

1 2 9 0



UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

ANA SOFIA DE MATOS SOARES

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NO CENTRO EDUCATIVO DOS
OLIVAIS JUNTO DA TURMA B3 – EMPREGADO DE
RESTAURANTE/BAR NO ANO LETIVO DE
2020/2021**

O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ATRAVÉS DA APLICAÇÃO DO MODELO
DE DESENVOLVIMENTO DA RESPONSABILIDADE PESSOAL E SOCIAL A
JOVENS PRIVADOS DE LIBERDADE

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DO MESTRADO EM ENSINO DA
EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO, ORIENTADO PELA
PROFESSORA DOUTORA ELSA MARIA FERRO RIBEIRO SILVA E APRESENTADO
À FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA DA
UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

Outubro de 2021

Ana Sofia de Matos Soares

2019169253



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NO CENTRO
EDUCATIVO DOS OLIVAIS JUNTO DA TURMA B3 – EMPREGADO DE
RESTAURANTE/BAR NO ANO LETIVO DE 2020/2021**

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

Orientadora: Professora Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva

COIMBRA, 2021

Soares, A. (2021). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais junto da Turma B3 – Empregado de Restaurante/Bar no ano letivo de 2020/2021. Relatório Final de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Ana Sofia de Matos Soares, aluna n.º 2019169253 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, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo n.º 28, da secção V, do Regulamento Pedagógico da Universidade de Coimbra de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento n.º 400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, 31 de outubro de 2021

(Ana Sofia de Matos Soares)

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço aos meus pais por todos os valores que me inculcaram, assim como por todas as experiências, oportunidades e esforços feitos ao longo desta caminhada que é a vida! A vocês e ao meu irmão, o meu porto de abrigo, por todo o amor e carinho dado, deixo um caloroso obrigado!

Aos meus amigos, deixo um especial agradecimento por todo o apoio, motivação e paciência demonstrados. O vosso apoio tem sido fundamental!

Ao meu Professor Supervisor, Mestre Nuno Barroso, agradeço por todos os ensinamentos e apoio em todo o processo de estágio. O seu empenho permitiu-me realizar as minhas ideias e projetos e ajudou-me a combater os constrangimentos, bem como a reconhecer as minhas capacidades, contribuindo de forma bastante positiva para a minha formação pessoal e profissional. Obrigada por ter sido o meu guia! Ficarei eternamente grata.

À Professora Mestre Diana Melo e às minhas colegas estagiárias da Escola Básica 2,3 Martim de Freitas, obrigada pelos momentos de partilha e de aprendizagem e pela aventura que foi lecionar, em coadjuvação, a grande turma 8ºF.

Aos membros do Centro Educativo dos Olivais, docentes e não docentes, obrigada por toda a amabilidade, confiança, ensinamentos, apoio e disponibilidade para ajudar e colaborar nos projetos desenvolvidos.

Aos rapazes do Centro Educativo o meu maior obrigado! Obrigada por todos os momentos de partilha e de aprendizagens e por todos os momentos bons e menos bons. Obrigada por demonstrarem respeito, colaboração e empenho por mim! Obrigada por me fazerem ver a vida de outra forma e um obrigado ainda maior por me mostrarem que vale sempre a pena. Aos rapazes da minha turma e a todos aqueles que por ela passaram, obrigada, do fundo do meu coração, por me terem ensinado tanto.

Por fim, à Doutora Elsa Ribeiro da Silva, por me ter permitido realizar um sonho e por ter partilhado tanto conhecimento, demonstrando sempre disponibilidade e compreensão, o meu sincero obrigado!

Eternamente grata, OBRIGADA!

“A educação é a arma mais poderosa que podemos usar para mudar o mundo.”

(Nelson Mandela)

RESUMO

O Estágio Pedagógico consiste na primeira situação pedagógica real como docente, tendo o mesmo sido desenvolvido junto da turma de Empregado de Restaurante e Bar, do 3º Ciclo do Ensino Básico (B3 – ERB) do Centro Educativo dos Olivais, em Coimbra. Assim, o presente documento consiste num Relatório de Estágio, integrado no plano de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Este relatório é o término do Estágio Pedagógico, sendo que pretende descrever a prática pedagógica realizada ao longo de todo o Estágio (vivências, aprendizagens, estratégias, entre outros), estando dividido em três capítulos: I – Contextualização da Prática; II – Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica, e; III – Aprofundamento do Tema-Problema. O Tema-Problema é alusivo ao tema “O Ensino da Educação Física através da aplicação do Modelo de Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social a jovens privados de liberdade”, sendo este uma experiência pedagógica centrada na análise da aplicabilidade do modelo nas aulas de Educação Física no Centro Educativo dos Olivais. Tratando-se de jovens em privação de liberdade, cujos valores, comportamentos e atitudes, tanto sociais como pessoais, se apresentam desvirtuados, a aplicação do Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social nas aulas de Educação Física revelou ser um instrumento de ensino eficiente para que os jovens adquiram e transponham os valores para o seu dia-a-dia no Centro Educativo dos Olivais.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico; Educação Física; Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social; Jovens Privados de Liberdade.

ABSTRACT

The Teacher Training is the first real pedagogical situation as a teacher, having been developed with the Restaurant and Bar Employee class, from the 3rd Cycle of Basic Education (B3 – ERB) at Centro Educativo dos Olivais, in Coimbra. Thus, this document consists of an Internship Report, integrated in the syllabus of the master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sport Sciences and Physical Education of the University of Coimbra. This report is the end of the Pedagogical Internship, and it intends to describe the pedagogical practice carried out throughout the Internship (experiences, learning, strategies, among others), being divided into three chapters: I – Contextualization of Practice; II – Reflective Analysis on Pedagogical Practice; III – Deepening the Theme-Problem. The Problem-Theme refers to the theme "The teaching of Physical Education through the application of the Personal and Social Responsibility Development Model to young people deprived of liberty", which is a pedagogical experience centered on the analysis of the applicability of the model in Physical Education classes at the Centro Educativo dos Olivais. In the case of young people in deprivation of liberty, whose values, behaviors, and attitudes, both social and personal, are distorted, the application of Personal and Social Responsibility Development Model in Physical Education classes proved to be an efficient teaching tool for young people to acquire and transpose the values for your day-to-day at the Centro Educativo dos Olivais.

Keywords: *Teacher Training; Physical Education; Personal and Social Responsibility Development Model; Youth Deprived of Liberty.*

ÍNDICE

LISTA DE ÍNDICE DE QUADROS	XI
LISTA DE ÍNDICE DE FIGURAS.....	XI
TABELA DE ABREVIATURAS	XII
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA	2
1.1. Expetativas Iniciais	2
1.2. Caraterização do Contexto	3
1.2.1. <i>A Escola</i>	3
1.2.2. <i>Recursos Espaciais e Materiais</i>	4
1.2.3. <i>O Grupo Disciplinar</i>	4
1.2.4. <i>O Grupo de Estágio</i>	4
1.2.5. <i>A Turma</i>	5
1.2.6. <i>Recursos Temporais</i>	6
CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA	8
2.1. ÁREA 1 – ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM	8
2.1.1. <i>Planeamento</i>	8
2.1.2. <i>Intervenção Pedagógica</i>	13
2.1.3. <i>Avaliação</i>	19
2.1.4. <i>Ensino à Distância</i>	24
2.1.5. <i>Intervenção Pedagógica noutro Ciclo de Ensino</i>	25
2.1.6. <i>Questões Dilemáticas</i>	26
2.2. ÁREA 2 - ATIVIDADES DE ORGANIZAÇÃO E GESTÃO ESCOLAR.....	30
2.3. ÁREA 3 – PROJETOS E PARCERIAS EDUCATIVAS	33
2.3.1. <i>Atividade “E se fosses tu?”</i>	33

2.3.2. Atividade “Natal Desportivo”	35
2.4. ÁREA 4 – ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL	38
CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA	40
1. Introdução	41
2. Método	43
3. Análise e Reflexão da Experiência Pedagógica	44
3.1. Descrição das Experiências	44
3.3. Avaliação das Experiências	55
4. Reflexões Finais	60
Referências Bibliográficas	60
CONCLUSÃO	62
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	64
ANEXOS	68

LISTA DE ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 - Avaliação Inicial das Matérias	6
Quadro 2 - Distribuição de Matérias pelos Períodos	9
Quadro 3 - Parâmetros de Desenvolvimento Pessoal.....	10
Quadro 4 - Níveis de Responsabilidade	42
Quadro 5 - Avaliação Inicial dos alunos – MDRPS.....	44
Quadro 6 - Estratégias de Ensino em toda a UC de EF.....	46
Quadro 7 - Comportamentos e Atitudes Observados	52
Quadro 8 - Avaliação Inicial e Final dos alunos – MDRPS.....	58

LISTA DE ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Questionário de Final de Aula	23
Figura 2 - Questionário Final de Aula.....	50

TABELA DE ABREVIATURAS

ACF: Aptidão e Condição Física

AF: Avaliação Formativa

AI: Avaliação Inicial

AS: Avaliação Sumativa

CE: Centro(s) Educativo(s)

CEB: Ciclo de Ensino Básico

CEO: Centro Educativo dos Olivais

DGRSP: Direção Geral de Reinserção e Serviços Prisionais

EF: Educação Física

EFA: Educação e Formação de Adultos

EP: Estágio Pedagógico

ERB: Empregado de Restaurante/Bar

FB: Feedback Pedagógico

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

MDRPS: Modelo de Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social

ME: Ministério da Educação

MEEFEB: Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

MT: Mediador de Turma

MTI: Medida Tutelar de Internamento

PNEF: Programa Nacional de Educação Física

TPRS: Técnicos Profissionais de Reinserção Social

UC: Unidade Curricular

UD: Unidade(s) Didática(s)

URF: Unidade de Regime Fechado

LISTA DE ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I – Recursos Materiais	69
Anexo II – Calendarização da UC de EF	72
Anexo III – Critérios de Avaliação da Disciplina de EF.....	72
Anexo IV – Plano Anual	74
ANEXO V – Extensão e sequência de conteúdos (Dança)	76
ANEXO VI – Plano de Aula (Aula nº41).....	76
ANEXO VII – Avaliação Inicial (UD de Badminton)	79
ANEXO VIII – Avaliação Inicial (UD de Atletismo – Salto em Altura).....	79
ANEXO IX – Avaliação Sumativa (UD de Badminton).....	79
ANEXO X – Avaliação Sumativa Final (3º Período)	80
ANEXO XI – Cartaz da atividade “E se fosses tu?”	81
ANEXO XII – QUESTIONÁRIO DA ATIVIDADE “E se fosses tu?”	82
ANEXO XIII – Cartaz da atividade “Natal Desportivo”	85
ANEXO XIV – Questionário de Avaliação do Evento “Natal Desportivo”	86
ANEXO XV – Grelha (modelo) de observação das aulas dos docentes e professores estagiários.....	85
ANEXO XVI – Certificado Promofitness.....	87
ANEXO XVII – Certificado FICEF.....	88

INTRODUÇÃO

De acordo com o Decreto de Lei nº 46/86 de 14 de outubro, respeitante à Lei de Bases do Sistema Educativo, podemos constatar que o sistema educativo procura dar resposta às necessidades dos indivíduos, no desenvolvimento pleno e integral do aluno, na formação de sujeitos livres, autónomos, responsáveis, solidários e capazes de refletir de forma crítica e criativa acerca do meio social em que estão inseridos, tendo uma evolução gradual e positiva (Decreto de Lei nº 46/86 de 14 de outubro).

O processo de formação de um docente é incessante, devendo este adquirir novas ferramentas que ajudem a construir um processo de ensino-aprendizagem inovador e dinâmico, assim, o professor deve refletir sobre a sua prática e sobre os aspetos éticos e deontológicos inerentes à profissão, devendo privilegiar o trabalho de equipa (Decreto-Lei 240/2001 de 30 de agosto).

O presente relatório surge no âmbito da Unidade Curricular (UC) do Estágio Pedagógico (EP) desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais (CEO), pertencente ao Agrupamento de Escolas EB 2,3 Martim de Freitas, com o objetivo de refletir acerca das práticas pedagógicas adotadas. Este, visa a análise e reflexão crítica fundamentada acerca de todo o trabalho desenvolvido na escola sob orientação e supervisão do Professor Cooperante, Mestre Nuno Barroso e Professora Orientadora, Doutora Elsa Ribeiro Silva, no ano letivo de 2020/2021, integrado no plano de estudos do segundo ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEFUC).

O Relatório de Estágio considera-se um elemento fundamental do EP, visto que a reflexão da prática pedagógica de um professor detém uma importância extrema, pois, o estagiário revê o seu trajeto, analisando as dificuldades sentidas (Ribeiro-Silva, Fachada & Nobre, 2019). Seguindo as linhas orientadoras descritas no guia do EP, este relatório integra um conjunto de temas e subtemas estruturados em três capítulos: (I) Contextualização da Prática; (II) Prática Pedagógica que abarca três partes fundamentais, sendo elas as Atividades de ensino-aprendizagem, as Atividades de organização e gestão escolar e os Projetos e parcerias educativas; (III) Aprofundamento do Tema-Problema, no qual é apresentado uma experiência pedagógica desenvolvida ao longo do presente ano letivo, com base no Modelo de Desenvolvimento da Responsabilidade Pessoal e Social (MDRPS).

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA

1.1. Expetativas Iniciais

De acordo com o Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto, a escola e a sua comunidade devem ser vistas como espaços de educação inclusiva e de intervenção social, no quadro de uma formação integral promotora de cidadania, devendo o profissional criar hábitos saudáveis, pois poderá ser imitado pela maioria das pessoas que o rodeia (neste caso, os alunos) (Decreto-Lei 240/2001 de 30 de agosto).

Neste sentido, o professor estagiário pretendia: (a) promover e garantir a todos os alunos as aprendizagens curriculares, fomentando o seu desenvolvimento multilateral e harmonioso, a autonomia e a sua inclusão na sociedade, que conseqüentemente promovesse a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo; (b) contribuir para a educação e construção da personalidade do aluno, ou seja, não só nos domínios psicomotores e cognitivos, mas também no domínio sócio-afetivo, valorizando valores e atitudes, tais como o *fair-play*, a responsabilidade, a entreaajuda, o respeito por si e por outros, entre outros.

Sendo o processo de formação incessante, o professor deve refletir sobre a sua prática e aspetos éticos e deontológicos, devendo ser um agente de ensino que privilegie o trabalho de equipa (Decreto-Lei 240/2001 de 30 de agosto). Pretendia-se que existisse uma constante melhoria na intervenção pedagógica e um aumento significativo de conhecimento, evoluindo e melhorando ao longo do ano letivo.

Perspetivava-se criar uma boa relação professor-aluno, um clima de aula positivo e favorável à aprendizagem e gerir o tempo de aula de forma correta, para que os alunos retirassem o máximo de aproveitamento. Pretendeu-se, ainda, respeitar as diferenças culturais e pessoais dos membros da comunidade educativa, manifestar capacidade relacional e de comunicação e lecionar de forma entusiasmante e dinâmica, de modo a inculcar aos alunos o gosto pela disciplina de EF e essencialmente, pelo Exercício Físico e Desporto.

Relativamente à dimensão “Participação na escola”, pretendeu-se constantemente uma participação dinâmica e ativa, de modo a colaborar com todos os docentes, na coadjuvação do desenvolvimento e planeamento das atividades relacionadas com a disciplina de EF, desejando-se criar projetos que envolvessem trabalho multidisciplinar.

Por fim, pretendeu-se desenvolver projetos inter-turmas, de forma a existir uma maior interação entre os diferentes alunos e unidades e a promover o respeito e companheirismo entre todos.

1.2. Caracterização do Contexto

Torna-se necessário analisar o contexto para facilitar o desenvolvimento e a compreensão das diversas atividades no domínio do trabalho docente e a compreensão das dinâmicas de funcionamento das normas, valores, missão e objetivos que regem a comunidade escolar. Assim, a caracterização do CEO tornou-se um meio fundamental e indispensável ao professor, no início do ano letivo.

1.2.1. A Escola

O CEO localiza-se na freguesia de Santo António dos Olivais (Coimbra), sendo um dos oito centros educativos a funcionar em Portugal. Este foi criado em maio de 1911 com a designação de “Tutoria Central da Infância de Coimbra e do Refúgio”, tendo mais tarde, em janeiro de 2001, com a entrada em vigor da Lei Tutelar Educativa (Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro), vindo a designar-se de Centro Educativo dos Olivais.

