Adaptar os exercícios para uma dificuldade menor	Continuação da prática desportiva, sem que houvesse quebras na sequência dos exercícios

2.5 Ajustamentos Realizados no Confinamento

Durante o confinamento imposto pelo governo no início do 2º Período vi-me obrigado a ajustar o meu método de lecionar, procurar formas de continuar a cativar os alunos a estarem ativos durante as aulas, lecionar matérias que só estavam planeadas para o 3º período e perceber as condições de cada aluno para a realização do restante período via *Teams*, à distância.

A minha postura com os alunos mudou no sentido em que o meu objetivo inicial era fazê-los perceber que a disciplina de Educação Física não é igual às demais e quando lecionada à distância é possível continuar a prática motora, mesmo que nuns moldes diferentes dos habituais. Alertei-os que todas as aulas seriam práticas e que deveriam estar sempre equipados com o mesmo material e roupa desportiva que levavam para as aulas presenciais.

Durante o confinamento tentei, principalmente, implementar hábitos de atividade física na turma, mesmo que confinados, é possível realizar exercício físico em casa e, cumprindo todas as regras de segurança impostas pela Direção Geral de Saúde, no exterior.

3. Avaliação

Através da consulta do Decreto-Lei nº139/2012, de 5 de Julho, conseguimos compreender que “a avaliação constitui um processo regulador do ensino, orientador do percurso escolar e certificador dos conhecimentos adquiridos e capacidades desenvolvidas pelo aluno.” Assim, como, “tem por objetivo a melhoria do ensino através da verificação dos conhecimentos adquiridos e das capacidades desenvolvidas nos alunos e da aferição do grau de cumprimento das metas curriculares globalmente fixadas para os níveis de ensino básico e secundário.” (D.L. nº139/2012, 5 de julho).

É importante ter em conta os objetivos que constam no Plano Nacional de Educação Física, que se encontram divididos por ciclo e por ano de escolaridade, para definir as metas a alcançar pela turma naquele ano letivo para cada modalidade. No entanto, estes objetivos podem ser reajustados pelo professor consoante as suas preferências e aquilo que prevê que os alunos conseguem alcançar depois de analisar o seu perfil e capacidades motoras.

A maior dificuldade que tive, inicialmente, neste domínio foi o facto de não estar a conseguir perceber se havia ou não evolução dos alunos relativamente a uma determinada matéria. Tinha debilidades na construção de grelhas de avaliação e na distinção de parâmetros de avaliação, o que me levava a ficar, muitas vezes, confuso e sem perceber em que situações podia avançar na matéria ou regredir e criar situações diferentes de aprendizagem para alunos que tinham, naturalmente, mais dificuldades.

Assim, para evoluir neste aspeto fui criando registos informais e registando nas reflexões de aula como se estavam a desenvolver os alunos, com o intuito de ter noção da qualidade do processo ensino-aprendizagem e do planeamento realizado para a modalidade.

3.1 Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica permite-nos organizar todo o processo ensino-aprendizagem, percebendo, assim, a existência de condições para estabelecer o nível de desenvolvimento em que se encontram os alunos e planejar a aprendizagem a partir daí.

“No início de cada ano de escolaridade ou sempre que seja considerado oportuno, devendo fundamentar estratégias de diferenciação pedagógica, de superação de eventuais dificuldades dos alunos, de facilitação da sua integração escolar e de apoio à orientação escolar e vocacional.” Esta avaliação “visa facilitar a integração escolar do aluno, apoiando a orientação escolar e vocacional e o reajustamento de estratégias de ensino.” (D.L. nº139/2012, 5 de julho).

A primeira avaliação diagnóstica, no início do ano letivo, permite-nos perceber, no geral, qual o nível de alunos que nos são apresentados pelas suas qualidades a níveis motores. É feita, normalmente, antes de iniciar uma modalidade nova para se poderem traçar objetivos e, se necessário, ajustar o nosso planeamento relativamente ao número de aulas que iremos precisar para colocar os alunos no nível que achamos que estes conseguem atingir.

Em conversa com a professora orientadora Sandra e com os meus colegas de estágio, definimos que antes da cada introdução de modalidade, haveria sempre espaço para uma avaliação diagnóstica, através de uma grelha que formávamos com os elementos/gestos técnicos que os alunos deveriam cumprir. Definimos uma escala para classificar os alunos e depois poder, se assim achássemos, definir grupos de aprendizagem, o que facilitaria no desenvolvimento e aprendizagem de todos os alunos. A escala definida foi a seguinte: NE – Não Executa, o aluno não executa o movimento ou tem muitas dificuldades em executá-lo; E- - Executa com dificuldade, o aluno executa o gesto, no entanto não cumpre todas as componentes críticas pedidas; E – Executa, de acordo com as componentes críticas.

Depois de realizada a avaliação diagnóstica, analisava e planeava a Unidade Didática da modalidade consoante o nível dos alunos para que pudesse estruturar a extensão e sequência de conteúdos de forma a fazer com que os alunos pudessem ser participantes de um processo ensino-aprendizagem de qualidade.

3.2 Avaliação Formativa

A avaliação formativa “assume caráter contínuo e sistemático, recorre a uma variedade de instrumentos de recolha de informação adequados à diversidade da aprendizagem e às circunstâncias em que ocorrem, permitindo ao professor, ao aluno, ao encarregado de educação e a outras pessoas ou entidades legalmente autorizadas obter informação sobre o desenvolvimento da aprendizagem, com vista ao ajustamento de processos e estratégias.” (D.L. nº139/2012, 5 de julho).

Em todas as modalidades, transformei a minha avaliação formativa em registos informais ao longo das aulas para que pudesse ter sempre anotações do desempenho dos alunos e, também, para me salvaguardar e ter algum elemento registado caso algum aluno não pudesse efetuar, posteriormente, a avaliação sumativa. Foi através desta avaliação que percebi se os objetivos traçados estavam a ser cumpridos.

De maneira a cumprir este tipo de avaliação informal com coerência, de acordo com Rink J. (1993), é importante considerar 3 aspetos: os professores devem definir,

de forma clara, os seus objetivos para as aulas; as tarefas devem ser orientadas para os objetivos; o professor deve ser capaz de observar e analisar as respostas dos alunos tendo em conta os objetivos estabelecidos.

3.3 Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa tem como objetivo avaliar o processo de desenvolvimento e aprendizagem no final de cada unidade didática, percebendo, assim, o nível atingido pelos alunos. É atribuída uma classificação aos alunos que fará, depois, parte da nota final de período.

Esta avaliação traduz “um juízo global sobre a aprendizagem realizada pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação. Esta dá origem a uma tomada de decisão sobre a progressão, retenção ou reorientação do percurso educativo do aluno.” (D.L. nº139/2012, 5 de julho).

Para cada unidade didática foi construída uma grelha de avaliação sumativa, mais completa do que a grelha realizada para a avaliação diagnóstica. Foram avaliadas componentes técnicas e táticas dos alunos em cada matéria.

A primeira grelha, depois de construída, foi alterada várias vezes, pelo facto de eu achar constantemente que não tinha parâmetros suficientes para avaliar os alunos. Em conversa com os meus colegas do núcleo de estágio, consegui chegar à grelha ideal e, assim, partir para a avaliação. A observação direta do desempenho do aluno foi, gradualmente, tornando-se mais fácil, desde a avaliação formativa, tornando-se satisfatório analisar a evolução da maioria dos alunos relativamente às modalidades.

3.4 Autoavaliação

A autoavaliação diz respeito ao aluno avaliar o seu percurso durante o período e ano letivo. O aluno deve fazer uma introspeção e perceber aquilo que foi o desenvolvimento das suas competências e aprendizagens. Deve, também, ter consciência daquilo que sabe e não sabe fazer, relativamente às matérias que foram lecionadas.

O professor pode fazer um breve questionamento e perceber qual o nível, entre um e cinco, em que os alunos se colocam face ao que realizaram nas aulas. No caso do Agrupamento de Escolas de Tábua, existe uma ficha de autoavaliação do 3º ciclo que entreguei aos alunos no final de cada período. Através desta ficha de autoavaliação consegui perceber qual a perceção dos alunos relativamente à sua prestação durante as aulas, o que, nem sempre corresponde com a realidade.

3.5 Ajustamentos Realizados no Confinamento

O parâmetro da avaliação foi igualmente afetado, uma vez que a observação dos alunos presencialmente é diferente da observação à distância. Durante o 2º período lectionei Basquetebol e Dança, duas modalidades que precisam de alguma prática e de *feedback* para promover a evolução dos alunos. Como tal não foi possível, adaptei a avaliação das duas modalidades.

No Basquetebol apenas me foi possível avaliar alguns gestos técnicos, através das minhas notas informais de avaliações formativas. A avaliação de todas as outras componentes foi trocada pela apresentação de trabalhos dos alunos para a turma e através da realização de um teste escrito, disponibilizado na plataforma Microsoft Teams.

A avaliação da modalidade de Dança tornou-se prática, por ser uma modalidade onde os alunos não precisavam de utilizar material específico. Assim, pedi aos alunos que gravassem um vídeo dos mesmos a realizar os passos lecionados nas aulas, onde colocassem o dispositivo a uma distância suficiente que me permitisse observar todos os movimentos feitos por eles durante a gravação.