Este CE pertence à tutela do Ministério da Justiça, que trabalha em parceria com o Ministério da Educação, garantindo assim o apoio escolar a jovens entre os doze e os dezasseis anos, que praticaram factos qualificados como crime e, por essa razão, estão a cumprir uma medida tutelar de internamento (MTI), através do Centro Protocolar de Justiça. Um dos principais objetivos do CEO é reintegrar na sociedade os jovens que nele se encontram, reeducando-os de acordo com valores éticos e morais.

É constituído por um edifício de quatro pisos, polivalente, que contém cinco serviços/áreas: administrativa, residencial, escolar, clínica e de ocupação lúdica. Tem duas unidades de internamento: 1. Unidade de Regime Semiaberto – têm aulas e atividades formativas e socioeducativas no CE e a possibilidade de sair para passar os fins-de-semana ou férias (de acordo com a fase em que se encontram) e para saídas médicas, judiciais ou outras exceções, acompanhados; 2. Unidade de Regime Fechado – cumprem um internamento completo, não tendo direito a sair do centro, exceto saídas judiciais ou médicas, acompanhados.

A intervenção educativa desenvolve-se dentro do quadro legal, nomeadamente a Lei Tutelar Educativa (Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro) e o Regulamento

Geral e Disciplinar dos Centros Educativos (Decreto-Lei nº.323-D/2000), complementados pelos Regulamento Interno e o Projeto de Intervenção Educativa, destacando-se neste, a ação integrada de vários programas e o faseamento da intervenção.

Este CE apresenta uma oferta formativa aos jovens de quatro cursos profissionais: 1. B2 (2º CEB) - OMH - Operador de Manutenção Hoteleira; 2. B3 (3º CEB) - OJ - Operador de Jardinagem; 3. B3 (3º CEB) - OAMM - Operador de Acabamentos de Madeiras e Mobiliário; 4. B3 (3º CEB) - ERB – Empregado de Restaurante e Bar.

1.2.2. Recursos Espaciais e Materiais

No que diz respeito às infraestruturas desportivas, o CEO dispõe de dois pavilhões gimnodesportivos, um localizado na URF denominado de Pavilhão Rosa Mota (com nove metros de largura por dezoito metros de comprimento) e um no exterior do edifício principal, denominado de Pavilhão Exterior (dez metros de largura por vinte metros de comprimento). Existe ainda um campo exterior, denominado de Polidesportivo, com dezassete metros de largura por trinta e seis metros de comprimento.

Relativamente ao material, existe alguma variedade e quantidade respeitante a cada modalidade, estando, na maioria, em bom estado, existindo assim, material suficiente para a lecionação das várias matérias (Anexo I).

1.2.3. O Grupo Disciplinar

O grupo disciplinar de EF era composto por dois professores, sendo que a maioria das decisões são tomadas por ambos. Os dois professores são responsáveis por dar uma modalidade de Desporto Escolar aos jovens, sendo que no presente ano letivo foi abordado o Voleibol.

1.2.4. O Grupo de Estágio

O grupo de EP de EF do CEO, no ano letivo 2020/2021 foi constituído, apenas, por dois elementos, sendo eles um professor cooperante e uma professora estagiária, ambos com experiências desportivas diversas.

1.2.5. A Turma

O EP foi realizado junto da turma do curso Empregado de Restaurante/Bar (ERB), que diz respeito ao 3º Ciclo do Ensino Básico (B3). Esta era constituída somente por rapazes com idades compreendidas entre os quinze e dezoito anos, não mantendo os mesmos alunos ao longo do ano. Por conseguinte, e de forma a facilitar a compreensão da constituição da turma ao longo do ano letivo, os alunos foram identificados através da numeração e da ordem de entrada e saída da turma:

- Nº1 (16 anos): inicia o ano letivo na turma e manteve-se até ao final do EP;
- Nº2 (17 anos): inicia o ano letivo na turma e deixa de pertencer a 03/01/21;
- Nº3 (18 anos): inicia o ano letivo na turma e deixa de pertencer a 19/10/20;
- Nº4 (17 anos): inicia o ano letivo na turma e manteve-se até ao final do EP;
- Nº5 (15 anos): inicia o ano letivo na turma e deixa de pertencer a 01/10/20;
- Nº6 (18 anos): inicia o ano letivo na turma e deixa de pertencer a 26/04/21;
- Nº7 (17 anos): integra a turma a 19 /10/20 e manteve-se até ao final do EP;
- Nº8 (15 anos): integra a turma a 23/11/20 e deixa de pertencer a 19/04/21;
- Nº9 (17 anos): integra a turma a 04/01/21 e manteve-se até ao final do EP.

Na primeira aula da UC de EF foi entregue um questionário com o intuito de obter informações úteis para a caracterização da turma e conseqüente adaptação do processo de ensino-aprendizagem às suas particularidades. Verificou-se que a maioria dos alunos que integraram a turma já praticado pelo menos uma atividade desportiva (e.g. Futebol, *Muay Thay*, Capoeira, Basquetebol, Andebol) e que três nunca tinham praticado atividades desportivas.

Para que o planeamento fosse adequado à turma, realizou-se a Avaliação Inicial (AI) de oito matérias nas primeiras dez aulas do ano letivo (Atletismo, Badminton, Basquetebol, Futsal, Ginástica de Solo e de Aparelhos, Voleibol e Aptidão e Condição Física). A avaliação inicial de Aptidão e Condição Física (ACF) foi realizada através da aplicação da bateria de testes *FITescola*.

Realizada a AI, foi efetuada uma tabela na qual se posicionaram os alunos nas várias matérias considerando quatro níveis de aprendizagem, sendo eles: PI – Nível Pré-

Introdutório; I – Nível Introdutório; E - Nível Elementar; A – Nível Avançado (Quadro n.º 1).

Quadro 1 - Avaliação Inicial das Matérias

Avaliação Inicial das Matérias											
	Atletismo			Badminton	Basquetebol	Dança	Futsal	Ginástica		Voleibol	ACF
	R*	V*	SA*					S*	A*		
1	E	I	I	I	I	PI	E	I	I	I	E
2	I	E	I	I	I	PI	A	I	I	I	E
3	I	E	I	I	NF	PI	I	PI	PI	I	I
4	NF	I	PI	PI	I	PI	E	PI	PI	PI	I
6	A	E	E	E	E	PI	A	I	I	E	E

Legenda: PI – Nível Pré-Introdutório; I – Nível Introdutório; E - Nível Elementar; A – Nível Avançado.

(*) R- Resistência; V – Velocidade; SA – Salto em Altura; S – Solo; A – Aparelhos

Através da Tabela 1 podemos verificar que a turma se apresentava maioritariamente heterogénea a nível motor. No que diz respeito ao conhecimento de matérias, tais como os Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Badminton, entre outras, existiam alunos que não tinham conhecimento teórico-prática sobre as mesmas (alunos nº3, nº4, nº5, nº7 e nº8).

Em suma, face aos resultados, a turma foi caracterizada com sentido de responsabilidade, empenhada e com gosto pela prática de desporto. No entanto, um aluno requeria mais atenção, por manifestar alguma imaturidade, falta de responsabilidade, dificuldades de atenção e concentração e comportamentos de desvio.

Visto serem alunos a cumprirem medidas tutelares de internamento com períodos diferentes (entrada e saída dos formandos na turma durante o ano letivo), a caracterização da turma foi sendo alterada, de acordo com as características de cada aluno.

1.2.6. Recursos Temporais

O calendário escolar é referente ao ano letivo 2020/2021, publicado através do Despacho n.º 1689-A/2021 – Diário da República n.º 30/2021, 1º Suplemento, Série II de 2021-02-12, que entrou em vigor após ser decretado estado de emergência (Decreto

do Presidente da República n.º 9-A/2021, de 28 de janeiro) devido à pandemia da doença COVID-19.

Segundo o calendário de funcionamento das atividades educativas e letivas dos estabelecimentos de ensino básico, o 1.º Período Letivo teve início entre 14 e 15 de setembro de 2020 e termo a 18 de dezembro de 2020, o 2.º Período teve início a 04 de janeiro de 2021 e termo a 26 de março de 2020 e, por último, o 3.º Período teve início a 5 de abril de 2020 e termo a 23 de junho de 2020, no entanto pela especificidade da escola este período termina no dia 16 de julho.

A primeira aula referente à Unidade Curricular de EF teve início a 17 de setembro, sendo que a turma usufruiu, ao longo do ano letivo, de 108 blocos de aulas, 41 microciclos e 11 mesociclos (Anexo II): (a) 1º Período, com 4 mesociclos, 14 microciclos e 38 blocos; (b) 2º Período, com 3 mesociclos, 12 microciclos e 30 blocos; (c) 3º Período, com 4 mesociclos, 15 microciclos e 41 blocos.

As aulas eram ministradas no seguinte horário: Segundas-feiras, das 11:40 às 12h30 (50 minutos); Quintas-feiras, das 17h40 às 18h30 (50 minutos); Sextas-feiras, das 10h45 às 10h40 (55 minutos).

CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

No presente capítulo, encontra-se uma análise reflexiva sobre o trabalho realizado ao longo de todo o EP, no que diz respeito às atividades de ensino-aprendizagem (planeamento do ensino, intervenção pedagógica e avaliação), às atividades de organização e administração escolar, aos projetos e parcerias educativas e à atitude ético-profissional.

2.1. ÁREA 1 – ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM

O professor deve “*assumir as tarefas de planificação, de realização, de análise e avaliação do ensino, (...) atuação como um ciclo contínuo*” (Bento, 2003, p.25). Em concordância com o mencionado, neste subcapítulo [Área 1], irão ser abordadas as três fases de tarefas de um docente (planeamento – realização – avaliação), o processo de ensino à distância, a coadjuvação no 2º CEB e questões dilemáticas.

2.1.1. Planeamento

O planeamento considera-se um guia das ações do professor (Bento, 1998, p.20). Neste, são definidas as tarefas a desenvolver ao longo do ano, desde a caracterização do meio às matérias a abordar, entre outros. Assim, toda a UC de EF teve em consideração o Despacho Normativo n.º 6478/2017, bem como o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF), as Aprendizagens Essenciais, os Decretos-Lei, os Despachos Normativos e os Projetos Curriculares. O despacho mencionado visa uma educação de qualidade para todos tendo em consideração os desafios a esta [Educação] colocados no quadro da sociedade atual.

A este propósito, a Lei de Bases do Sistema Educativo, em consonância com a Lei fundamental estipulada no n.º 4 do artigo 2.º, pretende que o sistema educativo responda às “*necessidades resultantes da realidade social, contribuindo para o desenvolvimento pleno e harmonioso da personalidade dos indivíduos, incentivando a formação de cidadãos livres, responsáveis, autónomos e solidários e valorizando a dimensão humana do trabalho*” (Despacho Normativo n.º 6478/2017, 2019).

Com efeito, segundo o publicado no Despacho referido, urge garantir que todos os jovens que concluem a escolaridade obrigatória, adquiram um conjunto de competências específicas estabelecidas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Este Perfil constitui-se como uma matriz “*comum para todas as escolas e ofertas*

educativas no âmbito da escolaridade obrigatória, designadamente ao nível curricular, no planeamento, na realização e na avaliação interna e externa do ensino e da aprendizagem.” (Martins et al., 2017).

Posto isto, ao longo do EP foram realizados os documentos Plano Anual da Turma, Unidades Multitemáticas (e respetivas UD) e Planos de Aula, apresentados posteriormente.

2.1.1.1. Plano Anual

Segundo Bento (2003, p.57), o plano anual de turma estabelece-se como “o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino (...) 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”. Deste modo, com este documento foram definidas as matérias a abordar, as estratégias, o modelo de ensino, a avaliação e os critérios e parâmetros de avaliação para cada UD e UM.

A par do mencionado, inicialmente foram analisados os recursos temporais, materiais e espaciais. Fatores como o período escolar no CEO ser mais longo, dispor de três locais apropriados para a prática de diversas matérias, existir material suficiente para a lecionação das várias matérias que o PNEF inclui, não existir rotação de espaços e turmas a trabalhar ao mesmo tempo e não existir restrições e medidas de segurança devido ao COVID-19 (visto que os alunos coabitam), permitiu escolher as matérias descritas no Quadro n.º 2.

Quadro 2 - Distribuição de Matérias pelos Períodos

Ano Letivo 2020/2021		
1º Período	2º Período	3º Período
Em todos: Aptidão e Condição Física		
Atletismo (Resistência) Futsal Dança Badminton	Atletismo (Resistência e Velocidade) Voleibol Ginástica (Solo e Aparelhos) Badminton	Atletismo (Resistência, Velocidade e Saltos) Voleibol Ginástica (Solo e Aparelhos) Basquetebol

Após a escolha das matérias a abordar ao longo do ano letivo e tendo por base a os recursos, procurou-se definir os objetivos a atingir, os momentos e tipos de avaliação a realizar ao longo do ano letivo, o modelo de ensino a adotar e os critérios de avaliação da disciplina (Anexo III).

Com o intuito de contextualizar o modelo de ensino usado na turma B3 - ERB do CEO e devido ao facto de ser através do recurso a modelos e métodos de ensino, que os professores guiam a didática da EF, proporcionando momentos de aprendizagem

capazes de desenvolver os conhecimentos e habilidades dos alunos, irá ser realizado uma breve descrição do MDRPS (Halabe et al., 2016).

Este modelo de ensino foi desenvolvido por Donald Hellison em 1978, surgindo com o intuito de responder às carências de jovens e crianças em risco de exclusão social, baseando-se no potencial formativo e educativo do desporto, bem como nalgumas crenças pedagógicas e ideológicas (Hellison, 2011).

Tem como principais objetivos responsabilizar o aluno pelos seus comportamentos e desenvolver capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social, aplicando-se quer seja no desporto, quer seja na vida quotidiana. Para isso, baseia-se em valores relativos ao desenvolvimento pessoal, esforço, autonomia, respeito pelos direitos e preocupação por terceiros (Hellison, 2011).

Visto que a turma era constituída por jovens em privação de liberdade, cujos valores, comportamentos e atitudes se apresentam desvirtuados, a aplicação do MDRPS nas aulas de EF teve como principal objetivo permitir aos alunos desenvolver um conjunto de valores e atitudes fundamentais para a vida em sociedade, perspetivando-se assim, que os alunos tivessem um significativo desenvolvimento pessoal (Quadro n.º 3).

Quadro 3 - Parâmetros de Desenvolvimento Pessoal

I. Respeito pelos sentimentos e direitos dos outros	Autocontrolo; Direito à resolução pacífica dos conflitos; Direito a estar incluído e a ter pares cooperativos.
II. Esforço e cooperação	Auto motivação; Exploração do esforço e de novas tarefas; Entendimento com os outros.
III. Autonomia	Trabalho autónomo; Progresso nos objetivos; Coragem para resistir à pressão dos colegas.
IV. Liderança e ajudar os outros	Atenção e compaixão; Sensibilidade e compreensão; Força interior.
V. Transferir para fora do contexto de aula	Tentar aplicar estas ideias noutras áreas da vida; ser um modelo a seguir para os outros, especialmente crianças mais novas.

Ao longo do ano letivo, o plano anual da turma (Anexo IV) foi sujeito a alterações, devido ao estado de emergência decretado pelo governo devido à pandemia COVID-19, que levou ao cancelamento temporário das atividades letivas presenciais nos estabelecimentos de ensino, como também ao facto de o número de alunos ter algumas oscilações – consequência da entrada e saída de jovens-, com o intuito de potenciar a prática dos alunos e a sua aquisição de conhecimentos.

2.1.1.2. Unidades Didáticas

A segunda etapa do planeamento corresponde à elaboração das Unidades Didáticas (UD). Esta representa um planeamento a médio prazo, onde é estruturado o processo pedagógico de cada matéria a abordar, constituindo-se uma parte fundamental e orientadora na tomada de decisão do docente.

Perspetiva-se que cada UD seja concebida anteriormente ao início da lecionação de matéria, tendo em consideração a AI dos alunos e as características da turma, com uma sequência lógica, fomentando o desenvolvimento dos alunos. Assim, segundo Pais (2013), este documento procura dar as seguintes respostas: 1. Objetivos gerais e específicos; 2. Conteúdos teóricos e práticos a abordar; 3. Extensão e sequência de conteúdos da matéria; 4. Recursos Espaciais, Temporais e Materiais; 5. Estratégias e Métodos de Ensino; 6. Critérios e instrumentos de avaliação.

A par do mencionado, em concordância com os documentos mencionados anteriormente (Ponto 2.1.1. Planeamento) e com as características dos formandos, a construção das UD teve em consideração as seguintes fases: 1ª Fase: Análise (da matéria, da turma e dos diferentes recursos); 2ª Fase: Decisões (definição de conteúdos e de extensão e sequência dos mesmos); 3ª Fase: Aplicação (criação de progressões e definição de critérios e instrumentos de avaliação) (Correia, 2014).

Para a elaboração das UD foi construído um documento único que comportava todo o planeamento de grande e médio prazo, visto que as matérias eram abordadas em simultâneo e em diferentes períodos letivos. Este documento foi apelidado de “Dossier do Professor de Educação Física – Plano Anual e Unidades Didáticas”.

O documento organizou-se da seguinte estrutura: 1. Modelo de Ensino (MDRPS); 2. Análise do PNEF; 3. Caracterização da Escola (caraterização do CEO, recursos espaciais, materiais, temporais e humanos); 4. Caracterização da Turma; 5. Calendarização; 6. Unidades Didáticas (caraterização das matérias e estrutura dos conteúdos específicos) e apresentação de outros jogos desportivos; 7. Objetivos anuais da UC de EF (comuns a todas as áreas, gerais de cada área e específicos de cada matéria); 8. Planeamento do ensino à Distância; 9. Extensão de Conteúdos nos diferentes domínios (Psicomotor, Cognitivo e Sócio-Afetivo) e cada período e de cada UD (Anexo V); 10. Avaliação – Inicial, Formativa, Autoavaliação e Sumativa; 11. Balanços Finais.

2.1.1.3. Plano de Aula

A terceira e última etapa do planeamento diz respeito à elaboração dos planos de aula – nível micro. Estes estabelecem a ligação entre o planeamento e a ação do professor, sendo que a estrutura do mesmo deverá ir de acordo com os objetivos definidos para cada aula e em consonância com os objetivos específicos e gerais da UC (Bento, 2003).

Para a elaboração do plano de aula utilizou-se uma estrutura tripartida - parte inicial, fundamental e final- parecida à usada no primeiro ano do MEEFEBS. O Plano de Aula deve incluir informações no cabeçalho relativas à turma/ano, data e hora, período, local/espço, duração da número de alunos previstos, número de alunos dispensados, hora, duração da aula, número de aula, função temática, recursos materiais e objetivos de aula. Deve, de acordo com cada parte da aula – inicial, fundamental e final-, constatar a forma de com a aula é lecionada, contemplando informações relativas a cada tarefa/exercício de aula -tempo, objetivos específicos, descrição da tarefa/organização, componentes críticas e critérios de êxito, devendo ainda, incluir um espaço para a fundamentação das decisões tomadas e outro para a reflexão de aula (Anexo VI).

Posto isto, a parte inicial consistia na apresentação dos objetivos de aula, na revisão de conteúdos abordados, na montagem de material (quando necessária ajuda dos alunos), e no aquecimento geral e específico.

A parte fundamental era destinada à concretização das tarefas didáticas. Assim, procurou-se selecionar situações de aprendizagem de acordo com os conteúdos definidos e com o nível da turma, dando maior tempo de exercitação aos conteúdos em que os alunos demonstravam maiores dificuldades, garantindo assim uma maior consolidação dos conhecimentos.

A escolha das situações de aprendizagem, fez-se de acordo com os conteúdos definidos para a etapa em que os alunos se inserem (principalmente nos conteúdos novos a introduzir), e nos conteúdos onde demonstraram maiores dificuldades, perspetivando-se, em todas as aulas, um trabalho com grupos heterogéneos, de forma que todos beneficiassem da prática da matéria, facilitando a aquisição de conteúdos dos outros elementos do grupo e a promoção da interação entre eles.

A parte final da aula destinava-se à realização de um retorno à calma, ao balanço final da aula (reflexão sobre os objetivos definidos e os objetivos alcançados), ao esclarecimento de dúvidas, à extensão de conteúdos e à avaliação e autoavaliação dos alunos, seguindo o MDRPS.

Por fim, a última parte do documento destinava-se à fundamentação, onde se pretendia se a explicação das decisões tomadas na elaboração do plano aula e, de seguida, à reflexão da aula, realizado posteriormente. Neste momento reflexivo pretendia-se a análise das várias dimensões pedagógicas: planeamento da aula, instrução, gestão, clima, disciplina, decisões de ajustamentos, aspetos positivos mais salientes e oportunidades de melhoria.

O plano de aula é um instrumento flexível, pois está constantemente sujeito a modificações. Fatores como atrasos (da unidade para o pavilhão), falta de alunos, desempenho dos alunos, entre outros, implicam reajustamentos no plano aula, não se cumprindo o previsto.

2.1.2. Intervenção Pedagógica

A Intervenção Pedagógica é a fase em que o docente coloca a fase do planeamento em prática. Nesta fase o professor analisa e avalia os alunos, devendo ser capaz de instruir de forma clara e objetiva, de gerir a aula, de controlar comportamentos dos alunos e adaptar estratégias e estilos de ensino, com o intuito de criar situações de aprendizagens eficazes para a aquisição de conhecimento dos alunos (Bento, 1987, p.149).

Considerando que a participação nas aulas de EF permite, aos alunos, aumentarem o seu valor enquanto pessoas e que o docente comporta um papel importante e decisivo na aquisição, incitação e desenvolvimento de um conjunto de valores e atitudes fundamentais para a vida em sociedade, toda a Intervenção Pedagógica focou-se no desenvolvimento positivo de cada aluno, tendo em conta o princípio pedagógico da “*inclusividade*” e elevação das capacidades sociais e afetivas - principal foco- (Jacinto et al., 2011).

Posto isto, a intervenção pedagógica baseou-se em quatro dimensões: Instrução, Gestão, Clima e Disciplina.

2.1.2.1. Instrução

Sendo através da Instrução que o professor explica as tarefas e objetivos de aula, definindo os critérios de êxito e as componentes críticas, esta dimensão assume um papel fundamental no processo de ensino-aprendizagem (Colquitt et al, 2017). Esta engloba todo o tipo de comunicação entre o professor e o aluno ao longo das aulas, tais como as preleções iniciais e finais, as demonstrações, o *Feedback* Pedagógicos (FB) e o questionamento.

Na preleção inicial, procurou-se que a transmissão de informação fosse clara, curta e objetiva, de forma a que os alunos percebessem os conteúdos e tarefas a abordar na aula e que revessem os conteúdos anteriormente abordados. Para a transmissão de informação foram adotadas algumas estratégias com o intuito de facilitar a compreensão dos alunos e a diminuir o tempo de preleção, sendo elas as seguintes: 1. Posicionamento dos alunos no meio campo, de costas para a entrada do pavilhão e no campo de visão do professor; 2. Demonstração da tarefa ou do gesto técnico realizada pelo professor ou pelo aluno (com o intuito de manter os alunos no campo de visão e questionar e/ou reforçar as componentes críticas e critérios de êxito); 3. Questionamento, com o intuito de perceber a atenção dos alunos, a retenção da informação e o conhecimento dos alunos), e; 4. Momentos de silêncio (quando a turma estava agitada e/ou interrompia a preleção).

No decorrer da aula, na apresentação das tarefas, a dinâmica era idêntica à da preleção inicial (recorrendo, na maior parte das vezes, às estratégias anteriormente descritas), sendo que era descrito a organização, os objetivos e as componentes críticas definadas para as tarefas.

Considerando que o FB potencializa o desempenho do aluno, visto que o mesmo toma conhecimento das suas ações de forma a melhorar as suas futuras performances, o uso desta ferramenta torna-se fulcral no processo de ensino-aprendizagem. Este contempla várias dimensões, tais como: 1. Objetivo – avaliativo, descritivo, prescritivo, interrogativo e afetivo; 2. Direção – turma, grupo e aluno; 3. Momento – durante a ação e após a ação; 4. Forma – auditivo (verbal e não verbal), visual e quinestésico.

Ao longo de todo o ano letivo usou-se como estratégia o FB, sendo que este variava nas suas dimensões de acordo com as necessidades dos alunos e com as necessidades sentidas pelo docente naquele momento.

Devido a serem alunos com baixa autoestima, o fornecimento de FB de reforço positivo foi um ponto fulcral no processo de ensino-aprendizagem, pois ajudou a que os alunos estivessem motivados e que não desistissem nas tarefas que apresentavam maiores dificuldades.

De forma a exercitar e consolidar o Domínio Cognitivo nas diferentes matérias, criava-se situações de jogo/ exercícios em que os alunos assumiam diferentes papéis, como árbitro e treinador/professor, onde se solicitava aos mesmos que fornecessem FB aos que estavam em prática (ensino recíproco). Nestes exercícios o docente auxiliava e verificava a qualidade e quantidade de FB fornecidos pelos alunos.

Já na matéria de Ginástica, procurou-se que os alunos trabalhassem por grupos de níveis (grupos homogéneos). Nesta tarefa eram explicadas as ajudas e as componentes críticas, sendo que era solicitado que os alunos fornecessem FB aos colegas que estavam em prática. O professor procurava circular pelo espaço de aula, fornecendo FB e verificando a qualidade e quantidade de FB fornecidos pelos alunos.

Em ralação à parte final da aula, no que diz respeito à preleção final, a instrução surge com o intuito de realizar o balanço da aula e a avaliação e autoavaliação dos alunos relativamente aos seus comportamentos e performance, recorrendo, na maioria das vezes ao questionamento.

2.1.2.2. Gestão

Segundo Siedentop (1983), para que a aula tenha uma gestão eficaz, é necessário que o professor seja capaz de envolver os alunos nas atividades da aula, de deter um número reduzido de comportamentos de desvio e de usar eficazmente o tempo de aula, ou seja, o professor é tão eficiente quanto o tempo de prática conseguir proporcionar aos alunos.

O docente deve ainda, para obter uma boa gestão de aula, estabelecer regras de funcionamento da aula e procurar dividir o tempo de forma eficiente, com o intuito de criar um contexto de ensino que proporcione ao aluno o maior tempo de empenho motor e exercitação possível (Costa, 1991). Assim, torna-se importante a adoção de medidas que potencializem a qualidade de gestão do tempo, dos espaços e dos materiais, tais como a criação de rotinas e os tempos de transição curtos (Quina, 2009).

Assim sendo, procurou-se: 1. Estabelecer tarefas adequadas aos espaços de aula e à densidade motora dos alunos, no que diz respeito à intensidade, volume e

complexidade das tarefas; 2. Motivar os alunos, mantendo-os empenhados, pois o empenho para a prática é essencial para conseguir uma boa dinâmica de aula, nas transições e na realização da própria tarefa; 3. Estabelecer a ajuda dos alunos na montagem e desmontagem do material em determinadas matérias, como a Ginástica, Salto em Altura, Badminton, entre outras; 4. Atribuir o papel de “Capitão” a um aluno com determinadas características de responsabilidade pessoal e social, com o intuito de o mesmo ser capaz de mobilizar a turma para uma tarefa, de estabelecer uma dinâmica de grupo -de forma a criar espírito de equipa e um bom clima de aula- e de contribuir para a resolução dos conflitos; 5. Criar rotinas de aula: equipar quando chegam ao pavilhão e colocarem-se na organização inicial estabelecida, “capitão” a comandar o aquecimento e alongamentos, entre outras; 6. Criar grupos de trabalho de acordo com as necessidades dos alunos, sendo que na maioria das matérias procurou-se que fossem grupos heterogéneos, de forma a que beneficiassem da prática da matéria, facilitando a aquisição de conteúdos dos outros elementos do grupo e a promoção da interação entre eles, promovendo valores como a entreaajuda, respeito, cooperação, compreensão, entre outros.

A preocupação do docente em estabelecer as estratégias anteriormente mencionadas permitiu uma melhor gestão da aula, um maior foco nos objetivos pretendidos e manter os alunos em prática o maior tempo possível, diminuindo o tempo de espera.

2.1.2.3. Clima e Disciplina

O Clima e a Disciplina são dimensões que estão interligadas, sendo ambas afetadas pela gestão e qualidade da instrução (Abreu, 2016). Relativamente à dimensão Clima, esta está relacionada com a relação professor-aluno e aluno-aluno, sendo que um bom clima de aula proporciona ao aluno um processo de ensino-aprendizagem favorável ao seu desenvolvimento (Siedentop, 1998, p. 132).

A dimensão Disciplina diz respeito ao controlo da turma, sendo que o processo de ensino-aprendizagem tem mais eficácia numa turma disciplinada. Assim, a utilização de estratégias positivas, proativas e centradas no desenvolvimento e comportamentos apropriados e as regras, rotinas e clima positivo são essenciais para um controlo da disciplina (Siedentop, 1998).

Devido às características da turma e à situação pandémica existiram oscilações no clima. Alguns motivos que provocaram negativamente o clima foram: 1. A entrada de novos membros na turma -alunos mais reservados e menos colaborativos nas tarefas de aula, demonstrando pouca entreaajuda e cooperação com o novo membro, excluindo-o-; 2. A abordagem da UD de Dança; 3. O facto de a extensão de conteúdos de Badminton ser longa (consequência da entrada de novos alunos e do confinamento); 4. A diferenciação pedagógica (dificuldade em aceitar as diferenças individuais de cada um); 5. O confinamento e as aulas assíncronas; 6. Avaliações negativas na aula anterior ou conflitos na unidade.

Na dimensão disciplina procurou-se ter em atenção aos comportamentos inapropriados fora da tarefa (de pequena gravidade) e de desvio (mais graves, implicando uma intervenção do professor repreensiva ou punitiva). Os comportamentos registados mais comuns incidiram nos comportamentos fora da tarefa, tais como faltas de atenção na instrução e utilização do material sem autorização.

De forma a combater os constrangimentos mencionados anteriormente e com o intuito de criar uma boa relação professor-aluno, um clima de aula positivo e favorável à aprendizagem e uma turma disciplinada, o docente procurou: 1. Conhecer os interesses, ambições, gostos e os traços de personalidade de cada aluno; 2. Promover a inclusão dos alunos no CEO e promover a criação de laços entre eles; 3. Prevenir comportamentos de desvio; 4. Ser uma pessoa que contribuísse para a educação e construção da personalidade do aluno, demonstrando interesse no aluno e na relação professor-aluno; 5. Valorizar os comportamentos e atitudes desejáveis observados na aula e fora do contexto de aula; 6. Definir estratégias de ensino para os motivar para a UC; 7. Promover o respeito pelas diferenças (todos os Projetos e Parcerias Educativas incidiram sobre o tema “Mundo Inclusivo”); 6. Promover a autonomia e responsabilidade do aluno, como por exemplo, na resolução dos problemas de organização das atividades e de tratamento de matérias (contudo, com a orientação do professor); 7. Criar tarefas lúdicas e/ou diferentes nas aulas assíncronas; 8. Realizar conversas individuais – dificuldades sentidas, problemas pessoais, comportamentos, etc.- e de turma; 9. Alertar e prevenir comportamentos que comprometessem a integridade física dos alunos; 10. Realizar momentos de reflexão ao longo da aula, quando necessário.

Outros fatores que contribuíram para um clima de aula positivo e para a disciplina foram a implementação do MDRPS, modelo que valoriza o Domínio Sócio-afetivo do aluno, o facto de os jovens terem de ser avaliados no final de cada aula nas componentes comportamento e trabalho (favorecendo comportamentos positivos, pois os alunos dependem dessas notas para receber benefícios, principalmente ao fim de semana) e a postura do docente ter sido rígida.

2.1.2.4. Decisões de Ajustamento

Segundo Bento (1987, p.15) “*o ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção, depois na realidade*”. As decisões de ajustamento podem ser feitas quer a nível do planeamento quer a nível da intervenção pedagógica, sobre qualquer elemento do currículo, como objetivos, conteúdos, estratégias de ensino, processos, avaliação, entre outros (Abreu, 2016).

Assim, todo o processo de ensino-aprendizagem é flexível e passível de ser ajustado, podendo variar devido a inúmeros fatores, como questões temporais, necessidades sentidas pelos alunos e professor, entrada de alunos na turma, redução do número de alunos na aula, questões pandémicas, comportamentos inapropriados, atrasos na deslocação para o pavilhão.

Posto isto, torna-se necessário que o docente tenha espírito crítico e que seja capaz de ter capacidade de ajuste de acordo com os diversos constrangimentos apresentados, que podem ocorrer antes da intervenção pedagógica ou na própria aula (Abreu, 2016).