Tabela 6 – Ajustamentos feitos na Avaliação

Ajustamentos:		
Dificuldades:	Estratégias:	Resultados:
Avaliação presencial	Pedir aos alunos que se gravem a executar os elementos	Avaliação aproximada da realidade escolar presencial

4. Atitude Ético-Profissional

Através do Guia de Estágio, conseguimos perceber que este parâmetro visa o desenvolvimento do agir profissional do professor e constitui uma dimensão paralela.

A nossa presença e intervenções devem estar constantemente a ser analisadas por nós próprios, de maneira a conseguirmos corrigir os nossos erros rapidamente e consolidar outras competências que já tenhamos desenvolvido.

De modo a evoluir em todos os aspetos possíveis, apresentamo-nos em todas as reuniões do grupo de Educação Física, reuniões de núcleo de estágio e de conselho de turma, realizadas no final de cada período.

Para promover a minha autoformação, participei em algumas ações de formação e *webinars*: “X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física”, “Análise de Jogo – C.D. Tondela”, “Preparar o ensino à distância - Microsoft Teams”.

Todos estes momentos de formação proporcionaram o meu desenvolvimento e até momentos de discussão com outros colegas de estágio, o que trouxe riqueza ao meu “eu” profissional e pessoal.

5. Aprendizagens Realizadas

As aprendizagens estão na base do desenvolvimento e crescimento de todos os humanos e este estágio pedagógico permitiu-me continuar essa evolução tanto a nível pessoal como profissional. Durante estes cinco anos de formação académica procurei sempre reter a melhor informação que me foi dada na faculdade para poder, agora, transmitir aos meus alunos de maneira a proporcionar o seu avanço como pessoas e estudantes.

Os professores orientadores ofereceram-me ferramentas de desenvolvimento em todas as fases da minha intervenção (planeamento, realização e avaliação). Todas estas fases precisaram do seu tempo para serem aprendidas e consolidadas, através da produção dos documentos pedidos de maneira a poder construir um processo ensino-aprendizagem com sentido e seguimento.

O aspeto em que sinto que cresci e melhorei mais, comparativamente ao início do ano letivo, foi na instrução. Este estágio pedagógico permitiu-me estar em contacto com uma turma que sempre necessitou da minha atenção, do meu *feedback* e da minha intervenção direta e imediata. As observações efetuadas a outros professores do agrupamento e os conselhos da professora orientadora da escola ajudaram, também, nessa evolução.

Foi, também, necessária a intervenção do núcleo de estágio na comunidade escolar, o que nos deu ainda mais motivação e responsabilidade, para desempenhar as nossas funções da melhor maneira possível.

É, ainda, de salientar que a participação num cargo, como a de diretor de curso, enriqueceu mais a minha experiência neste estágio.

A evolução é constante ao longo da vida e com estágio consegui aprender e melhorar as minhas competências pessoais e profissionais, através da minha

envolvência com todos os participantes do meio escolar onde estive inserido durante este ano letivo.

Capítulo III – Organização e Gestão Escolar

1. Assessoria a um cargo

O acompanhamento ao cargo de diretor de curso possibilitou experienciar as tarefas a desempenhar e perceber como resolver problemas que surjam de maneira inesperada. Optei por escolher este cargo, dentro dos vários possíveis, visto que me gera interesse perceber como é que a gestão do curso era feita, visto ser uma função importante para que se criem boas condições que promovam a aprendizagem e desenvolvimento dos alunos.

O Diretor de Curso é nomeado pelo órgão de gestão do Agrupamento de Escolas, depois de uma análise conjunta com o Conselho Pedagógico. Nesta nomeação é tido em conta o perfil do professor escolhido de entre os que lecionam as disciplinas de componente tecnológica.

Na organização do ano letivo, o Diretor de Curso deve reunir os contactos e horários dos professores constituintes do conselho de turma e partilhá-los com os colegas de maneira a facilitar futuras permutas. Criar e atualizar o dossiê pedagógico e, ainda, informar os alunos sobre a maneira como é organizado o curso.

Durante o ano letivo, é responsável pela articulação entre as diferentes disciplinas, acompanhar a função do diretor de turma, organizar a formação em contexto de trabalho dos alunos do curso e a sua prova de aptidão profissional.

No final do ano letivo, o Diretor de Curso é responsável por arquivar digitalmente, em PDF, a documentação relativa à direção de curso de acordo com a nomenclatura e indicações estipuladas.

Ao assessorar este cargo pude participar em todas as atividades de organização e gestão relativamente ao curso. O cargo do diretor de curso apresenta imensas responsabilidades no que toca à evolução das aprendizagens e consequente conclusão dos módulos, assim como, nas interações com os Enc. de Educação, relativamente à Formação em Contexto de Trabalho, e na melhoria do aluno relativamente às suas aprendizagens.

2. Projetos e Parcerias Educativas

No início do ano letivo, nós, núcleo de estágio, em conversa com a professora orientadora, assumimos o compromisso de criar duas atividades que não estivessem no plano anual do Agrupamento de Escolas de Tábua.

Durante o confinamento do 2º período deste ano letivo, decidimos realizar duas palestras, com a participação de vários membros importantes do Comité Olímpico de Portugal e de ex-atletas olímpicos, às quais demos o nome de “Jogos Olímpicos: a visão do atleta” e “O Comité Olímpico de Portugal e a sua organização: Valores Olímpicos – Excelência, Amizade e Respeito”. Estas palestras promoveram o nosso contacto com pessoas importantes no mundo do desporto e, mesmo que tenha sido organizado para a comunidade escolar, as intervenções de todos esses membros promoveram-nos aprendizagem e desenvolvimento de novas noções que não são possíveis de conhecer, senão através do contacto com estas pessoas.

A segunda atividade criada e desenvolvida pelo núcleo de estágio foi a “Volta a Tábua em Ergómetro”. A atividade foi destinada aos alunos do ensino secundário regular com o intuito de promover a prática de exercício físico, tendo estes realizado 3 provas, durante as aulas de Educação Física, para tentar alcançar a maior distância possível no somatório das três.

Figura 1 – Classificação Geral – “Volta a Tábua em Ergómetro”



CLASSIFICAÇÃO GERAL (PÓDIO)

			Ano	Distância percorrida	
MASCULINO	1º classificado	Rafael	12º	3645	m
	2º classificado	João	11º	3628	m
	3º classificado	José	11º	3473	m
FEMININO	1º classificado	Flora	11º	3186	m
	2º classificado	Alexandra	10º	2923	m
	3º classificado	Eva	11º	2857	m

Para a realização desta prova foi necessário reunir com o grupo de Educação Física e perceber se a atividade era viável de se realizar, uma vez que foi essencial utilizar tempos de aula dos professores das turmas do ensino secundário.

A dinamização e logística destas atividades permitiram-nos contactar com toda a comunidade escolar, desde o diretor do agrupamento até aos funcionários responsáveis pela utilização do pavilhão gimnodesportivo, e perceber a burocracia que está por detrás de um evento organizado na escola.

3. Questões Dilemáticas

No início do Estágio Pedagógico, percebi que o crescimento e a aprendizagem tinham que ser assimilados rapidamente de maneira a poder expressar as minhas incertezas e cometer erros no processo ensino-aprendizagem. Sabia, previamente, que o erro me ia levar a ser melhor no desempenho das minhas funções, o que me fez estar sereno e consciente que fazia parte do processo de evolução.

Neste Estágio Pedagógico, as principais questões surgiram ao nível do planeamento no processo ensino-aprendizagem. Procurei conselhos da professora orientadora na maioria das opções que tomei, inicialmente, para que me pudesse aproximar o mais possível daquilo que era pedido e esperado do meu desempenho.

Deparei-me com uma turma respeitadora e com bom comportamento, no entanto possuía elevados níveis de desconcentração e de inúmeras dificuldades a nível motor. Tinha dificuldade em implementar os exercícios que havia planeado para determinadas aulas, não conseguia perceber se os alunos iam conseguir evoluir e subir o nível de aprendizagem. O nível da turma não era o esperado para uma turma de 9º ano, o que me deixou pouco confortável sobre a maneira de proporcionar os melhores contextos de aprendizagem para que os alunos pudessem aprender. Depois de começar a conhecer melhor os alunos e de ganhar a sua confiança, defini diferentes objetivos para cada um, realizando diferenciação pedagógica na turma. Os exercícios eram adaptados consoante a facilidade do aluno em executar determinados movimentos e consegui que todos evoluíssem de acordo com aquilo que era expectável.

Surgiram, também, dilemas em relação ao parâmetro da instrução, uma vez que o *feedback* transmitido não estava a ser claro o suficiente, para que os alunos pudessem compreender exatamente aquilo que eu queria que eles realizassem. Através do ganho de alguma experiência e confiança, consegui começar a posicionar-me no sítio certo e dar o *feedback* concreto à turma.

Capítulo IV – Tema-Problema: “Percepções dos Professores-Estagiários e dos Professores-Orientadores sobre o Processo Ensino-Aprendizagem”

**Perceções de professores-estagiários e professores-orientadores sobre o
processo ensino-aprendizagem**

**Perceptions of teacher-trainees and teacher-advisors about the teaching-
learning process**

André Filipe Fonseca Andrade

Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação
Física
Prof. Dr. Bruno Rosa

Resumo

O presente artigo visa o estudo das percepções de professores-estagiários e de professores orientadores, relativamente à sua intervenção no contexto de aula de Educação Física. Foram questionados 67 professores-estagiários e 9 professores-orientadores através de dois questionários. No tratamento dos dados, o questionário foi dividido em 3 dimensões, planeamento, realização e avaliação. Os resultados obtidos indicaram que a percepção do processo ensino-aprendizagem dos professores mais experientes é mais elevada do que a dos professores principiantes em todas as dimensões. No entanto, percebemos que existem itens, como, por exemplo, o item 6 e o 12, em que os professores-estagiários atingiram valores mais elevados do que os professores-orientadores. Os inexperientes aproximam-se dos experientes na dimensão do planeamento, apesar de se distanciarem nas sobranes dimensões.