O CEO apresenta algumas características específicas que interferem no planeamento e intervenção, como a não presença de alunos por procedimento disciplinar, ida a tribunal e ao médico, baixa médica, recusa na participação em aula, ida à consulta de psicologia na hora ou a meio da aula, atrasos na deslocação para o pavilhão, sendo que o docente deve ser capaz de realizar ajustamentos e alterações ao inicialmente planificado.

Devido a estes constrangimentos, verificou-se constantemente a necessidade de ajustar o plano de aula, como encurtar o tempo de aula, retirar tarefas planeadas, reajustar exercícios (no caso dos jogos desportivos coletivos, o número de jogadores), mudar o plano de aula em relação aos objetivos planeados, etc., tendo estas decisões de reajustamento acontecer de forma rápida e eficaz, com o intuito de existir a melhor

qualidade de ensino e tempo de prática, garantindo o sucesso dos mesmos na aquisição dos vários conteúdos.

Devido à pandemia COVID-19 e ao período de confinamento, foram realizadas várias alterações, principalmente no que diz respeito ao planeamento do 2º período, que decorreu a maior parte do tempo em Ensino à Distância, em aulas assíncronas. As matérias que estavam destinadas a ser lecionadas neste período de tempo foram alteradas e o processo de ensino-aprendizagem modificado (ponto 2.1.4. Ensino à Distância).

Ao longo do ano letivo, após cada aula, era realizada uma reunião com o professor cooperante para discutir os pontos positivos e negativos da aula, sugestões, ideias didático-pedagógicas, oportunidades de melhoria e decisões de ajustamento, o que mostrou ser fundamental na aprendizagem e aquisição de conhecimentos e competências fundamentais à boa prática docente.

2.1.3. Avaliação

De acordo com o Despacho Normativo nº 1-F/2016, de 5 abril, “a avaliação tem uma vertente contínua e sistemática e fornece ao professor, ao aluno, (...) informação sobre o desenvolvimento do trabalho, de modo a permitir a revisão e melhoria do processo de ensino e de aprendizagem”. Assim, sendo a avaliação das aprendizagens uma prática permanente da profissão docente, é importante definir o modo como os alunos serão avaliados nas diferentes modalidades de avaliação, bem como os domínios, componentes críticas e conteúdos a abordar.

Uma avaliação bem planeada permitirá apreciar o progresso do aluno e a eficácia do programa escolar. Deste modo, foi definido um Sistema de Avaliação composto por quatro instrumentos de avaliação: Avaliação Inicial (AI); Avaliação Formativa (AF); Avaliação Sumativa (AS) e; Autoavaliação.

2.1.3.1. Avaliação Inicial

Segundo o Programa Nacional de Educação Física (PNEF), a AI “é um processo decisivo pois, (...) possibilita aos professores assumirem compromissos coletivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objetivos e/ou procedendo a alterações ou reajustes na composição curricular à escala anual e/ou plurianual, caso considerem necessário” (Jacinto et al., 2001).

A AI e a sua subsequente análise, permite adequar a oferta formativa dos conteúdos face às características e níveis apresentados pelos alunos. Deste modo, é importante conhecer os pontos fulcrais a trabalhar na turma, ajustando os conteúdos e objetivos a alcançar.

Assim sendo, o professor deve adotar um instrumento adequado para avaliar as capacidades dos alunos e, posteriormente, fazer uma reflexão relativa ao nível da turma e, especificamente, o nível de cada aluno perante os conteúdos abordados.

Para que o planeamento fosse adequado à turma e de forma a perspetivar uma imagem da turma, o nível de cada aluno e os conteúdos principais a ter em consideração, foram realizados vários momentos de AI às diferentes matérias.

Neste sentido, foi adotada uma grelha avaliativa na maioria das UD, que permitia inserir as componentes da avaliação e as suas ponderações, os nomes e os níveis avaliativos. Consistiam numa avaliação quantitativa de 1 a 3, aos quais correspondiam qualitativamente 1. Não realiza; 2. Executa com dificuldades; 3. Executa com qualidade, sendo o seu registo realizado através da observação direta das prestações dos alunos, em situações de exercício critério e/ou em situação de jogo reduzido (Anexo VII).

A AI do Salto em Altura foi qualitativa e descritiva, de forma a perceber as dificuldades dos alunos nas diferentes fases do salto (Anexo VIII). Por último, a AI da UD de ACF foi realizada através do programa *FITescola*, que integra uma bateria de testes avaliativas das várias componentes físicas: - capacidade aeróbia; -composição corporal; - aptidão neuromuscular.

Posto isto, foram realizados os seguintes testes: Vaivém, IMC, Abdominais, Extensões de Braços, Impulsão Horizontal, Impulsão Vertical, Agilidade4x10m, Velocidade 20m, Flexibilidade dos Ombros e Flexibilidade dos MI. A análise dos resultados foi feita por género e foi realizada uma comparação com os valores de referência do *FITescola*.

Tendo por base os resultados obtidos na AI, foi possível recolher os indicadores necessários para planificar a distribuição de matérias e conteúdos ao longo do ano letivo, definir grupos de trabalho e definir estratégias. No entanto, devido a fatores como a integração de alunos na turma ao longo do ano, foi necessário realizar ajustes

em todo o planejamento, dependendo das necessidades, desempenho e integração e/ou saída dos alunos da turma.

2.1.3.3. Avaliação Formativa

Segundo o Decreto-Lei nº55/2018, artigo 24.º, a AF deve assumir um “*caráter contínuo e sistemático, ao serviço das aprendizagens*” e deve ser adequada às aprendizagens, destinatários e circunstâncias em que ocorre (Decreto-Lei nº55/2018, 2019). É através dela que se pode obter informações sobre o desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem, regulando-o e à sua exigência (caso necessário), e fundamentando a “*definição de 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*” (Decreto-Lei nº55/2018, 2019).

A AF permite verificar a distância entre o que o aluno já sabe e o que se pretende atingir. Segundo a perspectiva de Vygotsky, o professor deve proporcionar apoios e recursos aos alunos, de forma que eles atinjam um patamar que não conseguiriam atingir sozinhos, ou seja, permitindo aos alunos atuar no limite do seu potencial (Fino, 2001).

Esta modalidade de avaliação foi aplicada ao longo de todo o ano letivo, através da observação direta do professor, visto que o seu papel incide em gerir e controlar o cumprimento das atividades e papéis, em supervisionar e observar as atividades desenvolvidas e em auxiliar os discentes caso haja dificuldades, através do questionamento e através da adoção de vários estilos de ensino, de acordo com o MDRPS.

2.1.3.4. Avaliação Sumativa

A AS caracteriza-se por ser o último momento do processo avaliativo, devido a este se realizar no término da lecionação da UD. Este dá origem a uma tomada de decisão sobre a progressão do percurso educativo do aluno (Decreto-Lei n.º 139/2012).

Esta foi realizada por meio de Observação Direta e recorrendo a dinâmicas de tarefas semelhantes às aulas de exercitação, de forma a evitar que os alunos não compreendessem. Foi usada uma grelha avaliativa, que continha os conteúdos a avaliar, as ponderações, os níveis de diferenciação e os respetivos descritores (Anexo IX), sendo que a escala de desempenho era de um a três, onde o Nível 1 – Não Executa; Nível 2 – Executa com dificuldades; Nível 3 – Executa com qualidade.

Para a classificação final foi usada uma escala de desempenho, de um a cinco, onde o Nível 1 – Muito Insuficiente; Nível 2 – Insuficiente; Nível 3 – Suficiente; Nível 4 – Bom; Nível 5 – Muito Bom. Em caso excepcional, se o aluno faltasse no dia de avaliação, o discente repetia o momento de avaliação, ou no caso de integração na turma, essa avaliação não integraria na sua avaliação.

No final da lecionação da UD, após a AS, era realizada uma reflexão com os alunos com o intuito comparar os objetivos perspetivados com os atingidos pelos e de forma a posicioná-los na matéria, dando realce às suas principais dificuldades e à sua evolução.

2.1.3.5. Autoavaliação

No final de cada aula, existia uma breve conversa com os alunos, para que analisassem a importância das tarefas/exercícios realizados, tomassem consciência dos seus comportamentos e desempenho ao longo da aula e se posicionassem face aos objetivos definidos. A par disso, eram dadas indicações do que precisavam para atingir esses objetivos e de como é que os podiam atingir -caso seja necessário-, visando a melhoria da sua *performance*.

Os alunos também preenchiam uns questionários com perguntas fechadas e de resposta simples, com o intuito dos mesmos realizarem uma autoavaliação sobre o seu comportamento e trabalho demonstrado na sessão. Após o preenchimento do questionário, o professor realizava a mesma avaliação, concordando ou discordando da avaliação, de modo a posicionar os alunos em relação ao seu comportamento e trabalho, explicando o que poderia continuar e/ou melhorar.

Este questionário obedece a uma escolha múltipla simples nominal, constituída pela escala “Baixo”, “Médio” e “Alto”, sendo que este tipo de questionamento permite comparar a perceção dos alunos com a do professor face ao desempenho da responsabilidade pessoal e da responsabilidade social.








Avaliação do Professor			Avaliação do Aluno			Parâmetros de Avaliação
						
						1. Autocontrole Controlaste bem o teu "feito" hoje?
						2. Esforço Deste o teu máximo na aula? 
						3. Autonomia Realizaste as tarefas de aula de forma independente (sem ajuda e/ou solicitação constante do professor)?
						4. Ajudar os outros Fizeste um esforço para ajudar os teus colegas a criar um bom ambiente na aula?
Justificação, se necessário, de algum ponto: _____						

Figura 1 - Questionário de Final de Aula

2.1.3.5. Avaliação Sumativa Final

De acordo com o Decreto-Lei nº55/2018 (artigo 24.º), a AS traduz-se “na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação”. Com este instrumento conseguimos avaliar “o nível de cumprimento do programa, e os ajustamentos ou indicações que daí decorrem para o currículo dos alunos no próximo ano letivo” (Jacinto et al., 2001).

Este instrumento apresenta todo o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo e posiciona os alunos nas diferentes matérias abordadas e nos diferentes domínios. Assim, este baseou-se nos três diferentes domínios, sendo que o Psicomotor detinha a ponderação de 40% na nota final, Sócio-afetivo 50 % e o domínio Cognitivo 10%.

Foram definidos três momentos de avaliação, no final de cada período, com o objetivo de conseguir verificar a evolução do aluno até aquele momento. A avaliação foi realizada através de uma grelha de registo que incluía os três domínios referidos anteriormente (Anexo X).

Para o domínio Psicomotor foi usada uma escala de desempenho, de um a três, onde o Nível 1 – Não Executa; Nível 2 – Executa com dificuldades; Nível 3 – Executa com qualidade. Nos domínios Sócio-afetivo e Cognitivos foi usada igualmente uma escala compreendida entre um e três, no entanto com as suas características a serem diferentes.

Para a classificação final da disciplina foi usada uma escala de desempenho, de um a três, onde o Nível 1 – Muito Insuficiente; Nível 2 – Insuficiente; Nível 3 – Suficiente; Nível 4 – Bom; Nível 5 – Muito Bom.

Devido ao cancelamento temporário de aulas presenciais, o Grupo Disciplinar de Educação Física decidiu manter as avaliações do 1º Período, excetuando na UD de

ACF. Relativamente ao aluno que integrou a turma no início do 2º Período foi atribuído a nota 3 (de 1 a 5) na AF.

2.1.4. Ensino à Distância

O estado de emergência decretado pelo governo (Decreto n.º 3-C/202), como consequência da pandemia COVID-19, conduziu à suspensão temporária das atividades letivas presenciais nos estabelecimentos de ensino. Devido a esta situação atípica, e de forma a contornar este constrangimento, o Grupo Disciplinar de Educação Física do CEO, em concordância com a Coordenadora do Setor Escolar e Formativo, desenvolveu um conjunto de estratégias que permitissem aos formandos desenvolverem o seu processo de ensino-aprendizagem no ensino à distância (aulas assíncronas).

Em consequência, foi modificada a extensão de conteúdos do plano anual da turma. Assim, as matérias escolhidas para abordar durante este período foram as seguintes: UD de Atletismo (exercitação de Resistência e Técnica de Corrida), UD de Aptidão e Condição Física (exercitação de Força, Coordenação, Velocidade, Resistência e Agilidade), UD de Badminton (exercitação e consolidação), Ginástica de Solo e Aparelhos (Introdução e Exercitação), UD de Futsal (Consolidação), UD de Voleibol (Introdução e Exercitação) e apresentação de outras modalidades e jogos (Boccia e Futevolei).

O planeamento de ensino foi realizado através da planificação de aulas, de forma mais sintetizada e objetiva, para que os formandos conseguissem compreender as tarefas/exercícios a desenvolver durante as aulas. No que diz respeito à estrutura dos planos de aulas, era composto por: 1. Parte Inicial da Aula –Aquecimento e mobilização articular; 2. Parte Fundamental da Aula – Exercícios/tarefas/jogos, e; 3. Parte Final da Aula - Alongamentos e Autoavaliação.

A apresentação do plano de aula aos formandos era realizada no bloco de aula anterior à de EF, com um período de dez minutos. Neste tempo, era apresentado a estrutura de aula, as matérias e respetivos exercícios e realizada uma conversa com os alunos, sobre dificuldades sentidas, eventuais dúvidas e balanço da aula anterior.

Como estratégia, todas as semanas era atribuído o papel de “Capitão” a um aluno diferente, que tinha como objetivo desenvolver o plano de aula (papel de professor), incentivar e corrigir os alunos, sendo que no momento de autoavaliação (escrito) tinha um papel de mediador.

Relativamente à avaliação sumativa do 2º Período, como foi referido anteriormente, o Grupo Disciplinar de Educação Física do CEO decidiu manter as avaliações do 1º Período, excetuando na UD de ACF, visto que o Professor Cooperante pôde estar presente na última semana de aulas do 2º Período e efetuou a avaliação da mesma.

No que diz respeito ao aluno que integrou a turma no início do 2º Período, foi atribuído a nota 3 (de 1 a 5) nas matérias e nos domínios cognitivo e sócio-afetivo, sendo avaliado unicamente na UD de ACF.

2.1.5. Intervenção Pedagógica noutra Ciclo de Ensino

Durante o Estágio Pedagógico, um dos objetivos propostos é a intervenção pedagógica num ciclo de estudos diferente ao qual o professor estagiário está inserido (3º Ciclo). Assim sendo, esta intervenção decorreu na escola EB 2,3 Martim de Freitas, com a turma do 6ºD (2º ciclo), composta por 22 alunos, tendo contado com 7 blocos de aulas de 50 minutos, nas seguintes datas: 14 de abril de 2021 - observação de aula; 19 de abril de 2021 - lecionação das aulas nº1 e nº2; 21 de abril de 2021 - lecionação da aula nº3; 26 de abril de 2021 - lecionação das aulas nº4 e nº5; 28 de abril de 2021 - lecionação da aula nº6.

Nos seis blocos de intervenção pedagógica foram abordadas as seguintes matérias: UD de Badminton (serviço curto e longo, clear e lob), UD de de Voleibol (posição base, passe, manchete e remate) e UD de Aptidão e Condição Física (resistência, velocidade, agilidade, força e coordenação).

Durante esta intervenção procurámos adequar a instrução às idades dos alunos. Devido a ser um 6º ano, foi realizada uma instrução mais breve e concisa, recorrendo bastante à demonstração, para que os alunos entendessem o que era solicitado e para que iniciassem, rapidamente, os exercícios. No que respeita à dimensão da gestão e organização, foram adotadas estratégias que a professora titular da turma praticava, devido aos alunos já terem as rotinas pré-estabelecidas, o que facilitava nas transições de tarefas, tornando o tempo de transição menor.

Após ter sido desenvolvido este trabalho junto de uma turma de outro ciclo, foi possível constatar que as tarefas/exercícios podem e devem variar consoante a população alvo, ajustando a intervenção pedagógica às diferentes características e necessidades da turma com o objetivo de assegurar as suas aprendizagens. Desta forma,

é possível afirmar que esta atividade é crucial para um professor estagiário que se encontra em formação.

Posto isto, esta intervenção pedagógica foi bastante enriquecedora na formação do professor estagiário, pois permitiu experienciar uma prática pedagógica num contexto diferente, tendo de diferenciar e adaptar a postura, aumentando a capacidade de adaptação. Possibilitou, ainda, a observação da intervenção pedagógica de um professor com bastantes anos de serviço e, concludentemente, bastante experiência e estratégias de ensino muito boas. É de salientar a prontidão da professora titular no auxílio de todas as tarefas.

2.1.6. Questões Dilemáticas

Ao iniciar a prática pedagógica em contexto real surge um conjunto de questões e dilemas como “Como será a turma?”, “Como planear?”, “Como realizar a intervenção pedagógica?” e “Como avaliar?”, devendo o professor procurar dar respostas às mesmas. Estas dúvidas estão associadas, essencialmente, à falta de experiência na prática docente, assim torna-se necessário realizar reflexões, analisar estratégias e métodos e adquirir mais conhecimentos e competências que ajudem a combater as dificuldades sentidas.

Inicialmente, os dilemas incidiam no contexto escolar no qual seria realizado o estágio pedagógico, devido às particularidades do CEO. “Será que os alunos me irão respeitar”, “Como serão os alunos?”, “Será que têm um comportamento adequado?”, “Será que vou conseguir e gostar de trabalhar com eles” e “Será seguro?” foram questões que foram surgindo antes e no início do estágio.

Contudo, as mesmas foram mitigadas após o contacto com os alunos na primeira semana. O facto de serem poucos alunos, de ser um ambiente seguro (na aula, para além do professor estagiário e do professor cooperante, contava com a presença de um TPRS e de um segurança) e de existirem três aulas por semana, ajudou a suprimir o medo e nervosismo sentido inicialmente.

Outro dilema prendia-se com o planeamento da UC de EF da turma de ERB, no que diz respeito à seleção de matérias, da distribuição das mesmas pelos períodos e à definição de objetivos e conteúdos. Devido ao facto de o planeamento ser um instrumento flexível e passível de ser adaptado, foi um aspeto crucial para que, quando existisse necessidade, fossem realizadas alterações.

Este dilema foi bastante difícil de superar, pois durante todo o ano letivo foi necessário realizar ajustamentos, devido à entrada e saída de alunos e à situação pandémica (confinamento), que obrigaram à correção sistemática dos instrumentos de planeamento (nível macro, meso e micro). No entanto, com o decorrer do ano, as dificuldades começaram a ser eliminadas e os ajustamentos começaram a ser realizados de forma mais facilitada.

Relativamente à intervenção pedagógica surgiram questões relacionadas com a instrução, o clima e a disciplina, a gestão de aula e a avaliação. Na dimensão instrução, estiveram relacionadas com as informações de retorno e ciclos de FB. O facto de não existir conhecimento suficiente em determinadas matérias, como o Badminton e o Basquetebol, prejudicava a qualidade e quantidade de transmissão de FB.

Neste sentido, existiu a necessidade de adquirir mais conhecimentos e competências para superar este constrangimento, sendo que após algum tempo, conseguimos responder a este dilema, refletindo-se na qualidade de FB fornecidos aos alunos e no seu ciclo.

Nas dimensões Clima e Disciplina, as questões incidiam no problema de instabilidade comportamental que a turma apresentava. A entrada de novos membros na turma, a abordagem de determinadas matérias, a dificuldade em aceitar as diferenças individuais de cada um, o confinamento e as avaliações negativas na aula anterior ou conflitos na unidade eram motivos para que existissem um desfavorável clima de aula e comportamentos inapropriados na aula.

Para resolver estas dificuldades, foi necessário que adotássemos uma postura mais rígida e assertiva; que conhecêssemos os interesses, ambições, gostos e os traços de personalidade de cada aluno; promovêssemos valores e atitudes desejáveis, como o respeito, igualdade, inclusão, ajuda, autonomia, responsabilidade, companheirismo, etc.; definíssemos estratégias de ensino para os motivar para a UC, criando tarefas mais lúdicas e/ou competitivas; realizássemos conversas individuais e de turma; usasse o modelo avaliativo do CEO (avaliação negativa - procedimento disciplinar).

Na dimensão gestão de aula, a maior questão era referente à gestão do tempo de aula. O facto de existir constantemente atrasos na deslocação da Unidade do Regime Fechado para o pavilhão e a não presença de alunos na aula (por diversos motivos), influenciava o plano de aula e, conseqüentemente a sua implementação.

Porém, por diversas vezes, a aula acabava após o tempo destinado, devido a fatores como: preleção final demorada, inexistência de ajuda dos alunos na desmontagem de material, mau controle do tempo de aula, etc. De forma a colmatarmos este problema procurámos arranjar estratégias e realizar ajustamentos e alterações (retirando ou modificando tarefas) de forma que não existissem atrasos na hora de terminar a aula.

Por fim, o último dilema incidiu na avaliação. A definição dos critérios de avaliação, dos descritores e a criação da grelha de avaliação foram instrumentos que provocaram bastantes questões e dificuldades.

Ao longo do ano letivo, procurou-se estratégias, reviu-se literatura, procurou-se ter mais conhecimento sobre a matéria e realizaram-se várias reflexões, com o intuito do processo avaliativo ser o mais adequado à turma. Assim, os critérios de avaliação tiveram em consideração o MDRPS, sendo que a ponderação do Domínio Sócio-Afetivo foi de 50%, visto que o modelo de ensino privilegia o desenvolvimento de valores e atitudes.

Relativamente às grelhas de avaliação e descritores, estas tiveram em consideração as especificidades da turma, os níveis de desempenho dos alunos e à entrada e saída dos alunos. Uma das questões que surgiram no decorrer do ano foi “Se o aluno entrou no final do segundo período e não teve algumas modalidades, como o vou avaliar?”.

Quando um aluno integrava a turma nas últimas aulas de uma UD, era considerada uma AI, de forma a posicionar o aluno naquela matéria. Quando um aluno integrava a turma após a leção de uma UD, essa matéria não integrava na Avaliação Sumativa Final do aluno, não contabilizando esse parâmetro na classificação final.

Em suma, as questões e dilemas que foram surgindo ao longo do estágio pedagógico foram sendo respondidas e supridos. É necessário planejar, implementar e analisar todas as áreas do estágio pedagógico, realizar ajustamentos e procurar melhorar sempre.

2.2. ÁREA 2 - ATIVIDADES DE ORGANIZAÇÃO E GESTÃO ESCOLAR

Por forma a enriquecer o currículo, ao longo do EP surge a oportunidade de acompanhar um cargo de gestão na escola em que os professores estagiários estão inseridos, aplicando desta forma os conhecimentos adquiridos ao longo da UC de Organização e Administração Escolar, inserida no 3º semestre do 2º ano do MEEFEBS.

A assessoria de um cargo de gestão permite elevar o conhecimento e prática dos professores estagiários, relativamente à complexidade do funcionamento da organização e gestão de uma escola, desenvolvendo, assim, competências de perceção e manuseio das funções/atribuições do cargo selecionado e estratégias e instrumentos criteriosos e ajustados, para acompanhar o professor assessorado (Ribeiro-Silva, Fachada & Nobre, 2019). Neste sentido, ao longo do presente ano letivo, foi realizado o acompanhamento ao cargo de assessoria junto do Mediador de Turma de ERB (papel equivalente a Diretor de Turma).

Segundo a DGRSP, que tutela o CEO, o Mediador de Turma (MT) dos cursos de EFA é um elemento da equipa técnico-pedagógica, sendo esta constituída pelos formadores responsáveis por cada uma das áreas de competências-chave que integram a formação de base e pela formação tecnológica.

Compete ao MT garantir o acompanhamento e orientação pessoal, social e pedagógica dos formandos, dinamizar a equipa técnico-pedagógica no âmbito do processo formativo e assegurar a articulação entre a equipa técnico-pedagógica e o grupo de formação, assim como entre estes e a entidade formadora. O MT é considerado o coordenador do Projeto de Turma, sendo especificamente responsável pela adoção de medidas conducentes à melhoria das condições de aprendizagem e à promoção de um ambiente educativo favorável, com o intuito de prevenir e resolver problemas comportamentais ou de aprendizagem (Portaria n.º 283/2011).

No que diz respeito às funções propriamente ditas, compete ao MT os seguintes itens: 1. Contabilizar as faltas dos alunos e respetivas justificações; 2. Contabilizar os sumários e número de horas de sessão (aulas lecionadas), confirmando com o cronograma eletrónico interno das mesmas; 3. Verificar o cumprimento de horários; 4. Organizar o dossier de turma; 5. Imprimir material necessário (folha de presenças das reuniões, atas, folhas de registo, entre outras); 6. Recolher e registar as folhas de pedido

de material para os alunos; 7. Entregar e recolher a folha de registo do material entregue aos alunos; 8. Direcionar reuniões de turma e avaliação; 8. Entre outras tarefas específicas da turma.

Este trabalho de assessoria permitiu elevar o conhecimento teórico e prático relativamente à complexidade do funcionamento da organização e gestão de uma escola, desenvolvendo, assim, competências de perceção e manuseio das funções/atribuições do cargo selecionado e estratégias e instrumentos criteriosos e ajustados, para acompanhar a professora assessorada. O desempenho das tarefas e a presença nas reuniões da Equipa Técnico-Pedagógica da turma, ajudou a uma boa integração na comunidade educativa bem como a ter outra perspetiva das tarefas a desempenhar pelo cargo.

Após este acompanhamento ao cargo de MT, conclui-se que o mediador ocupa, na organização escolar, um papel primordial, devendo este atuar no sentido de garantir o sucesso educativo escolar dos alunos. Assim, torna-se assim necessário procurar conhecer os alunos em todas as suas dimensões, implementando ações que promovam e facilitem uma integração adequada ao contexto escolar e cívico.

Desta forma e no que diz respeito às principais dificuldades sentidas no desempenho do cargo, a inexistência de tempo letivo na carga horária dos alunos para estar com o MT pode ser uma barreira para desenvolver competências de acompanhamento e orientação pessoal, social e pedagógica dos formandos, sendo este trabalho conjunto muito importante, pois permite solucionar/contornar os problemas dos alunos e melhorar o comportamento e o aproveitamento dos mesmos.

No que diz respeito ao perfil de um MT, este deve conter determinadas características, tais como ter capacidade da escuta, ser claro e perspicaz, ser flexível, dinâmico e proativo, ser determinado e responsável, ter respeito pelo outro e pelo interesse do bem comum, ser coerente e dominar as competências técnico-científicas (Cabral, 2013).

Assim sendo, de forma a combater alguns problemas, de acordo com o modelo de ensino implementado e com as características que um MT deverá ter, nas aulas de Educação Física procurou-se: 1. Criar momentos de conversa e de reflexão com os alunos, de forma a promover atitudes e valores positivos; 2. Criar situações reais (exercícios) que promovam a entajuda, o respeito pelo outro e pelo interesse do bem comum, bem como a responsabilidade pessoal e social; 3. Escutar o(s) aluno(s), na

existência de um problema pelo qual esteja(m) a passar, e tentar solucionar o mesmo, e;

4. Conhecer os alunos, com o intuito de criar uma boa relação professor-aluno e de contribuir para a educação e construção da personalidade do aluno.

O MT deve, ainda, ter a capacidade de liderar todos os docentes da turma e ser capaz de cooperar e comunicar com todos os intervenientes que estão associados a si (Cabral, 2013). Neste sentido, por vezes, a comunicação é difícil com determinados intervenientes, o que provoca quezílias, devido à incompatibilidade de personalidades, perspetivas diferentes, situações pessoais ou outras, sendo que, no caso de acontecer com colegas de trabalho, torna-se necessário conhecer todos os docentes da Equipa Técnico-Pedagógica, para que seja possível adequar e ajustar o discurso ou mesmo a forma de estar, para o clima ser o mais favorável possível.

No que diz respeito às reuniões assistidas, estas permitiram ter uma noção da complexidade do funcionamento da organização e gestão do CEO, de como funcionam os cursos EFA e aspetos a ter em conta. A preparação das reuniões é feita por todos os professores, sendo que é preenchida uma Ata, anteriormente à data da reunião, onde é referido o trabalho, comportamento e assiduidade dos alunos, planos de recuperação, atividades desenvolvidas, entre outras informações. Na reunião, é discutido o conteúdo da Ata e, se necessário, são acrescentadas outras informações.

O facto de o MT ser organizado e com sentido de responsabilidade pelo cargo que desempenha, com capacidade de criar e manter uma relação positiva com todos os intervenientes a si associados, para que todo o trabalho tenha uma boa produtividade, contribui bastante para realizar um bom trabalho colaborativo.

Infelizmente, devido à situação pandémica que se enfrenta, desde a suspensão temporária das atividades letivas presenciais, não foi possível voltar a desempenhar a assessoria ao cargo de MT, devido a constrangimentos impostos pela Direção do CEO.

Contudo, ao longo do ano letivo, o MT procurou esclarecer dúvidas relativamente ao procedimento efetuado, o que permitiu adquirir conhecimentos sobre este cargo, realizar este papel de forma proativa e autónoma no trabalho desempenhado, como por exemplo, na recolha de assinaturas, na verificação de sumários, na verificação e registo de assiduidade dos alunos, entre outras tarefas.

2.3. ÁREA 3 – PROJETOS E PARCERIAS EDUCATIVAS

Este capítulo surge com o intuito de apresentar os projetos educativos, que no âmbito do EP em EF foram organizados, planeados e desenvolvidos. Estes projetos surgem com o objetivo de desenvolver competências e capacidades organizacionais, sendo eles o “E se fosses tu?” e “Natal Desportivo”.

2.3.1. Atividade “E se fosses tu?”

Esta atividade surgiu em comemoração do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, destinando-se a todos os alunos do CEO. Contou com quatro atividades de áreas diferentes, sendo elas as seguintes: 1. Atividade Desportiva; 2. Atividade Rítmica e Comunicativa; 3. Atividade Lúdica de Sensibilização e de Cidadania, e; 4. Palestra com Pessoa Portadora de Deficiência (Pedro Oliveira Leite). Tendo em consideração os principais objetivos do CEO, esta atividade teve como principais objetivos sensibilizar os jovens para a realidade da deficiência para que transponham os Valores Paraolímpicos (Determinação; Coragem; Igualdade e Inspiração) para as suas vidas (criando um mundo mais inclusivo e equitativo) e estimular valores pessoais, morais e sociais associados a uma cidadania ativa.

Antes da realização do evento foram analisados os procedimentos a efetuar como a definição de objetivos, o levantamento dos recursos, a promoção e divulgação da atividade, a segurança e prevenção e a gestão e organização da realização da atividade. Procedeu-se ao levantamento dos recursos necessários para a realização das diferentes atividades, sendo que as cadeiras de rodas, os conjuntos de Boccia e as bolas com guizos foram, previamente, requisitadas à FCDEUC. Esta não contou com recursos financeiros.

No que diz respeito aos recursos temporais e espaciais, esta atividade foi realizada no 1º período do presente ano letivo, no dia 3 de dezembro de 2020, tendo início às 8h30 e término às 18h30. Teve lugar nas instalações do CEO, usando 3 salas de aula e o pavilhão desportivo. No que diz respeito à organização e gestão do evento, este foi previamente planificado, contruindo um programa do mesmo (cronograma), com a rotação das turmas pelas atividades e com a distribuição dos recursos humanos pelas turmas.

A informação do evento foi disponibilizada, antecipadamente aos docentes e à direção do CEO, para que estivessem todos preparados e informados das funções que

iriam ter e esclarecer dúvidas. Para divulgar e promover a atividade, foram afixados cartazes informativos em locais específicos do CEO (Anexo XI) e, no que concerne a estratégias de segurança e prevenção, como é norma no CEO, as turmas foram sempre acompanhadas por docentes, TPRS e seguranças.

O evento decorreu tal como definido no projeto, sendo que a comemoração deste dia proporcionou-lhes vivenciar as várias atividades. Na Atividade Rítmica e Comunicativa, os formandos aprenderam o abecedário de Língua Gestual Portuguesa e a letra de uma música em LGP. Na Atividade Lúdica de Sensibilização e de Cidadania observou-se e debateu-se algumas curta-metragens relativas ao tema da Deficiência e jogou-se um jogo de tabuleiro relacionado com Cidadania. Na Atividade Desportiva, os alunos puderam experienciar algumas modalidades adaptadas, tais como o basquetebol em cadeira de rodas (deficiência motora), futebol vendado (deficiência sensorial) e Boccia (deficiência intelectual). Por último, na palestra com Pessoa Portadora de Deficiência, deteve-se o prazer e oportunidade de receber o Sr. Pedro Oliveira Leite, que proporcionou aos formandos um momento de partilha e de sensibilização.