Palavras-chaves: Prática Pedagógica, Planeamento, Realização, Avaliação.

Abstract

This article aims to study the perceptions of teacher-trainees and mentor teachers, regarding their intervention in the context of Physical Education classes. 67 teacher-trainees and 9 teacher-advisors were questioned through two questionnaires. In the treatment of data, the questionnaire was divided into 3 dimensions, planning, realization and evaluation. The results obtained indicated that the perception of the teaching-learning process of more experienced teachers is higher than that of beginning teachers in all dimensions. However, we noticed that there are items, such as items 6 and 12, in which the teacher-trainees achieved higher values than the teacher-advisors. The inexperienced approach those experienced in the dimension of planning, despite distancing themselves in the remaining dimensions.

Keywords: Pedagogical Practice, Planning, Realization, Evaluation.

Introdução

A educação está diretamente relacionada num constante processo de ampliação de conhecimentos e desenvolvimento do docente. A escola apresenta-nos contextos complexos e vastos impostos pela sociedade atual, levando a novos caminhos que obriguem os docentes a procurar situações de superação e evolução, sem nunca prejudicar a sua prática pedagógica. O desenvolvimento profissional dos professores deve ser feito através de um ensino de qualidade para que resulte diretamente na qualidade do ensino.

O ensino na formação de docentes de Educação Física focou-se, ao longo dos anos, na promoção da atividade física e do bem-estar. Todo esse desenvolvimento de professores resulta na formação de profissionais com características diferentes, isto é, a formação realizada e o respetivo impacto nos recém-formados no início do séc. XXI é diferente dos dias de hoje.

A formação de professores que, neste momento, já são experientes na área e todas as suas vivências como profissionais, fizeram com que estes já tenham uma visão diferente, relativamente ao processo ensino-aprendizagem, comparativamente aos docentes que ingressaram no mercado de trabalho há menos tempo. A visão dos professores principiantes resulta na formação que lhes foi dada durante a sua formação académica e da pouca experiência que ainda tiveram na área de intervenção, enquanto que a dos experientes está desenvolvida e consolidada pelos vários contextos em que já estiveram inseridos.

O presente estudo surgiu da necessidade de obter a perceção das diferenças entre professores orientadores das escolas e estagiários relativamente ao processo Ensino-Aprendizagem através do tratamento estatístico dos dados recolhidos através do preenchimento de um questionário feito aos alunos em estágio nos diferentes núcleos de estágio e aos respetivos orientadores.

O objetivo desta temática é reunir informação sobre a visão dos diversos professores relativamente à sua prestação antes, durante e após cada aula, englobando assim o ensino como um só.

Enquadramento Teórico

A percepção das competências profissionais adquiridas no processo de formação de professores de educação física pode ter uma influência fundamental na prestação futura destes na qualidade de instrução e educação. Todas as ferramentas obtidas durante a formação dum estudante que ambiciona ser professor de educação física são necessárias para um desempenho do trabalho ao melhor nível (Allen, J., Van den Vernen, R, 2001). No entanto, as expectativas de uma “elevada qualidade de ensino exigem que os professores sejam bem formados, altamente motivados, com conhecimentos capacitados, não apenas no início da sua carreira, como, também, ao longo de todo o percurso profissional” (Day & Sachs, 2004).

Segundo Gomes (2010) alguns estudos sobre a constituição do ser professor apontam que a maioria dos docentes adquiriram uma conduta dentro da escola partindo da experiência que tiveram como alunos, fornecendo conteúdos para o “eu profissional”. Para Irgang (2006) as representações construídas pelos professores ao longo do seu percurso produzem um tipo de professor. A autora afirma, ainda, que temos uma representação do que seja um professor, uma aula, uma avaliação, uma escola, tornando-se essas imagens em saberes ao longo da trajetória do professor, pois tudo o que se aprende ao longo da vida escolar é, certamente, interiorizado como uma experiência.

Estudos realizados no Reino Unido destacaram um objetivo fundamental no Currículo Nacional de Educação Física (CNEF), exigindo, assim, que os estudantes planeassem e avaliassem o seu envolvimento na Educação Física, necessitando assim de uma variedade de estilos de ensino (Goldberger & Howarth, 1993; Mawer, 1993). Kulinna e Cothran (2003) apontaram que a diversidade dos alunos e a grande variedade de objetivos das aulas de EF exigem a implementação de uma variedade de estilos de ensino. No entanto, para Curtner-Smith, Hasty e Kerr (2001) o CNEF não estava a atuar de maneira a mudar as práticas dos professores de EF, não atingindo, assim, os objetivos multidimensionais. Argumentaram, ainda, que as escolhas pedagógicas dos professores de EF são influenciadas por uma variedade de fatores, como experiência anterior, conhecimento do currículo, confiança no seu próprio nível de habilidade e expectativas dos alunos.

Este estudo foca-se na problemática de perceber as diferenças entre professores com mais e menos experiência.

Método

Neste ponto apresentaremos a amostra, os instrumentos utilizados e os procedimentos.

Amostra

A amostra de participantes neste estudo é constituída por 67 professores-estagiários dos núcleos de estágio 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 e os respetivos professores-orientadores, 9.

Instrumentos

O questionário de “Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física)” tem 44 itens integrados em 3 dimensões:

A 1ª observar questões de planeamento inclui os itens 1, 26, 38 e 44.

A 2ª observa questões de realização e inclui os itens: 2, 3, 5-7, 9-14, 16-25, 27, 28, 30, 34-37, 39, 40 42 e 43.

Por fim, a 3ª observa questões de avaliação e inclui os seguintes itens: 4, 8, 15, 29, 31-33 e 41.

Procedimentos

Este estudo baseia-se na aplicação de inquéritos por questionário aos alunos estagiários e aos professores-orientadores. O questionário foi aplicado em formato word e disponibilizado no inforestudante para os alunos da FCDEF, que preencheram o questionário em outubro de 2020. Já os professores experientes responderam ao questionário em abril de 2021.

Os dados foram recolhidos através de dois questionários [Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - professor (QIPP-p) e Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - aluno (QIPP-a)]. Os questionários foram preenchidos pelos inquiridos de livre vontade.

Após a aplicação dos questionários, os dados foram tratados com recurso a *Microsoft Excel*. Foi utilizada a estatística descritiva, de maneira a observar a comparação entre as dimensões de planeamento, realização e avaliação.

Deste modo, os resultados são apresentados da seguinte forma:

1. Resultados gerais da amostra, diferença entre orientadores e estagiários;
2. Resultados dos grupos amostrais e diferença entre cada dimensão;
3. Resultados dentro de cada dimensão para cada grupo amostral.

Resultados

Análise dos resultados gerais da amostra

Nos professores menos experientes, as 3 questões que obtiveram valores mais elevados foram a 1, 6 e 36, estando a 1ª relacionada com o planeamento e as restantes com a realização.

As 3 questões com menor pontuação foram a 16, 33 e a 42, relacionando-se a 16 e a 42 com a realização e a 33 com a avaliação.

Nos professores mais experientes, as 3 questões que obtiveram valores mais elevados foram a 1, 5 e 36, estando a 1ª relacionada com o planeamento e as restantes com a realização.

As 3 questões com menor pontuação foram a 12, 16 e a 23, relacionando-se todas com a dimensão da realização.

Análise dos grupos amostrais

Os professores menos experientes, tiveram um valor de 166,4, enquanto que os mais experientes obtiveram um valor mais alto: 186,1.

De maneira a poder obter este valor, foi feita a média que cada grupo etário teve em cada pergunta e somada no final.

Relativamente às 3 dimensões destacadas anteriormente, podemos observar que os professores-orientadores obtiveram valores superiores em todas as dimensões comparativamente com os professores estagiários.

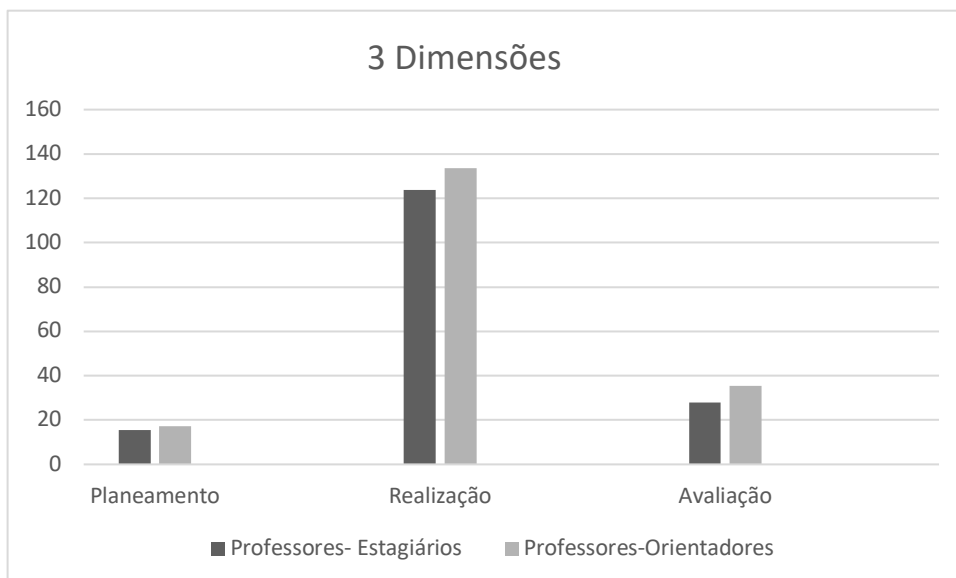
Tabela 1

Resultados sobre o estudo de cada dimensão

	Professores- Estagiários	Professores-Orientadores
Planeamento	15,4	17,1
Realização	123,8	133,7
Avaliação	27,9	35,3

Gráfico 1

Resultados sobre o estudo de cada dimensão



Análise de cada dimensão para cada grupo amostral

Dentro dos valores apresentados em cima para cada dimensão foram escolhidas então as seguintes questões:

Para o Planeamento:

Nos professores-estagiários os 3 itens mais elevados foram o 1, 24 e o 38, enquanto que o mais baixo foi o 44.

Nos professores-orientadores manteve-se a ordem descrita nos estagiários. Embora os itens mais altos sejam os mesmos, os estagiários obtiveram sempre valores mais baixos do que os professores-orientadores.

Podendo comparar no gráfico seguinte onde foram colocados os itens e a média que cada item obteve.

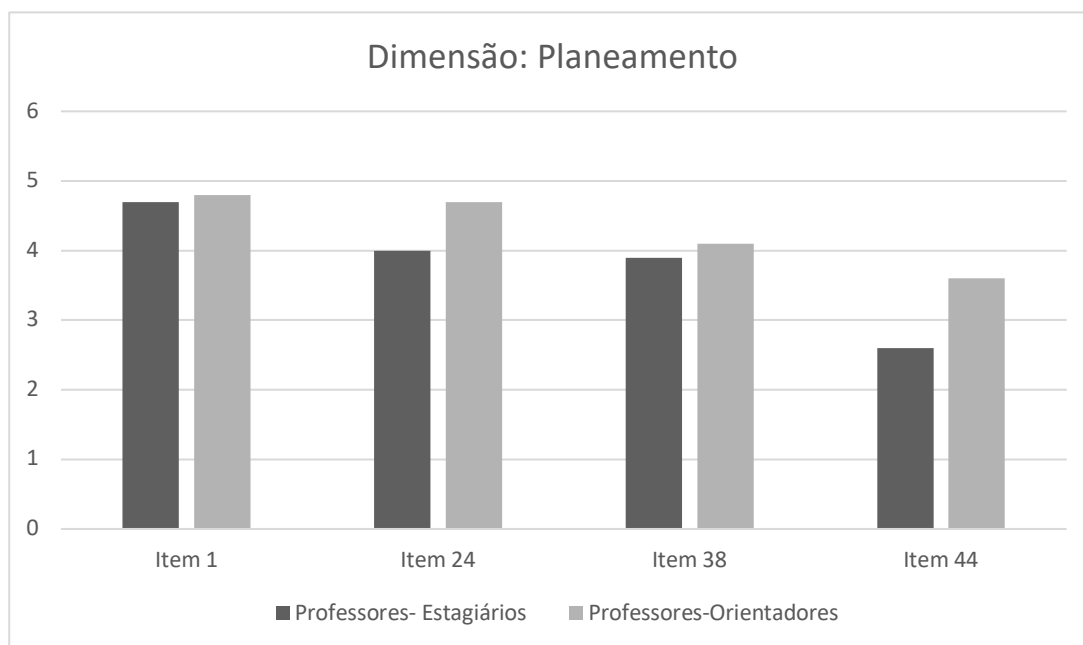
Tabela 2

Resultados sobre o estudo do Planeamento

Nº do item:	Professores- Estagiários	Professores-Orientadores
1	4,7	4,8
24	4	4,7
38	3,9	4,1
44	2,6	3,6

Gráfico 2

Resultados sobre o estudo do Planeamento



Podemos observar que em todos os itens relacionados com a dimensão do Planeamento os professores-orientadores conseguiram valores superiores aos professores-estagiários.

No item 1, relativamente à planificação da matéria segundo uma sequência lógica, os valores dos professores menos experientes (4,7) aproximaram-se dos mais experientes (4,8). Na questão 24, os professores-orientadores acreditam que se preocupam em realizar tarefas diversificadas e motivadoras, obtendo, assim, um valor mais alto do que os estagiários. No item 38, sobre a utilização de estratégias para promover a aprendizagem dos alunos, os valores aproximaram-se, tendo os orientadores obtido 4,1, enquanto os estagiários 3,9. Por fim, no item 44, os mais experientes destacaram-se com 3,6 pontos, enquanto os menos experientes conseguiram 2,6, relativamente ao uso de materiais e tecnologias de informação e comunicação.

Para a Realização:

Nos estagiários os 3 itens mais elevados foram o 6, 27 e o 36, enquanto que os mais baixos foram o 16, 23 e o 42.

Nos orientadores os 3 itens mais elevados foram o 5, 6 e 36. Os valores menos elevados foram na questão 12, 16 e 23.

Tabela 3

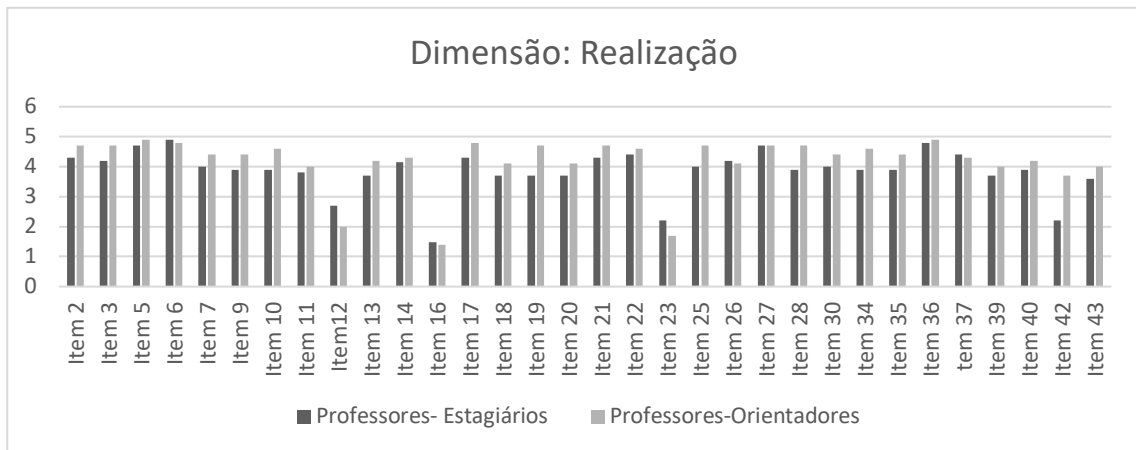
Resultados sobre o estudo da Realização

Nº do item:	Professores- Estagiários	Professores-Orientadores
2	4,3	4,7
3	4,2	4,7
5	4,7	4,9
6	4,9	4,8
7	4	4,4
9	3,9	4,4
10	3,9	4,6
11	3,8	4
12	2,7	2
13	3,7	4,2
14	4,16	4,3
16	1,47	1,4
17	4,3	4,8
18	3,7	4,1
19	3,7	4,7
20	3,7	4,1
21	4,3	4,7
22	4,4	4,6
23	2,2	1,7
25	4	4,7
26	4,2	4,1
27	4,7	4,7
28	3,9	4,7
30	4	4,4
34	3,9	4,6
35	3,9	4,4
36	4,8	4,9
37	4,4	4,3
39	3,7	4
40	3,9	4,2

42	2,2	3,7
43	3,6	4

Gráfico 3

Resultados sobre o estudo da Realização



Como podemos observar, nos itens 6, 12 e 37, os professores-estagiários tiveram valores superiores aos dos professores-orientadores. Os menos experientes alcançaram o mesmo valor do que os mais experientes no item 27, afirmando, assim, os dois grupos que se preocupam em tratar todos os alunos de forma igual.

Os professores-orientadores mostraram ter valores mais altos na maioria dos itens, como, por exemplo, no item 28, relativamente à prevenção de comportamentos de indisciplina.

Para a Avaliação:

Nos estagiários os 3 itens mais elevados foram o 4, 15 e o 41, enquanto que os mais baixos foram o 31, 32 e 33.

Nos orientadores os 3 itens mais elevados foram o 4, 15 e o 33. Os 3 valores menos elevados foram na questão 8, 29 e 31.