Posto isto, tendo como intuito realizar um balanço da atividade mais real possível, os formandos foram inqueridos (Anexo XII). Assim, através da análise dos questionários de avaliação do evento, pode-se constatar que todos os alunos gostaram do evento, sendo que 47% dos alunos (n=9), acharem que a importância do tema abordado tinha sido extramente útil.

No que diz respeito à organização do evento, a maioria dos alunos achou que este parâmetro estava “excelente”, contudo, constatou-se que a duração das atividades deveria ter sido ajustada. Ficaram bastante satisfeitos com a diversidade das atividades, constatando ainda, que o material estava ajustado ao evento.

Relativamente às expetativas iniciais dos formandos em relação à atividade, podemos afirmar que esta excedeu as expetativas a 12 alunos. Constatamos que a atividade que teve mais impacto nos estudantes foi a Atividade Desportiva (59%). Razões como “era a mais interativa”, “porque era mais movimentada”, “foi divertido andar de cadeiras de rodas” ou “senti-me na pele deles” foram apontadas para justificar a sua preferência. Por fim, 95% dos formandos gostariam de voltar a participar num evento idêntico.

Tendo por base o acima descrito, a atividade proporcionou a toda a comunidade do CEO momentos de diversão, como também de sensibilização de assuntos relativos à Deficiência, transcrevendo-se para um dia interessante e divertido para os formandos.

2.3.2. Atividade “Natal Desportivo”

Esta atividade foi proposta pelo Grupo Disciplinar de Educação Física e foi destinada a todos os alunos do centro, no dia 17 e 18 de dezembro de 2020. O programa de atividades deteve três momentos diferentes. O primeiro concerne à realização da prova Corta-Mato Escolar, com o intuito de promover e consolidar a matéria de Atletismo (resistência) e de desenvolver o *fair-play*, o espírito e ética desportiva em situação competitiva.

O segundo momento, consistiu num Concurso de Dança tendo o propósito de consolidar a matéria de Dança, mostrando a toda a comunidade do CEO o trabalho desenvolvido nas aulas de EF (coreografia sobre mundo inclusivo, relacionando este tema com o Projeto Tema de Vida), promovendo assim o gosto pela matéria, a capacidade de comunicação e expressão corporal em ambientes com público, a inclusão social e as responsabilidades pessoais e sociais dos alunos.

Por último, o terceiro momento, materializou-se num Torneio de Futsal, que surgiu com o intuito de premiar os alunos pela sua dedicação, esforço e contribuição nas outras atividades, sendo que só poderia participar nesta atividade quem participar no Concurso de Dança. Teve como objetivos fomentar o espírito, *fair-play* e ética desportiva nos praticantes, criar um ambiente favorável à criação de laços de amizade, cooperação e solidariedade entre os alunos, através de um ambiente de competição “saudável” e promover a prática da UD de Futsal, respeitando as regras do jogo, os colegas de equipas, os adversários e os árbitros (promoção do respeito).

As atividades foram asseguradas pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, contudo, no Concurso de Dança, solicitou-se a participação da Diretora do CE, de uma Técnica Superior de Reinserção Social e de uma Professora, para o papel de júris. Na realização desta atividade foi importante a participação de toda a comunidade do CEO.

No que diz respeito aos recursos temporais e espaciais, este evento foi realizado no 1.º período do presente ano letivo, nos seguintes dias: 17 de dezembro de 2020, das 08h30 às 10h15 e das 15h00 às 18h00, e; 18 de dezembro de 2020, das 8h30 às 12h30.

A atividade foi realizada nas instalações do CEO, tendo lugar no pavilhão desportivo, no campo desportivo exterior e no percurso definido de Corta-Mato.

Esta atividade não contou com recursos financeiros. Relativamente aos recursos materiais, procedeu-se ao levantamento dos necessários para a realização das diferentes atividades. Para divulgar e promover a atividade “Natal Desportivo”, foram afixados cartazes informativos em locais específicos do CEO (Anexo XIII) e no que concerne a estratégias de segurança e prevenção, como já é habitual no CEO, as turmas foram sempre acompanhadas por docentes, TPRS e seguranças.

Como no evento “E se fosses tu?”, este evento foi previamente planeado, construindo um programa do mesmo (cronograma), com a rotação das turmas pelas atividades e com a distribuição dos recursos humanos. A informação do evento foi disponibilizada, antecipadamente, aos docentes e à direção do CEO.

O evento contou com a participação dos alunos do CEO nas diversas atividades desportivas, promovendo assim a Atividade Física. No Corta-Mato todos os alunos participaram na fase de apuramento, tendo sido apurado os dez melhores tempos para a fase final (dia 17 de dezembro de 2020). Nesta prova foram demonstrados, pelos alunos, valores como *fair-play*, espírito e ética desportiva em situação competitiva, amizade e cooperação, proporcionado não só um ambiente de competição saudável como, também, um momento digno e enaltecido.

O Concurso de Dança contou com a participação de 18 alunos, onde estes demonstraram o trabalho efetuado nas aulas de Dança. Os formandos foram capazes de demonstrar a sua capacidade de comunicação e expressão corporal, em ambientes com público e a sua responsabilidade (com os docentes, com a turma e com os adversários).

O facto de o Torneio de Futsal servir como recompensa (estratégia de ensino “o Acordo”) para os alunos que participaram no Concurso de Dança, pode levantar algumas questões, sendo que a principal será “A participação no Concurso para participar no Torneio de Futsal”. Considerando que, por vezes, é necessário criar certos condicionamentos para conseguir atingir determinados objetivos, sendo este positivo, pois permitiu que os alunos se mostrassem mais motivados e empenhados para a prática nas aulas e para a participação no concurso. Fatores como o gosto pela UD de Futebol/Futsal e às escassas oportunidades de momentos com todas as unidades, influenciaram os alunos a esforçarem e participarem no evento final. Devido a este

condicionamento, os alunos respeitaram o compromisso para com os professores de EF e para com os colegas, assumindo as suas responsabilidades pessoais e sociais e foram capazes de expor o trabalho desenvolvido por eles (coreografia) a toda a comunidade do CEO.

O Torneio de Futsal sofreu algumas alterações, devido a lesões de alunos. Foram formadas apenas três equipas, trabalhando assim por unidades (Unidade de Acolhimento, Unidade de Progressão e URF), sendo que em todos os jogos as equipas eram diferentes, para que fossem mais equilibradas. Os alunos foram capazes de criar um ambiente de competição saudável e favorável à criação de laços de amizade, cooperação e solidariedade, e demonstraram espírito de equipa, *fair-play* e ética desportiva, respeitando as regras do jogo, os colegas de equipas, os adversários e os árbitros.

Posto isto, tendo como intuito realizar um balanço da atividade o mais real possível, os formandos realizaram um questionário (Anexo XIV). Assim, através da análise dos questionários constata-se que a maioria dos alunos posicionou a organização do evento entre os parâmetros “Bom” e “Muito Bom” e que os alunos ficaram satisfeitos com a diversidade das atividades.

Os materiais usados no evento estavam adequados, contudo a duração das atividades deveria ter sido ajustada. Todos os alunos gostaram do evento, sendo que se constatou que a atividade que teve mais impacto nos estudantes foi o Torneio de Futsal (63%). Razões como “Foi divertido”, “Podemos jogar com todos os alunos do CEO” ou “Modalidade que mais gostamos” foram apontadas para justificar a sua preferência.

Face ao exposto, considera-se que a atividade proporcionou a toda a comunidade do CEO momentos de diversão, como também de transmissão de valores e de Atividade Física. Considera-se, ainda, que o evento foi bem conseguido e que o projeto estava bem elaborado, o que permitiu que tudo corresse de acordo com o programa e de forma positiva, mesmo tendo sido necessário realizar ajustamentos no Torneio de Futsal.

2.4. ÁREA 4 – ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL

A ética profissional na Educação Física está relacionada com a conduta do professor, sendo esta demonstrada com características quotidianas básicas, através de assiduidade, cumprimento das atividades propostas, comportamento moral e sócio educativo. Esta caracteriza-se como sendo uma “*dimensão transversal à dimensão intervenção pedagógica*”, tendo uma elementar importância no “*desenvolvimento do agir profissional do futuro professor, assim como na construção da sua profissionalidade*” (Silva et al., 2020).

Ter ética não é um dever, mas sim uma conduta disciplinar que possa ser utilizada em qualquer ambiente social, sendo que ser ético é um compromisso que cada indivíduo assume com a sociedade, influenciando os seus comportamentos independentemente do meio em que se encontra inserido (profissional, familiar e/ou social). Assim, percebe-se a importância da nossa postura e responsabilidade que detemos ao assumir enquanto docentes de EF. O profissional deverá criar hábitos saudáveis, pois, na maioria das vezes, somos vistos pelos alunos como um modelo a seguir, logo, torna-se necessário adequar a postura ao meio no qual estamos inseridos, transmitindo os valores e atitudes adequadas à sociedade.

Posto isto, ao longo do EP, uma das preocupações foi a transmissão de valores éticos e morais, reforçando sempre que necessário, nos alunos, as suas atitudes e comportamentos demonstrados nas aulas, estando o MDRPS diretamente relacionado com esta preocupação.

Procurámos ser uma pessoa que contribuísse para a educação e construção da personalidade dos alunos, valorizando valores e atitudes, criando uma boa relação professor-aluno, respeitando as diferenças culturais e pessoais, e conhecer os alunos nos diferentes domínios (principalmente no domínio sócio-afetivo).

Perante o processo de ensino-aprendizagem, procurámos respeitar as diferenças de cada aluno, procurando encontrar tarefas individuais e/ou coletivas para que todos os alunos tivessem um desenvolvimento harmonioso e positivo e ajudando a superar as suas dificuldades.

Durante o EP, existiu a oportunidade de lecionar EF a um ciclo de ensino diferente, tendo incidido esta leção sobre a turma do 6ºD da Escola EB 2,3 Martim de Freitas. Surgiu ainda a oportunidade de lecionar, em coadjuvação com as professoras

estagiárias da Escola EB 2,3 Martim de Freitas, o 8ºF da mesma, devido à desistência de um colega estagiário. Nesta experiência que durou quase todo o ano letivo, existiu oportunidade de evoluir a nível profissional, visto serem outros alunos (28) e outros métodos, modelos e estratégias de ensino.

Estas intervenções pedagógicas foram bastante enriquecedoras, devido a serem práticas pedagógicas em contextos diferentes, tendo de diferenciar e adaptar a postura, aumentando a capacidade de adaptação. É de salientar a prontidão das professoras titulares no auxílio de todas as tarefas.

Para além do acima referido, no final de cada aula, juntamente com o professor cooperante, realizava-se uma análise reflexiva da mesma. Foram realizadas observações semanais, sempre que possível, a um professor estagiário da Escola EB 2,3 Martim de Freitas e a um professor do CEO mensalmente, e anual, a um colega de outro núcleo de estágio, neste caso da Escola Básica e Secundária Quinta das Flores, realizando-se relatórios de observação das mesmas através da utilização de grelhas de observação (Anexo XV).

Ao longo do ano letivo participámos em formações e conferências, sendo elas “Patologias da Coluna e Prescrição de Exercício”, desenvolvido pela *Promofitness* (Anexo XVI), Curso de Treinador de Natação – Grau I, desenvolvido pela Federação Portuguesa de Natação (a frequentar), e Fórum Internacional das Ciências da Educação Física (FICEF), desenvolvida pela FCDEUC (Anexo XVII).

Contudo, a atitude ética deve abranger toda a comunidade educativa, sendo que, durante todo o EP, é previsto que o professor estagiário se envolva de forma ativa e dinâmica com toda a comunidade. Assim, ser pontual, assíduo, responsável, respeitoso, disponível para colaborar com a comunidade do CE, docentes e não docentes, desenvolver projetos educativos foram aspetos que tiveram grande foco.

CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA

O Ensino da Educação Física através da Aplicação do Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal E Social, a Jovens Privados de Liberdade

The Teaching of Physical Education through the Application of the Personal and Social Responsibility Development Mode, to Young People Deprived of Liberty

Ana Sofia de Matos Soares

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

Nuno José Martins e Silva Barroso

Centro Educativo dos Olivais, Agrupamento de Escolas Martim de Freitas

Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva

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

Resumo: A presente experiência pedagógica pretendeu refletir e analisar a aplicação Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social nas aulas de Educação Física e a forma como foi implementado no Centro Educativo dos Olivais. Participaram cinco formandos do sexo masculino, com idades compreendidas entre os dezasseis e os dezoito anos, sendo que os dados foram obtidos através da observação direta de todos os membros, docentes e não docentes, do Centro Educativo dos Olivais. Tratando-se de jovens em privação de liberdade, cujos valores, comportamentos e atitudes, tanto sociais como pessoais, se apresentam desvirtuados, a aplicação do Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social nas aulas de Educação Física revelou ser um instrumento de ensino eficiente para que os jovens adquiriram e transponham os valores para o seu dia-a-dia.

Palavras-chaves: Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social, Centro Educativo, Ensino, Educação Física, Jovens Privados de Liberdade.

Abstract: *This pedagogical experience intended to reflect and analyze the application of the Personal and Social Responsibility Development Model in Physical Education classes and the way it was implemented in the Educational Center of Olivais. Five male trainees participated, aged between sixteen and eighteen, and the data were obtained through direct observation of all members, teachers and non-teaching staff, of the Centro Educativo dos Olivais. In the case of young people in deprivation of liberty, whose values, behaviors and attitudes, both social and personal, are distorted, the application of the Personal and Social Responsibility Development Model in Physical Education classes proved to be an efficient teaching tool for that young people have acquired and transpose the values into their daily lives.*

Keywords: *Personal and Social Responsibility Development Model, Educational Center, Teaching, Physical Education, Youth Deprived of Liberty.*

1. Introdução

A presente experiência pedagógica pretendeu refletir e analisar a aplicabilidade do Modelo de Desenvolvimento de Responsabilidade Pessoal e Social (MDRPS) nas aulas de Educação Física e a forma como foi implementado no Centro Educativo dos Olivais (CEO). Este estudo integra-se no Projeto *Train for Freedom (T₄ Freedom)*, financiado pelo Programa “*Desporto Para Todos*” do Instituto Português do Desporto e Juventude.

O modelo de ensino implementado no presente estudo foi desenvolvido pelo autor do “*Teaching Physical and Social Responsibility through Physical Activity*” - Hellison (2011). Neste, o autor propõe ensinar jovens sobre as suas responsabilidades pessoais e sociais através de atividade física.

O MDRPS surgiu em 1978, com o intuito de responder às carências de crianças e jovens em risco de exclusão social, baseando-se no potencial formativo e educativo do desporto, bem como em crenças pedagógicas e ideológicas. Este modelo tem como principal objetivo a responsabilização do aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social, aplicando-se no desporto e na vida quotidiana, tendo-se baseado em valores relativos ao desenvolvimento pessoal, esforço, autonomia, respeito pelos direitos e preocupação por terceiros (Hellison, 2011).

Aquele autor acreditava que através do ensino de Educação Física se podiam desenvolver capacidades para a vida, tendo a intenção de usar a disciplina para criar rotinas de comportamentos, disciplina e um código de conduta para que os jovens pudessem transferir estas aprendizagens para um contexto fora de aula, pelo que estruturou um programa que aproveitava as tarefas realizadas em Educação Física como forma de desenvolvimento pessoal e social, com o nome de “*Coaching Club*”. Este desejava oferecer aos jovens a oportunidade de serem mais responsáveis pelos seus atos e de terem maior controlo sobre os seus comportamentos (Hellison, 2011).

A implementação deste modelo desde a infância, com atividades relacionadas com níveis de responsabilidade, torna possível favorecer o processo de ensino-aprendizagem, dada a existência de um reforço das aprendizagens ao longo do tempo. A aplicação do modelo deve ser feita de forma progressiva, tendo em atenção as atitudes e comportamentos dos alunos, de acordo com o avançar ou não nos níveis de responsabilidade (Hellison, 2011).

Assim, o programa está estruturado em seis níveis de responsabilidade pessoal e social (Quadro n.º 4).