Tabela 4

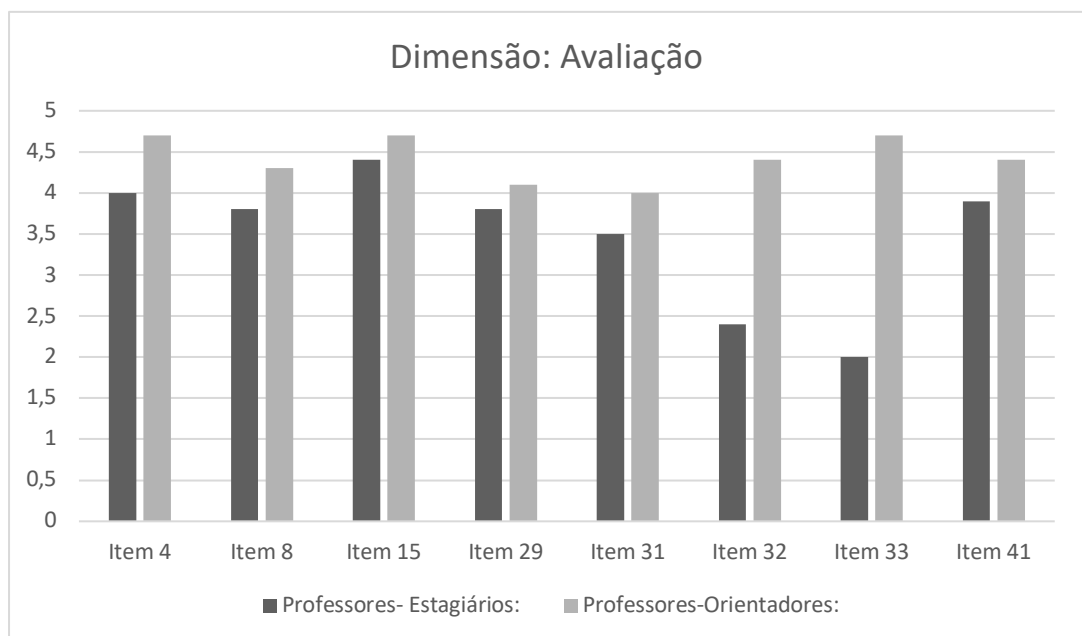
Resultados sobre o estudo da Avaliação

Nº do item:	Professores- Estagiários:	Professores-Orientadores:
4	4	4,7

8	3,8	4,3
15	4,4	4,7
29	3,8	4,1
31	3,5	4
32	2,4	4,4
33	2	4,7
41	3,9	4,4

Gráfico 4

Resultados sobre o estudo da Avaliação



Por fim, na dimensão da Avaliação, os professores mais experientes mostraram valores mais elevados em todos os itens, destacando-se o 33, item que aborda o facto de o professor focar a avaliação nos conteúdos lecionados.

Discussão

O principal objetivo de estudo foi a diferença de percepção entre professores-orientadores e professores-estagiários, face ao processo ensino-aprendizagem. Os resultados obtidos indicam que, em termos totais, se verifica um resultado mais elevado nos professores orientadores do que nos professores-estagiários, o que representa uma percepção mais elevada dos professores mais experientes. Estes dados mostram que a percepção sobre o processo ensino-aprendizagem é mais elevada nos professores orientadores do que nos seus estagiários, como argumentam Curtner-Smith, Hasty e Kerr (2001), a prática pedagógica é influenciada pela experiência e conhecimento do currículo.

É possível verificar que em todas as dimensões os mais experientes apresentam resultados mais elevados, uma vez que nas questões mais cotadas os professores-orientadores mostram valores muito superiores aos menos experientes. No entanto, houve um item em que os professores-estagiários conseguiram obter o mesmo valor que os professores-orientadores (item 27), mas, também, valores mais elevados, como, por exemplo, no item 6.

Estes itens fazem-nos verificar a hipótese colocada e perceber que os professores-orientadores apresentam melhores percepções relativamente à sua intervenção no contexto de aula de Educação Física quando comparados com os professores-estagiários.

Conclusões

Os objetivos deste estudo faziam referência a diferenças de percepção do processo ensino-aprendizagem entre professores-estagiários e professores-orientadores.

Após a análise considera-se que os objetivos foram alcançados, no seguimento da corroboração da hipótese este estudo trouxe 2 novos campos de conhecimento:

1. Os professores-orientadores apresentam resultados mais elevados que os professores-estagiários;
2. Os menos experientes mostram aproximar-se na dimensão do Planeamento dos orientadores, no entanto encontram-se afastados nas sobranças dimensões;

Houveram limitações no estudo a nível de amostra, nem todos os professores-estagiários e professores-orientadores responderam ao questionário, apesar de achar que o número de respostas que obtive foi o suficiente para estudar as percepções de cada um dos grupos. Esta investigação leva-nos a concluir que as percepções dos professores menos experientes a nível do planeamento são aproximadas às dos professores-orientadores. Assim, será importante perceber o porquê da distância de uns para os outros nas restantes dimensões em futuras investigações.

Referências

- Asun, S., Chivite, M. T., & Romero, M. R. (2020). Perceptions of Professional Competences in Physical Education Teacher Education (PETE). *Special Issue*.
- Cothran, D. J. & Kulinna, P. H. (2008). Teachers knowledge about and use of teaching models. *Physical Educator*, 122-133.
- Curtner-Smith, M. D., Hasty, D. L., & Kerr, I. G. (2001). Teachers' use of productive and reproductive teaching styles prior to and following the introduction of national curriculum physical education. *Educational Research*, 43, 333-340.
- Day, C. & Sachs, J. (2004). Professionalism, performativity and empowerment: discourses in the politics and purposes of continuing professional development.
- Fyall, G. (2017). Graduating physical education student teachers perceptions of critically oriented HPE curriculum: (re)constructing constructivist frameworks in PETE. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 211-228.
- Goldberger, M. & Howarth, K. (1993). The national curriculum in physical education and the spectrum of teaching styles. *British Journal of Physical Education*, 24, 23-28.
- Gomes, A. (2010). Constituir-se professor: a influência da história de vida e das práticas pedagógicas na formação docente. *Seminário de Pesquisa do NUPEPE*.
- Irgang, S. R. (2006). Refletindo sobre a constituição do ser professor. *Unirevista*, 1-6.
- Santos, A. L., Rocha, L. F., Sa, D. B., Catunda, F. N., & Catunda, R. (2017). The relationship between pedagogical practices with physical activity levels in classes of Physical Education.

Anexos

Lista de Tabelas:

Tabela 1 – Resultados sobre o estudo de cada dimensão

Tabela 2 – Resultados sobre o estudo do Planeamento

Tabela 3 – Resultados sobre o estudo da Realização

Tabela 4 – Resultados sobre o estudo da Avaliação

Lista de Gráficos:

Gráfico 1 – Resultados sobre o estudo de cada dimensão

Gráfico 2 - Resultados sobre o estudo do Planeamento

Gráfico 3 - Resultados sobre o estudo da Realização

Gráfico 4 - Resultados sobre o estudo da Avaliação

Reflexão Global Final

O Estágio Pedagógico é o culminar de cinco anos árduos de trabalho e sacrifícios, para poder chegar a uma profissão com a qual sempre desejei estar envolvido. Ser professor é uma responsabilidade e um grande desafio. Uma profissão em que se está em constante aprendizagem e evolução, pelo contacto com colegas e alunos diferentes, com os quais vou, certamente, crescer muito a todos os níveis.

Este ano, foi, sem dúvida, o ano em que mais errei, mas, também, aquele em que mais aprendi e desenvolvi todas as minhas capacidades. O erro foi constante e tinha consciência que isso iria acontecer, para que pudesse promover a minha evolução.

Graças a todas as reflexões, *feedbacks*, aconselhamentos e conversas que tive durante este ano no meio escolar onde estagiei, pude tornar-me um melhor professor.

O trabalho do núcleo de estágio juntamente com a professora orientadora da escola foi sempre o mais correto e eficaz, de maneira a privilegiar os nossos alunos e superar todas as nossas dificuldades, estando, plenamente, conscientes que todo este percurso não é o fim da nossa formação e que teremos que trabalhar e procurar a perfeição, sabendo que nunca lá iremos chegar.

Referências Bibliográficas

- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física: Cultura Física* (Vol. 3). Livros Horizonte.
- Damião, M. H. (1996). *Pré, inter e pós-ação: Planificação e avaliação em pedagogia*. Coimbra: Minerva.
- Gandin, D. (1999). *Planejamento como prática educativa*. São Paulo: Loyola.

Decretos de lei:

- Decreto-lei nº 139/2012 de 5 de julho. Diário da República nº129 – I Série. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa.

Outros documentos:

- Programa Nacional de Educação Física
- Regulamento Interno do Agrupamento de Escolas de Tábua
- Plano Anual de Atividades
- Guia de Estágio Pedagógico, 2020/2021
- Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas de Tábua

Anexos

Anexo I – Ficha Biográfica Individual

Anexo II – Plano Anual

Anexo III – Extensão e Sequência de Conteúdos de Unidade Didática (exemplo)

Anexo IV – Plano de Aula (exemplo)

Anexo V – Tabela de Avaliação Diagnóstica (exemplo)

Anexo VI – Tabela de Avaliação Sumativa (exemplo)

Anexo VII – Ficha de Autoavaliação

Anexo VIII – X FICEF - Certificado

Anexo IX – Análise de Jogo – C.D. Tondela

Anexo X – Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física)
- professor (QIPP-p)

Anexo XI - Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física)
- aluno (QIPP-p)

Anexo XII – Cartaz palestra x

Anexo XIII – Cartaz palestra y

Anexo XIV – Cartaz “Volta a Tábua em Ergómetro”

Lista de Tabelas

Tabela 1 – Debilidades e estratégias utilizadas no Planeamento

Tabela 2 - Debilidades e estratégias utilizadas na Realização

Tabela 3 – Debilidades e estratégias utilizadas na Avaliação

Tabela 4 - Ajustamentos feitos no Planeamento

Tabela 5 – Ajustamentos feitos na Realização

Tabela 6 – Ajustamentos feitos na Avaliação

Anexo 1 - Ficha Biográfica Individual



Ficha Biográfica Individual

Nome: _____ Idade: _____

Data de Nascimento: __/__/____ Localidade: _____

Histórico Desportivo:

Praticas ou já praticaste algum desporto fora da escola? Sim Não

Se sim, qual/quais? _____

Qual a nota que obtiveste no ano passado? ____

Qual é a tua modalidade favorita? _____

Hábitos Pessoais:

Como te deslocas para a escola? _____

Quanto tempo demoras a chegar à escola? _____

Quantas horas diárias de sono tens? _____

Quantas refeições diárias fazes? _____

Habitualmente o que tomas ao pequeno almoço? _____

Saúde:

Sofres de alguma alergia? _____. Se sim, qual/quais? _____.

Foste submetido a algum tipo de cirurgia ou tiveste alguma lesão grave nos últimos 3 anos? _____. Se sim, qual/quais? _____.

Anexo 2 - Plano Anual

Período	1º Período																										
Unidade Didática	FITESCOLA				FITESCOLA				JT				Voleibol				Voleibol				Voleibol						
Espaço	P1	SALA	P1	SALA	E1	E1	P1	P1	P1	SALA	P2	SALA	P2	P1	SALA	P1	SALA	P1	SALA	P1	E1						
Mês	setembro						outubro						novembro						dezembro								
Semana	1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		
Dia	21	24	28	1	8	12	19	22	26	29	2	5	9	12	16	19	23	26	3	10	14	17	17	24	27	31	
Duração	45	90	45	90	90	45	45	90	90	45	90	45 + 45	90	90	45 + 45	90	45	90	90	45	90	45	90	45	90	45	90
Nº de aula	1	2 e 3	4	5 e 6	7 e 8	9	10	11 e 12	13 e 14	15 e 16	17	18 e 19	20	21 e 22	23 e 24	25 e 26	27	28 e 29	30 e 31	32 e 33	34	35 e 36					
Período	2º Período																										
Unidade Didática	Basquetebol	Basquetebol Comprimento	C	Basquetebol	C	Basquetebol	Basquetebol	C	Tênis	C	Basquetebol Comprimento	Ginástica de	Ginástica de	Ginástica de	Basquetebol Comprimento	Basquetebol	Tênis	C	Ginástica de	C	Tênis	Tênis					
Espaço	P2	E1	SALA	P2	SALA	P2	P1	SALA	P1	SALA	E1	P1	P1	P2	E1	P2	E1	SALA	P2	SALA	P2	P1					
Mês	janeiro										fevereiro										março						
Semana	14		15		16		17		18		19		20		21		22		23		24		25				
Dia	4	7	11	14	18	21	25	28	1	4	8	11	18	22	25	1	4	8	11	15	18	22	25				
Duração	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90				
Nº de aula	37	38 e 39	40	41 e 42	43	44 e 45	46	47 e 48	49	50 e 51	52	53 e 54	55	56	57 e 58	59	60 e 61	62	63 e 64	65	66 e 67	68	68				
Período	3º Período																										
Unidade Didática	Dança	Barreiras	Ginástica Solo	Barreiras	Ginástica Solo	Ginástica Solo	Barreiras	Ginástica Solo	Corfebol	Dança	Ginástica Solo	Dança	Corfebol	Corfebol	Dança	Corfebol	C										
Espaço	SALA	E1	P1	E1	P1	P2	E1	P2	E1	SALA	P2	SALA	P2	P1	SALA	P1	SALA										
Mês	abril										maio										junho						
Semana	26		27		28		29		30		31		32		33		34										
Dia	8	12	15	19	22	26	29	3	6	10	13	17	20	24	27	31	3										
Duração	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90	45	90										
Nº de aula	69 e 70	71	72 e 73	74	75 e 76	77	78 e 79	80	81 e 82	83	84 e 85	86	87 e 88	89	90 e 91	92	93 e 94										

Anexo 3 - Extensão e Sequência de Conteúdos de Unidade Didática (exemplo)

Voleibol			Aulas											
			outubro				novembro					dezembro		
Conteúdos			1 (t)	22	26	29	5	12	16	23	26	3 (t)	10	14
Habilidades Motoras	Conteúdos Técnicos	Posição Base	I	AD	I	E	E	E	C	C	AS		C	AA
		Passe	I	AD	I	E	E	E	C	C	AS		C	AA
		Deslocamentos	I	AD	I	E	E	E	C	C	AS		C	AA
		Serviço por Baixo	I				I	E	E	C	C		AS	AA
		Remate em apoio	I						I	E	C		AS	AA
		Manchete	I									I		AA
		Serviço por Cima	I									I		AA
		Remate em suspensão	I									I		AA
	Conteúdos Táticos	Enquadramento	I					I	E	E	C		AS	AA
		Continuidade/ 3 toque	I					I	E	E	C		AS	AA
		Jogo reduzido 2 x 2	I					I	E	E	C		AS	AA
		Regras	I						E	E	C		AS	AA

AD	Avaliação Diagnóstica
I	Introdução
E	Exercitação
C	Consolidação
AS	Avaliação Sumativa
AA	Auto-avaliação

(t)	Aula Teórica
-----	--------------

Anexo 4 - Plano de Aula (exemplo)


Agrupamento de Escola de Tábua – Mestrado EFEBS - Estágio Pedagógico



Plano Aula

Professor: André Andrade		Data: 14 / 12 / 2020	Hora: 10 h 30
Ano/Turma: 9ªA	Período: 1º	Local/Espaço: Pavilhão (lado escalada)	
Nº da aula UD: 18	U.D.: Voleibol	Nº de aula: 34	Duração da aula: 45 min
Nº de alunos previstos: 22		Nº de alunos dispensados:	
Função didática: Consolidação e Avaliação		Estratégias / Estilos / Modelos de Ensino	
Recursos materiais: Cronómetro, bolas, arcos, fita e sinalizadores.		Ensino Por Tarefa	
Objetivos da aula: Avaliação sumativa do remate em apoio, Serviço por baixo e Situação de Jogo			



Tempo T	P	Objetivos Específicos	Esquema	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Crítérios de Êxito
5'	10h35	5'		Aspectos a abordar na aula: - Explicar objetivos da aula		
10'	10h40	5'		Os alunos irão realizar um breve aquecimento nos lugares definidos no início do ano letivo.		Aumento da temperatura corporal e da amplitude de movimento
PARTE INICIAL DA AULA	30'	20'		<p>4 estações de exercícios:</p> <p>1 – O aluno fará deslocamentos em direção aos cones e passe nos cones onde à frente estejam os colegas a lançar-lhe a bola.</p> <p>2 – O aluno com bola realizará passe em direção ao passador, o passador devolve em passe e o 1º aluno rematará em apoio para o colega do campo contrário.</p> <p>3 – O aluno irá realizar serviço por baixo em direção ao colega do campo contrário, este recebe em passe para o passador e o passador agarra a bola.</p> <p>4 – Situação de jogo – 2 x 2 Jogo</p>	<p>- Serviço por baixo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pés à largura dos ombros, o contrário ao MS do serviço mais à frente - Flexão do tronco; -Manutenção do MS de batimento em extensão durante o movimento de trás para a frente; -Batimento da bola com a mão aberta e na sua parte inferior; -Peso do corpo transferido para o pé da frente <p>- Remate em apoio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Olhar dirigido 	<ul style="list-style-type: none"> - Bater com a mão por baixo da bola. -Balancear o corpo para a frente no momento do batimento. - Imprimir uma trajetória ligeiramente ascendente, de maneira a que a bola ultrapasse a rede e desça imediatamente -Contacto com a bola com a palma da mão tensa.
	10h45					

					para a bola; -MS em extensão no momento do contacto com a bola; -Transferência do peso do corpo para o apoio mais adiantado.	
PARTE FINAL DA AULA	35' 11h05	5'	Alongamentos		Alongamentos estáticos ativos em pé, seguindo as orientações do professor/colega.	
			Questionament o Voleibol		No final da aula o professor estabelece uma conversa com os alunos sobre a aula e perspectiva a próxima em relação aos conteúdos que irão ser abordados.	

Anexo 5 - Tabela de Avaliação Diagnóstica (exemplo)

AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA - ATLETISMO

9º A

		CORRIDA DE BARREIRAS																					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Impulso do MI chamada afastado da barreira	F							X					X	X	X					X		X	
	NF	X		X		X	X		X	X	X	X				X	X	X			X		X
Extensão breve dos MI de ataque para a frente na direção da barreira	F								X							X	X						
	NF	X		X		X	X	X		X	X	X	X	X	X			X			X	X	X
Contacto breve com o solo continuando a corrida	F			X		X	X	X	X	X	X			X	X	X				X		X	
	NF	X				X						X	X				X	X			X		X

Anexo 6 - Tabela de Avaliação Sumativa (exemplo)

Avaliação Sumativa (tabela 2)												
Situação de Jogo (2 x 2)												
Nº de aluno	Recepção Serviço e Passe			Finalização/Ataque			Noções de Jogo			Regras e Regulamentos		
	Posiciona-se	Deixa a bola jogável	Média	Coloca a bola num espaço vazio	Finaliza de acordo com a posição da equipa adv	Média	Noção dos 3 toques	Direciona a bola de acordo com a função que	Média	Arbitragem	Rotação	Cumpe enquanto jogador
1	5	4	4,5	4	4	4	4	4	4	3	4	5
2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3
4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3
5	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
6	2	2	2	3	3	3	2	3	2,5	2	3	3
7	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
9	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
10	5	4	4,5	4	4	4	4	4	4	3	3	5
11	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	5	4
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
13	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	4	4
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
15	4	4	4	3	3	3	4	3	3,5	3	4	3
16	4	4	4	3	3	3	4	3	3,5	3	4	3
17	4	5	4,5	4	4	4	4	4	4	5	5	5
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	4	5	4,5	4	4	4	4	4	4	3	5	5
20	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3
21	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3
22	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3