Quadro 4 - Níveis de Responsabilidade

O. Egocêntrico	- Falta de autocontrolo, antissocial, não respeita regras nem os outros, falta de objetivos a médio e longo prazo e desinteresse pelo futuro.
I. Respeito pelos sentimentos e direitos dos outros	-Procurar o autocontrolo e a resolução pacífica dos conflitos, perceção de comunidades e dos seus desejos e vontades, respeito pelos outros na sala de aula e compreensão que todos têm um lugar na aula e compreender que a violência não é resposta a um desentendimento ou discussão.
II. Esforço e cooperação	-Demonstrar uma interação saudável entre todos os alunos, motivação para dar o seu melhor respeitando a envolvimento, mostrar vontade em participar e aprender sem recusar as tarefas propostas. -Explorar novas atividades com uma atitude positiva, tentando dar-se bem com todos os seus colegas - sentimento de pertença à equipa.
III. Autonomia	-Estar na tarefa, estabelecer e manter metas pessoais e resistir à pressão dos colegas. -Manter o foco na tarefa, traçar objetivos e manter-se neles.
IV. Liderança e ajudar os outros	-Mostrar algum carinho, sensibilidade e preocupação para com todos os colegas de turma. -Demonstrar preocupação para com a comunidade (ninguém é dispensável).
V. Transferir para fora do contexto de aula	-Nível mais difícil de implementar - mas pode se manifestar em mudanças de atitude, como no vestuário, pontualidade, resolução de conflitos, atenção ao trabalho escolar e tarefas domésticas, e em assumir a tarefa de orientar as crianças mais novas. -Ser um modelo a seguir para os outros.

Segundo Hellison (2011), existem vários momentos que devem ser realizados em todas as aulas, como é o caso da *conversa individual* (antes, durante ou depois da aula, com o objetivo de definir ou atender aspetos relevantes para a promoção da

responsabilidade), a *conversa de consciencialização* (no início da aula, com o objetivo de delimitar os objetivos de responsabilidade), a *atividade física* (através das atividades/tarefas instruir a responsabilidade), as *reuniões de grupo* (no final da sessão ou quando seja preciso, tentando que os alunos reflitam sobre os seus comportamentos, dizendo sugestões de atividades e/ou dificuldades sentidas) e a *reflexão final* (com o objetivo de avaliar os comportamentos de RP e RS decorrentes na aula).

O professor deve permitir aos alunos liberdade na tomada de decisão - com o intuito de garantir que no futuro tenham essa experiência adquirida-, deve fornecer opções de escolha -garantindo oportunidades adequadas para tomar decisões-, deve centralizar o ensino nos alunos (importar-se com os alunos e demonstrá-lo) e incluí-los na totalidade (escolha apropriada dos conteúdos), deve permitir uma reflexão sobre as decisões e promover uma participação ativa de todos os alunos (Hellison, 2011).

Assim, e de acordo com o MDRS, as aulas de Educação Física devem ser orientadas para o desenvolvimento de um conjunto de competências essenciais, onde as modalidades desportivas abordadas serão apenas um meio e não um fim em si próprias.

É importante referir, que já subsiste bibliografia em relação a este modelo de ensino, existindo alguns autores com trabalhos relacionados com o desenvolvimento da responsabilidade pessoal e social, sendo quase inexistentes num ambiente idêntico ao deste estudo (jovens que estão a cumprir uma medida tutelar de internamento, privados da sua liberdade).

2. Método

Para realizar a análise e reflexão da experiência pedagógica, foram propostas três fases: (1) Descrição das experiências: contexto institucional, participantes e recursos temporais; (2) Características do programa (objetivos e ações); (3) Avaliação das experiências, delimitando os pontos fortes e fracos da aplicabilidade do modelo. Para proceder à interpretação das informações, foi considerada a análise da literatura relacionada com o objetivo do estudo, bem como os pontos de interesse que se pretende valorizar: a responsabilização do aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social, tendo-se baseado em valores relativos ao desenvolvimento pessoal, esforço, autonomia, respeito pelos direitos e preocupação por terceiros (Hellison, 2011).

3. Análise e Reflexão da Experiência Pedagógica

3.1. Descrição das Experiências

O CEO localiza-se na freguesia de Santo António dos Olivais, sendo que pertence à tutela do Ministério da Justiça (que trabalha em parceria com o Ministério da Educação), garantindo o apoio escolar a jovens entre os doze e os dezasseis anos, que praticaram factos qualificados como crime e, por essa razão, estão a cumprir uma medida tutelar de internamento, através do Centro Protocolar de Justiça. Um dos principais objetivos do CEO é reintegrar na sociedade os jovens que nele se encontram, reeducando-os de acordo com valores éticos e morais.

Nesta experiência pedagógica, participaram cinco jovens a cumprir medidas tutelares educativas de internamento, pertencentes à turma B3-ERB do CEO, todos do sexo masculino, compreendendo idades entre os 16 e os 18 anos, a respetiva professora estagiária de EF e os seus orientadores de estágio. Ao longo do ano foram entrando e saindo jovens da turma, pelo que foram apenas contabilizados os alunos que permaneceram mais de 4 meses na turma.

Inicialmente foi solicitado aos psicólogos do CEO uma ficha de caracterização dos alunos (que permitia posicioná-los face aos níveis de responsabilidade do MRPS). Este trabalho conjunto com os psicólogos foi constante ao longo do ano letivo 2020/2021, com intuito de verificar se os jovens demonstravam alguma modificação ao nível da responsabilidade pessoal e social.

Para que seja mais fácil compreensão, os alunos foram identificados através da numeração e da ordem de entrada e saída da turma, podendo observar-se na Quadro n.º 5 a caracterização dos docentes de Educação Física e dos Psicólogos, posicionando-os nos níveis de Responsabilidade.

Quadro 5 - Avaliação Inicial dos alunos – MDRPS

Aluno	Descrição do Professor	Nível	Descrição do Psicólogo	Nível
Nº1	Jovem tímido, pouco comunicativo (não fala com professor, apenas quando questionado). Demonstra respeito pelos outros na sala de aula e age sem violência. Demonstra ter dificuldade em aceitar um elogio e/ou correção. Desmotivado para a aula, pouco expressivo e com baixa autoestima.	0	Jovem aut centrado, com elevada capacidade de pensamento abstrato. Preguiçoso no esforço cognitivo, aut centrado, forte cognição antissocial, humor com tonalidade depressiva, tendência para ser inibido, baixa autoestima e sérias dificuldades em aceitar a relação assimétrica com adulto. Revela capacidade de adaptação ao contexto do CE em função de evitar as consequências contingentes ao comportamento.	0
Nº2	Jovem com dificuldades motoras, cognitivas e comportamentais, demonstrando muitos comportamentos de desvio e dificuldade em respeitar o outro e o material. Por vezes, com comportamentos agressivos e linguagem desajustada. Bastante desmotivado para a	0	Jovem com muitas dificuldades em perceber e cumprir normativos e, por isso, com problemas de adaptação ao contexto atual (CE), contestando e reagindo por vezes de forma verbalmente agressiva e com comportamento desadequado. Limitações cognitivas e dificuldades de atenção/concentração. Egocentrado e com dificuldades	0

	prática de educação física. Sem autonomia		em reconhecer e respeitar os direitos e limites do outro. A motivação é um fator importante na concretização da tarefa, mas necessita de suporte.	
Nº3	Jovem com interação saudável com todos os intervenientes, motivado para a prática de educação física. Com pouca cultura desportiva, contudo, mostra vontade em aprender e participar nas tarefas. Respeita os colegas e as suas dificuldades e age sem violência. Apresenta alguma autonomia nas tarefas.	2	Jovem colaborante e que adere às tarefas/atividades que lhe são propostas. Boa capacidade de adaptação e de ajustamento comportamental. Consegue compreender os direitos e sentimentos do outro e tenta respeitá-los. Consegue perceber a relação entre esforço desenvolvido e resultados obtidos, necessitando de suporte quanto à prossecução dos objetivos (pouco autónomo).	1
Nº4	Jovem com interação saudável com todos os intervenientes, mostrando capacidade de liderança (mostra alguma preocupação, respeito e sensibilidade para com todos os colegas de turma). Demonstra vontade em aprender, participar e ajudar nas tarefas. Apresenta alguma autonomia nas tarefas. Age sem violência.	2	Jovem aut centrado, com adequada inteligência no plano concreto e algum potencial abstrato que utiliza de forma na motivação interpessoal centrada na funcionalidade das relações com base nas necessidades pessoais imediatas percebidas; adequada capacidade de discriminação contextual que lhe permite adaptar-se às exigências do contexto, em especial procura evitar os reforços negativos/punições. Revela grande capacidade adaptativa, a qual fornece ao avaliador externo informação errónea no sentido de inferir um comportamento social empático. Tendência para liderar o grupo onde se encontra. Forte cognição antisocial, baixo nível de tolerância à frustração, acentuada valorização de uma autorrepresentação de força e de contornar as leis.	0
Nº5	Jovem com baixa autoestima, desconfiado e com dificuldades em aceitar chamadas de atenção e correções do professor. Por vezes, tem comportamentos de desvio, no que diz respeito às regras de segurança (pendurar na baliza, no cesto, pontapear bolas de voleibol, etc.) e à linguagem (desajustada). Coloca, constantemente, a palavra do professor em causa. Sem autonomia e pouco motivado para a prática de atividade física.	0	Não foi realizada avaliação.	-

A intervenção iniciou-se no primeiro período do ano letivo de 2020/2021 e terminou a 4 de junho de 2021. A primeira intervenção teve início na aula de Educação Física, tendo sido explicado aos alunos o que era o Modelo de Ensino, o que se pretendia com a sua implementação, bem como o peso do modelo na avaliação dos mesmos.

3.2. Características do Programa

A experiência pedagógica teve como objetivos: (1) A responsabilização do aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social, baseando-se em valores relativos ao desenvolvimento pessoal, (esforço, autonomia, respeito pelos direitos e preocupação por terceiros); 2. Refletir e analisar a aplicabilidade do MDRPS.

Assim, foi necessário realizar os seguintes acontecimentos: 1. Reuniões com docentes e não docentes para apresentação do estudo, efetuando pedido de colaboração dos intervenientes; 2. Solicitação, aos psicólogos, de uma ficha de caracterização dos alunos face aos principais problemas e comportamentos socialmente reprováveis; 3. Caracterização das principais competências a desenvolver nas aulas de Educação Física;

4. Aplicação das competências nas aulas; 5. Questionamento no final de todas as aulas sobre as competências desenvolvidas; 6. Distribuição de grelhas a professores, a técnicos profissionais/superiores de reinserção social (TPRS) e restantes intervenientes, para registo de comportamentos.

No que diz respeito às aulas de Educação Física, no decorrer das mesmas e com o intuito de trabalhar as componentes que se pretendem dos cinco níveis, foi usado o formato diário de intervenção de Hellison (2011): conversa individual, conversa de consciencialização, atividade física, reunião de grupo e tempo de reflexão.

Relativamente às matérias abordadas durante o ano letivo, foram lecionadas as seguintes: 1. Aptidão e Condição Física (ACF); 2. Atletismo [a) resistência; b) velocidade; c) salto em altura]; 3. Badminton; 4. Basquetebol; 5. Dança; 6. Futsal; 7. Ginástica: [a) solo; b) aparelhos – minitrampolim, e; 8. Voleibol. No Quadro n.º 6 pode-se observar as estratégias de ensino que foram aplicadas ao longo de toda a Unidade Curricular de Educação Física.

Quadro 6 - Estratégias de Ensino em toda a UC de EF

ESTRATÉGIAS DE ENSINO EM TODA A UC DE EF		
Unidades Didáticas	Estratégia	Descrição
Em todas as UD's	<u>Preleção Inicial de aula</u>	Revisão dos conteúdos abordados em aulas anteriores, apresentação dos objetivos da aula e discussão de ideias e/ou informações.
	<u>Preleção Final de Aula</u>	Realização de um balanço geral da aula (objetivos planeados – objetivos atingidos), promovendo um momento refletivo sobre o trabalho e comportamento mostrado e de os alunos sugerirem exercícios/atividades e/ou mencionarem dificuldades sentidas.
	<u>Verbal - Incentivo</u>	Usado através de Feedbacks Positivos e de Reforço, direcionados ao grupo ou individualmente. Este estímulo promovia o aumento da autoestima do aluno.
	<u>Verbal - Desafio</u>	Utilizado em vários momentos das aulas, no qual a docente lançava uma tarefa ou um objetivo, dizendo aos alunos que duvidava que eles o conseguiriam fazer. Com esta atitude os alunos sentiam-se desafiados, o que provocava uma maior atenção e empenho.
	<u>Autoavaliação</u>	Através do preenchimento de questionários com, com o intuito dos formandos realizarem uma autoavaliação sobre o seu comportamento e trabalho demonstrado na sessão. Após o preenchimento, o professor realizava a mesma avaliação, concordando ou discordando da avaliação, de modo a posicionar os alunos em relação ao seu comportamento e trabalho, explicando o que pode continuar e/ou melhorar.
	<u>Opções de escolha e tomada de decisão</u>	O Professor permitiu aos alunos liberdade na tomada de decisão - com o intuito de garantir que no futuro tenham essa experiência adquirida-, e opções de escolha -garantindo oportunidades adequadas para tomar decisões, permitindo uma reflexão sobre as suas decisões e uma participação ativa de todos os alunos.
	<u>Centralização do ensino no Aluno</u>	O professor procurou mostrar aos alunos que eles têm importância na aula e como pessoas, valorizando-os e motivando-os para ter comportamentos, atitudes e valores desejáveis e mostrando-lhes carinho e preocupação para com eles e para com o seu futuro.

	<u>Estilos de Ensino</u>	<p>Ensino recíproco - trabalho em pares ou grupo. Um aluno fornecia FB de acordo com critérios preparados pelo professor, assumindo o papel de “professor” ou “treinador”. O professor controlava e fornecia FB aos observadores. Assim, permitia ao aluno uma participação mais ativa (socialmente e cognitivamente), não exigindo a presença permanente do professor.</p> <p>Ensino por tarefa - permitia dar tempo ao aluno para trabalhar individualmente na tarefa, com o grupo distribuído em diferentes tarefas. Ao professor, proporcionava o fornecimento de feedback individualizado. Cada aluno realizava a tarefa decidindo a ordem, os tempos e o ritmo. Assim, permitia ao aluno ter mais autonomia.</p> <p>Ensino Inclusivo – pretendeu-se promover o sucesso individual do aluno, dando-lhe a possibilidade experimentar o seu êxito, de acordo com o seu nível de proficiência. A aula era organizada por níveis de dificuldade e o aluno selecionava um nível ou tarefa que era capaz de desempenhar. Além das decisões definidas no ensino por tarefa, o aluno examinava e selecionava o nível apropriado para si, realizando a tarefa e comparando o seu desempenho com os critérios preparados pelo professor. Assim, permitia ao aluno ter mais autonomia e ser responsável pelas suas escolhas (responsabilidade).</p> <p>Ensino por Descoberta Convergente – teve como propósito promover, ao aluno, a descoberta de uma solução para um problema ou chegar a uma conclusão. O professor apresentava o problema, o aluno examinava o problema ou situação, desenvolvendo um procedimento para o solucionar ou chegar a uma conclusão. O docente acompanhava o processo de pensamento do aluno e fornecia feedback.</p> <p>Ensino por Autoavaliação – Ao desempenhar a tarefa, o aluno verificava o seu desempenho de acordo com critérios estabelecidos pelo professor, que lhe fornecia feedback no final.</p>
UD de ACF	<u>Avaliações</u>	<p>No início do ano letivo, foi realizada a avaliação à aptidão e condição física dos alunos, através do programa FITescola, que integra uma bateria de testes avaliativas das várias componentes físicas: - capacidade aeróbia; -composição corporal; - aptidão neuromuscular.</p> <p>A análise dos resultados foi feita por género, foi realizada uma comparação com os valores de referência do FITescola e foi fornecido um relatório a cada aluno posicionando-o quanto às suas capacidades condicionais. Esta avaliação foi repetida três vezes (no total foi realizada quatro vezes), onde eram realizadas comparações de resultados nos diferentes momentos. Posteriormente a cada avaliação, existia uma conversa individual ou de turma, com o intuito de os alunos refletirem sobre os resultados e de serem esclarecidas eventuais dúvidas. Neste momento, o docente tentava motivar os alunos e dar conselhos e exercícios que ajudassem a melhorar a sua <i>performance</i>.</p>
	<u>Escolha de exercícios</u>	<p>Circuito: era solicitado que os alunos fizessem determinadas repetições ou durante um determinado tempo numa estação. Após a sua conclusão mudavam de estação até passarem por todas.</p> <p>Tarefa: era solicitado aos alunos que realizassem determinado exercício.</p> <p>Escolha do plano de treino: após a abordagem de diferentes exercícios para as diferentes capacidades condicionais e coordenativas, foi solicitado aos alunos que realizassem o seu próprio plano de treino, seguindo os seguintes parâmetros: Trabalhar os diferentes grupos musculares, ter no mínimo 10 repetições para cada série, ser composto, pelo menos por duas séries para cada exercício.</p>