Escala de Avaliação	
1	Não realiza
2	Não realiza mas tenta
3	Realiza Satisfatoriamente
4	Realiza com bom domínio do gesto/ação
5	Realiza completamente de acordo CC

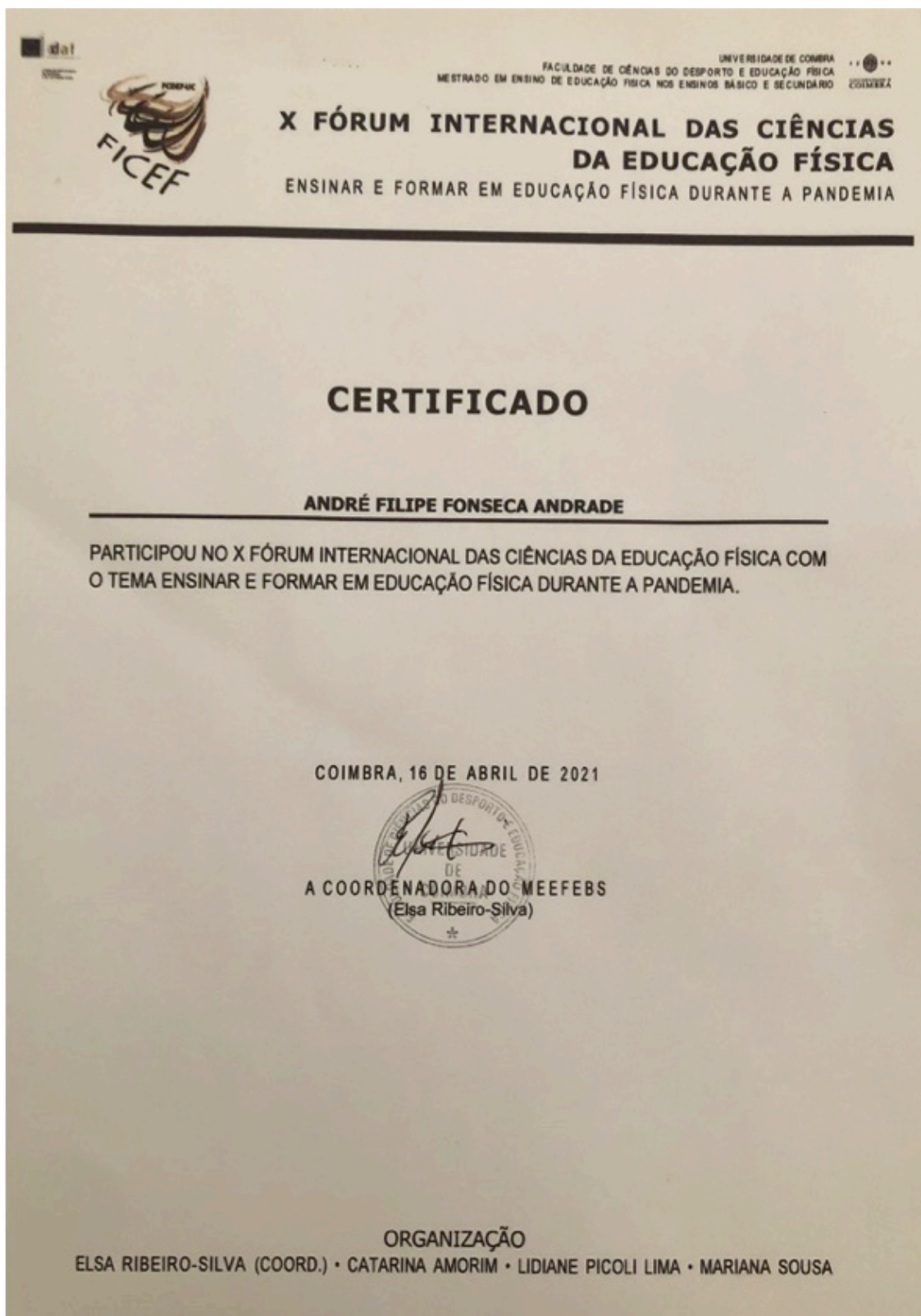
Anexo 7 – Ficha de Autoavaliação



FICHA DE AUTOAVALIAÇÃO
DISCIPLINA – EDUCAÇÃO FÍSICA
Ensino Básico

Nome: _____ Ano/Turma _____ Nº _____				
Domínios	Descritores	Período		
		1º	2º	3º
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	Domina os elementos técnicos específicos da modalidade			
	Identifica e utiliza os códigos de comunicação não verbal			
	Cumprir as regras/regulamentos da modalidade			
	Interage com tolerância, adequando o seu comportamento e aceitando opções, falhas e erros dos companheiros			
	Revela iniciativa e realiza as atividades autonomamente			
	Comparece às aulas com o material necessário			
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	Domina processos de elevação do nível funcional da aptidão física			
	Interage com tolerância, adequando o seu comportamento e aceitando opções, falhas e erros dos companheiros			
	Revela iniciativa e realiza as atividades autonomamente			
	Comparece às aulas com o material necessário			
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	Utiliza linguagem científica e técnica			
	Realiza tarefas associadas à compreensão e mobilização dos conhecimentos			
	Conhece e aplica cuidados de higiene			
	Conhece e aplica as regras de segurança e de preservação dos recursos materiais e do ambiente			
Código a utilizar: F= Fraco; I = Insuficiente; S= Suficiente; B= Bom; MB= Muito Bom		Nível proposto 1 – 5		
	1º Período	2º Período	3º Período	
Data	___/___/2020	___/___/2021	___/___/2021	
Assinatura do aluno				

Anexo 8 – X FICEF - Certificado



Anexo 9 – Análise de Jogo – C.D. Tondela



Anexo 10 – Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - professor (QIPP-p)

QUESTIONÁRIO

Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - professor (QIPP-p)

Este questionário visa perceber a visão dos professores de educação física sobre a sua intervenção pedagógica em aula.

Não existem respostas certas ou erradas, dado que se trata de um questionário de perceções.

Para que aqueles objetivos possam ser alcançados, **é fundamental que as respostas correspondam à realidade.**

Data de resposta: ___/___/_____	Género: Masculino___ Feminino___
Idade:	Ciclo(s) em que está a lecionar? 3ºciclo___ Sec. ___
Ano de conclusão dos estudos que permitiram o Ensino de Educação Física (Licenciatura ou Mestrado):	
Anos de experiência no Ensino da Educação Física:	

1º PARTE - GRUPO I
(assinalar com X ou colorir a célula correspondente à resposta mais adequada)

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
1. ... planifico a matéria, seguindo uma sequência lógica.					
2. ... apresento os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.					
3. ... apresento, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.					
4. ... apresento o processo avaliativo de forma clara e inequívoca.					
5. ... cumpro o horário da aula.					
6. ... sou assíduo.					
7. ... mantenho a turma controlada.					
8. ... dou a conhecer ao aluno a qualidade do seu desempenho em aula.					
9. ... imprimo ritmo e dou entusiasmo à aula.					
10. ... demonstro um conhecimento aprofundado da matéria que ensino.					
11. ... demonstro-me recetivo a novas ideias dos alunos.					
12. ... gasto muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a execução dos conteúdos.					

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
13. ... transmito os conteúdos, levando os alunos a estabelecer ligações entre a matérias.					
14. ... sou justo e coerente nas decisões que tomo perante comportamentos inapropriados.					
15. ... sou justo nas avaliações.					
16. ... por vezes, incompatibilizo-me com algum aluno, sem razão aparente para tal.					
17. ... encorajo os alunos.					
18. ... dou especial atenção aos alunos com mais dificuldade.					
19. ... estimulo a autorresponsabilização dos alunos.					
20. ... estimulo a intervenção do aluno e a expressão das suas ideias.					
21. ... forneço <i>feedback</i> ao longo da aula.					
22. ... relaciono-me positivamente com os alunos.					
23. ... por vezes, permito comportamentos inapropriados.					
24. ... fomento uma relação positiva entre os alunos da turma.					
25. ... preocupo-me em relacionar as novas aprendizagens com as já adquiridas.					
26. ... preocupo-me em realizar tarefas diversificadas e motivadoras.					
27. ... preocupo-me em tratar os alunos de forma igual.					
28. ... previno comportamentos de indisciplina.					
29. ... questiono os alunos fazendo-os refletir sobre os conteúdos abordados.					
30. ... realizo um balanço dos conteúdos no início e no final da aula, tendo como objetivo a aprendizagem.					
31. ... utilizo formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).					
32. ... apresento, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.					
33. ... foco a sua avaliação nos conteúdos lecionados.					
34. ... sou claro na transmissão de <i>feedback</i> .					
35. ... transmito <i>feedback</i> determinante para a melhoria das aprendizagens dos alunos.					
36. ... trato os alunos com respeito.					
37. ... utilizo a demonstração na apresentação das tarefas.					
38. ... utilizo diferentes estratégias ou formas para promover a aprendizagem dos alunos.					
39. ... utilizo os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.					
40. ... certifico-me se os alunos saem da aula sem dúvidas.					

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
41. ... informo, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).					
42. ... mostro disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.					
43. ...motivo os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).					
44. ...utilizo recursos materiais e/ou TIC`s (tecnologias de informação e comunicação).					

GRUPO II

1º PARTE - Importância da EF

- 1 Considero ser importante lecionar Educação Física: Sim ___ Não ___
- 2 Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes: Sim ___ Não ___
- 3 Penso que os conteúdos que leciono, nas minhas aulas, serão úteis para os alunos ao longo da sua vida: Sim ___ Não ___

2º PARTE – Ideia sobre a EF

1. Dentro das seguintes referências, o que lhe vem à ideia quando pensa na disciplina que leciona (colocar um X **apenas em uma** opção):
 - a) Aprendizagem
 - b) Gosto
 - c) Monotonia
 - d) Pavor
 - e) Prazer
 - f) Inação

- g) Diversidade
- h) Repetitividade
- i) Obrigação
- j) Necessidade l)

Outro: _____

1.1. Apresente a principal razão desse sentimento:

1.2. Proponha a principal mudança que gostasse de ver na disciplina que leciona:

Obrigada pela colaboração!

Anexo 11 - Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - aluno (QIPP-p)

QUESTIONÁRIO

Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) - professor (QIPP-p)

Este questionário visa perceber a visão dos estagiários sobre a sua intervenção pedagógica em aula.

Simultaneamente, o conjunto da totalidade das respostas permitirá traçar um perfil de estagiário no início do Estágio Pedagógico.

Não existem respostas certas ou erradas, dado que se trata de um questionário de percepções.

Para que aqueles objetivos possam ser alcançados, **é fundamental que as respostas correspondam à realidade.**

Data de resposta: ___/___/_____	Género: Masculino___ Feminino___
Idade:	Ciclo(s) em que está a lecionar? 3ºciclo___ Sec. ___
Instituição da Licenciatura:	
Designação da Licenciatura:	

1º PARTE - GRUPO I
(assinalar com X ou colorir a célula correspondente à resposta mais adequada)

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
1. ... planifico a matéria, seguindo uma sequência lógica.					
2. ... apresento os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.					
3. ... apresento, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.					
4. ... apresento o processo avaliativo de forma clara e inequívoca.					
5. ... cumpro o horário da aula.					
6. ... sou assíduo.					
7. ... mantenho a turma controlada.					
8. ... dou a conhecer ao aluno a qualidade do seu desempenho em aula.					
9. ... imprimo ritmo e dou entusiasmo à aula.					
10. ... demonstro um conhecimento aprofundado da matéria que ensino.					

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
11. ... demonstro-me receptivo a novas ideias dos alunos.					
12. ... gasto muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a exercitação dos conteúdos.					
13. ... transmito os conteúdos, levando os alunos a estabelecer ligações entre a matérias.					
14. ... sou justo e coerente nas decisões que tomo perante comportamentos inapropriados.					
15. ... sou justo nas avaliações.					
16. ... por vezes, incompatibilizo-me com algum aluno, sem razão aparente para tal.					
17. ... encorajo os alunos.					
18. ... dou especial atenção aos alunos com mais dificuldade.					
19. ... estimulo a autorresponsabilização dos alunos.					
20. ... estimulo a intervenção do aluno e a expressão das suas ideias.					
21. ... forneço <i>feedback</i> ao longo da aula.					
22. ... relaciono-me positivamente com os alunos.					
23. ... por vezes, permito comportamentos inapropriados.					
24. ... fomento uma relação positiva entre os alunos da turma.					
25. ... preocupo-me em relacionar as novas aprendizagens com as já adquiridas.					
26. ... preocupo-me em realizar tarefas diversificadas e motivadoras.					
27. ... preocupo-me em tratar os alunos de forma igual.					
28. ... previno comportamentos de indisciplina.					
29. ... questiono os alunos fazendo-os refletir sobre os conteúdos abordados.					
30. ... realizo um balanço dos conteúdos no início e no final da aula, tendo como objetivo a aprendizagem.					
31. ... utilizo formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).					
32. ... apresento, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.					
33. ... foco a sua avaliação nos conteúdos lecionados.					
34. ... sou claro na transmissão de <i>feedback</i> .					
35. ... transmito <i>feedback</i> determinante para a melhoria das aprendizagens dos alunos.					
36. ... trato os alunos com respeito.					
37. ... utilizo a demonstração na apresentação das tarefas.					
38. ... utilizo diferentes estratégias ou formas para promover a aprendizagem dos alunos.					



Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
39. ... utilizo os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.					
40. ... certifico-me se os alunos saem da aula sem dúvidas.					
41. ... informo, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).					
42. ... mostro disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.					
43. ...motivo os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).					
44. ...utilizo recursos materiais e/ou TIC`s (tecnologias de informação e comunicação).					

GRUPO II

1º PARTE - Importância da EF

- 4 Considero ser importante lecionar Educação Física: Sim X Não ___
- 5 2. Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes: Sim ___ Não ___
- 6 Penso que os conteúdos que leciono, nas minhas aulas, serão úteis para os alunos ao longo da sua vida: Sim ___ Não ___

2º PARTE – Ideia sobre a EF

2. Dentro das seguintes referências, o que lhe vem à ideia quando pensa na disciplina que leciona (colocar um X **apenas em uma** opção):
- a) Aprendizagem
 - b) Gosto
 - c) Monotonia
 - d) Pavor
 - e) Prazer
 - f) Inação
 - g) Diversidade
 - h) Repetitividade

i) Obrigação

j) Necessidade l)

Outro: _____

1.2. Apresente a principal razão desse sentimento:

1.2. Proponha a principal mudança que gostasse de ver na disciplina que leciona:

Obrigada pela colaboração!

Anexo XII – Cartaz “O Comité Olímpico de Portugal e a sua organização: Valores Olímpicos – Excelência, Amizade e Respeito”

- O COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL E A SUA ORGANIZAÇÃO
- VALORES OLÍMPICOS | EXCELÊNCIA, AMIZADE E RESPEITO



14h05	15h00
 <p>Joaquim Videira</p> <p>Atleta Olímpico de Esgrima Jogos Olímpicos de Pequim 2008</p> <p>Vice-campeão do Mundo de Espada, em 2006</p> <p>Medalha de Bronze no Campeonato da Europa de Juniores, em 2003</p> <p>Colaborador do Comité Olímpico de Portugal, no âmbito do Programa de Educação Olímpica</p>	 <p>Marco A. Nes</p> <p>Licenciado em Gestão do Desporto em 2005, pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa</p> <p>Funções no departamento desportivo do Comité Olímpico de Portugal</p> <p>Chefe de Missão de Portugal Jogos Mundiais de Wrocław 2017, aos Jogos do Mediterrâneo de Tarragona 2018, aos Jogos Olímpicos da Juventude Buenos Aires 2018 e aos 285 Jogos Europeus - Minsk 2019.</p> <p>Chefe de Missão aos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020</p>
	 <p>Pedro Roque</p> <p>Licenciado em Ed. Física e Desporto e Mestre em Gestão da Formação Desportiva, pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa</p> <p>Dir. Desportivo do Comité Olímpico de Portugal</p> <p>Treinador de Ginástica Artística Feminina (TPTD Grau IV; Brevet FIG)</p> <p>Coordenador Nacional de Ginástica Artística Feminina de 2007 a 2012 e Treinador Nacional de Ginástica Artística Feminina de 2012 a 2016</p> <p>Expert do Programa de Formação da Federação Internacional de Ginástica desde 2010.</p>

Organização:
 Núcleo de Estagiários do Agrupamento de Escolas de Tábua



“Experiência nos Jogos Olímpicos, a visão do Atleta”

23 DE MARÇO 2021
ZOOM

Beatriz Branquinho Gomes



CANOAGEM
14H05

- 44 VEZES CAMPEÃ DE CANOAGEM NAS SUAS DIVERSAS DISCIPLINAS;
- 19 MEDALHAS EM COMPETIÇÕES INTERNACIONAIS;
- JOGOS OLÍMPICOS DE PEQUIM 2008, OBTVEU O 11º LUGAR EM K2 500M;
- 2011 APURAMENTO PARA O JOGOS OLÍMPICOS DE LONDRES 2012 EM K4 500M E K2 500M.

Bento Amaral



VELA ADAPTADA
15H00

- MEDALHA DE PRATA NO CAMPEONATO DO MUNDO DE 2003;
- CAMPEÃO DO MUNDO EM 2005;
- REPRESENTOU PORTUGAL NOS JOGOS PARAOLÍMPICOS DE 2008 EM PEQUIM.

ID: 864 1280 2380
SENHA: 3EG87

ORGANIZADO PELO NÚCLEO DE PROFESSORES ESTAGIÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE TÁBUA.



Anexo XIV – Cartaz “Volta a Tábua em Ergómetro”



VOLTA A TÁBUA EM ERGOMETRO

ORGANIZADO PELO NÚCLEO DE PROFESSORES ESTAGIÁRIOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE TÁBUA.

ENTRE 10 E 28 DE MAIO

PARTICIPANTES: 10º, 11º E 12º ANOS DO ENSINO REGULAR

CEAD
CENTRO DE EDUCAÇÃO DE ADULTOS
RESPONSABILIDADE SOCIAL

UNIVERSIDADE DE COIMBRA

REPÚBLICA PORTUGUESA
AGRUPAMENTO ESCOLASTÁBUA
2017 - 2018

de
Desporto Escolar