	<u>Progressões</u>	Quando o(s) aluno(s) efetuavam os exercícios de forma correta e/ou sem esforço (adaptados ao mesmo), era sugerida uma progressão do mesmo (por exemplo: agachamento isométrico - <i>Wall Sit</i> - para agachamento livre).
UD de Atletismo	<u>Escolha de Exercícios</u>	<p>1. Resistência - Corrida de corta-mato em percurso já estabelecido (com 3500 metros) ou treino específico de resistência (<i>fartlek</i>). Neste tipo de tarefas, os alunos costumavam mostrar espírito de equipa, cooperação e respeito pelos outros, motivando-se uns aos outros.</p> <p>2. Velocidade: a) Técnica de corrida: exercício usado, essencialmente, no aquecimento da aula. O professor fornecia bastante FB. b) Corridas de Velocidade: com partida alta ou de blocos, com ou sem oposição. c) Uso de exercícios com oposição frequente, de forma que os alunos estivessem mais motivados e empenhados na execução correta da corrida.</p> <p>3. Salto em Altura: lecionação da matéria com recurso a circuito (técnica de tesoura ou fosbury flop + transposição de barreiras com técnica de tesoura + escada de coordenação), devido ao pouco tempo existente de lecionação da disciplina. Nas aulas, o professor modificava constantemente a altura da fasquia, com o intuito de existir progressão, de desafiar os alunos e de os motivar para a prática.</p>
UD de Badminton	<u>Escolha de Exercícios</u>	<p>Situação de Jogo 1 para 1 - dependendo do objetivo de aula (introdução, exercitação ou consolidação) ou do objetivo de tarefa (cooperação ou competição).</p> <p>Circuito – normalmente usado para trabalhar individualmente os gestos técnicos, nas diferentes estações.</p> <p>Exercício-Critério – usado na introdução e exercitação de um gesto técnico, visando que o aluno corrigisse e/ou melhorasse a sua execução.</p>
	<u>Torneio de Badminton</u>	Torneio de Badminton da turma, com o intuito de consolidar a matéria e criar uma situação real idêntica a um torneio de badminton e a criar um momento de competição.
	<u>Vários Papéis</u>	Durante toda a UD de Badminton os alunos passaram por diversos papéis nas tarefas de aula: -Como atletas/alunos tinham que executar os gestos técnicos; -Como árbitros de arbitrar o jogo, conhecendo as principais regras de jogo; -Como professores/treinadores, tinham de conhecer as principais componentes críticas dos gestos abordados e analisar e corrigir o(s) colega(s) em prática.
UD de Dança	<u>Escolha de Músicas</u>	<p>- As músicas que acompanharam os exercícios de aula tiveram em consideração os gostos musicais dos alunos, tendo sido escolhidos temas de estilos de música como <i>Hip Hop</i>, <i>Pop</i>, Música Eletrónica, entre outros;</p> <p>- No que diz respeito à coreografia, foi solicitado a cada turma que sugerissem músicas ou estilos de música para acompanhar a dança, sendo que a escolha final do tema a usar pertenceu aos docentes da unidade curricular, com o intento de esta ser apropriada (sem asneiras e com um ritmo e duração desejável).</p>
	<u>Informação Inicial Antecipada</u>	No início do ano letivo, foi realizada uma pequena preleção com os alunos, sobre a prática de dança e respetivo concurso, o que despertou algum interesse e questionamento sobre a matéria, no decorrer das semanas seguintes.
	<u>Escolha de exercícios</u>	<p>Os exercícios foram idealizados de forma a promover uma imagem positiva da dança, que se encaixam em três tipos de exercício:</p> <ol style="list-style-type: none"> Exercícios de exploração do movimento: através dos conteúdos de dança, sendo que a professora solicitava um conteúdo/tema e o aluno explorava-o. Este exercício era usado como aquecimento específico, sendo que a matéria foi introduzida de forma impercetível, o que promoveu uma boa adesão dos alunos à mesma. Exercícios de improvisação - visa proporcionar ao aluno uma maior consciência do corpo e do

		<p>movimento produzido por ele. Usado para introduzir conteúdos. Para melhor compreensão do movimento e adesão aos exercícios, solicitava-se, aos alunos, ações ou movimentos/seqüências, a partir de gestos do dia a dia (comer, jogar, entre outros), de gestos técnicos de modalidades desportivas, entre outros.</p> <p>3. Exercícios de composição - criação de uma seqüência de movimentos sistematizada, individual ou a pares/trios. Usado para introduzir matéria, mas dando tomada de decisão ao aluno.</p>
	<u>Alunos como Coreógrafos</u>	<p>O tema principal da coreografia foi definido pelos docentes, sendo ele “Mundo Inclusivo”. Contudo, o tema secundário e a história da coreografia foram determinadas pelos alunos, envolvendo-os mais nas aulas e dando-lhes um papel mais ativo e central na aula.</p> <p>Aceitação das diferenças culturais. O Aluno 1 está sentado a ouvir uma música no seu Mp3. Entretanto chega o Aluno 2, que solicita para ouvir a música, contudo, após desgostar da mesma, muda-a e coloca uma música da sua cultura. Chega um grupo de 4 rapazes (Alunos 3), e tal como o Aluno 2, trocam e metem um som ao seu gosto. Após os mesmos dançarem, o Aluno 2 apercebe-se que todos têm uma coisa em comum e chama-os a todos para dançarem e partilharem os seus passos, aceitando as diferenças de todos.</p> <p>As construções das coreografias foram realizadas pelos alunos, contendo estes a tomada de decisão e liberdade de escolha e um papel central na aula.</p> <p>Os docentes apenas intervêm se achassem oportuno, dando sugestões, para corrigir alguma situação (para ir ao encontro dos critérios de avaliação da coreografia) ou para manter o controlo de aula, após serem observados comportamentos de desvio.</p>
	<u>“O Acordo”</u>	<p>Numa conversa individual com um aluno, este insinuou que ele participaria no Concurso caso a Professora criasse um torneio de futsal inter-turmas.</p> <p>Assim, a docente repostou dizendo que faria isso, mas sobre a condição de só poder jogar quem efetivamente dançasse. Ambas as partes concordaram, levando esta proposta aos outros docentes de Educação Física.</p> <p>Aprovado o acordo, este foi discutido com todos os alunos do CEO, sendo que todos concordaram com o sugerido.</p> <p>Esta foi considerada a melhor estratégia usada, pois os alunos mostraram-se mais motivados e empenhados para a prática (construção da coreografia) e para a participação no concurso.</p>
	<u>Autoavaliação das Coreografias</u>	<p>Foi solicitado, no preenchimento do 3º questionário, que os alunos fizessem uma autoavaliação da sua coreografia. Esta permitiu ver qual a perceção dos alunos em relação ao seu trabalho.</p>
UD de Ginástica	<u>Escolha de Exercícios</u>	<p>Circuito – normalmente usado para trabalhar individualmente os gestos técnicos, nas diferentes estações.</p> <p>Exercício-Critério – usado na introdução e exercitação de um elemento gímico, visando que o aluno corrigisse e/ou melhorasse a sua execução.</p> <p>Por níveis de dificuldade - aluno seleccionava um nível ou tarefa que era capaz de desempenhar, realizando a tarefa e comparando o seu desempenho com os critérios preparados pelo professor.</p> <p>Em pares ou grupo - Um aluno fornecia FB de acordo com critérios preparados pelo professor, assumindo o papel de “professor” ou “treinador”.</p>
Jogos Desportivos Coletivos (UD de Basquetebol, Futsal e Voleibol)	<u>Escolha de Exercícios</u>	<p>Situação de Jogo com igualdade numérica (1 para 1, 2 para 2, 3 para 3 e 4 para 4) – dependendo do objetivo de aula (introdução, exercitação ou consolidação) ou do objetivo de tarefa (cooperação ou competição).</p> <p>Situações de Jogo com superioridade numérica.</p> <p>Circuito – normalmente usado para trabalhar individualmente</p>

		os gestos técnicos, nas diferentes estações. Exercício-Critério – usado na introdução e exercitação de um gesto técnico, visando que o aluno corrigisse e/ou melhorasse a sua execução.
	<u>Professor como colega de equipa</u>	Em determinados momentos de aula, o(s) professor(s) jogavam com os alunos, com o intuito de criar uma situação mais real de jogo, de criar uma boa relação professor-aluno e de criar um clima de aula positivo e mais motivador.
UD de Futsal	<u>Momento de Lazer</u>	Devido ao facto de os alunos gostarem desta UD, quando os mesmos se empenhavam e tinham um bom comportamento da aula, era realizada uma situação de jogo de futsal.

Como foi referido na Tabela 7, em todas as aulas os alunos realizaram uma autoavaliação sobre o seu comportamento e trabalho demonstrado na sessão. Após o preenchimento do questionário, o professor realizava a mesma avaliação, concordando ou discordando da avaliação, de modo a posicionar os alunos em relação ao seu comportamento e trabalho, explicando o que devia continuar e/ou melhorar.

Para isso, foi usado o preenchimento de questionários com perguntas fechadas e de resposta simples, sendo que obedece a uma escolha múltipla simples nominal, constituída pela escala “Baixo”, “Médio” e “Alto” (Figura n.º 2). Este permite comparar a perceção dos alunos com a do professor face ao desempenho da responsabilidade pessoal e da responsabilidade social.

Avaliação do Professor			Avaliação do Aluno			Parâmetros de Avaliação
						1. Autocontrolo Controlaste bem o teu “feito” hoje?
						2. Esforço Deste o teu máximo na aula?
						3. Autonomia Realizaste as tarefas de aula de forma independente (sem ajuda e/ou solicitação constante do professor)?
						4. Ajudar os outros Fizeste um esforço para ajudar os teus colegas a criar um bom ambiente na aula?
Justificação, se necessário, de algum ponto: _____						

Figura 2 - Questionário Final de Aula

Com o intuito de analisar os comportamentos dos alunos ao longo do ano letivo, foi entregue uma folha de registo aos intervenientes, docentes e não docentes, servindo para os mesmos registarem comportamentos dos alunos que achassem pertinentes para o estudo (independentemente do contexto) de acordo com os níveis de responsabilidade

de Hellison (Quadro n.º 7). Esta estratégia serviu para verificar se os alunos transpunham os comportamentos, valores e atitudes desejáveis em prática.

Quadro 7 - Comportamentos e Atitudes Observados

Data	Local	Aluno	Observador	Comportamento/Atitude
23/11/2020	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa.
15/04/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
16/04/2021	Unidade	Nº1	TPRS	Demonstra uma interação mais saudável com todos os colegas e demonstra motivação para dar o seu melhor.
16/04/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Decidiu que continuaria com o papel de “Capitão” aceitando as tarefas inerentes. Mostrou iniciativa para dar os Alongamentos.
22/04/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
23/04/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com o professor.
29/04/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Conseguiu executar a tarefa sem pedir ajuda, resolvendo uma dificuldade sozinho;
03/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
06/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
10/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Respeitou a decisão do professor. Reconheceu erro.
13/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
15/05/2021	Unidade	Nº1	TPRS	Demonstra mais autonomia.
20/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
24/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa.
24/05/2021	Aula de Cidadania	Nº1	Professor de Cidadania	“O aluno nº 3 ausentou-se da aula para ir ao psicólogo. No final da aula, o aluno nº1 levantou-se e arrumou os materiais do nº3 sem ter sido pedido. Achei uma atitude correta e solidária da parte do aluno.”
27/05/2021	Aula de EF	Nº1	Professor de EF	Reconheceu o erro.
01/06/2021	Aula de AA	Nº1	Professor de AA	“Muito sorridente e esteve constantemente a incentivar os colegas!”
02/06/2021	Unidade	Nº1	TPRS	Está na tarefa e estabelece e mantém metas pessoais.
14/04/2021	Aula de AA	Nº2	Professor de AA	“Manifestou atenção, persistência e interesse”
15/04/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
15/04/2021	Unidade	Nº2	TPRS	Mostrou vontade em participar nas atividades e tenta dar-se bem com todos os colegas.
04/05/2020	Unidade	Nº2	TPRS	“não tem autocontrolo e cria conflitos com facilidade”
07/05/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Respeitou a opinião dos colegas.
10/05/2021	Unidade	Nº2	TPRS	“Tentou procurar outra solução para a resolução de problemas, já compreendo que os seus desejos nem sempre vêm em 1º lugar”
10/05/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Respeitou a decisão do professor.
13/05/2021	Aula de Inglês	Nº2	Professora de Inglês	“O aluno mostra-se muito mais focado e envolvido nas tarefas que lhe são propostas”
17/05/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
20/05/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Reconheceu o erro.
21/05/2021	Aula de AA	Nº2	Professor de AA	“Manifestou atenção, persistência e interesse”
24/05/2021	Aula de EF	Nº2	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa.
01/06/2021	Aula de AA	Nº2	Professor de AA	“Muito distraído e desinteressado”
12/11/2020	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Bastante colaborativo e autónomo nas tarefas de aula.

12/11/2020	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um muito bom comportamento durante a aula. Realizou observações úteis no decorrer da aula.
20/11/2020	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Motivou um colega na realização de uma tarefa.
23/11/2020	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa. Cooperou ativamente com os colegas.
12/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
12/04/2021	Aula de Inglês	Nº3	Professora de Inglês	“Mostra-se focado na tarefa, realizando-a com empenho”
15/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa. Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com os colegas.
16/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa. Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
19/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com o professor.
22/04/2021	Unidade	Nº3	TPRS	“Mostra sensibilidade e preocupação para com todos os seus colegas”
22/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Reconheceu o erro.
23/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com o professor.
24/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa. Ajudou o professor com o material por autoiniciativa.
25/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Demonstrou valores e atitudes de excelência, porém não foi autônomo na tarefa de Ginástica.
26/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Reconheceu o erro.
29/04/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Conseguiu executar a tarefa sem pedir ajuda, resolvendo uma dificuldade sozinho;
03/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um muito bom comportamento na aula.
06/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com os colegas.
07/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com o professor. Manteve um muito bom comportamento na aula. Ajudou um colega na realização de uma tarefa.
10/05/2021	Unidade	Nº3	TPRS	“tem metas pessoais e resiste à pressão dos colegas”
10/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Respeitou a decisão do professor. Reconheceu erro. Cooperou ativamente com os colegas.
13/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
14/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
20/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Reconheceu o erro.
21/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Ajudou o professor com o material por autoiniciativa.
24/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa; cooperou ativamente com os colegas; Conseguiu executar a tarefa sem pedir ajuda, resolvendo uma dificuldade sozinho; Ajudou um colega na realização de uma tarefa.
27/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa. Reconheceu o erro. Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa.
29/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa.
31/05/2021	Aula de EF	Nº3	Professor de EF	Manteve-se concentrado e bastante empenhado na tarefa.
12/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Bastante colaborativo e autônomo nas tarefas de aula.
12/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um muito bom comportamento durante a aula. Realizou observações úteis no decorrer da aula. Motivou um colega na realização de uma tarefa.

19/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um muito bom comportamento durante a aula. Realizou observações úteis no decorrer da aula. Motivou um colega na realização de uma tarefa.
20/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Motivou um colega na realização de uma tarefa.
23/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa. Cooperou ativamente com os colegas.
26/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Manteve um muito bom comportamento durante a aula. Realizou observações úteis no decorrer da aula. Motivou um colega na realização de uma tarefa.
29/11/2020	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Realizou observações úteis no decorrer da aula.
12/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Motivou um colega na realização de uma tarefa. Apoiou um colega numa dificuldade emocional.
15/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
16/04/2021	Unidade	Nº4	TPRS	“Apresenta maturidade pessoal para continuar na tarefa em vez de se distrair”
16/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa. Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
19/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Mudança de comportamento injustificável, não se esforçando na aula.
22/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
23/04/2021	Aula de EF	Nº4	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com o professor.
24/04/2021	Unidade	Nº4	TPRS	“Demonstra preocupação para com os colegas e demonstra companheirismo”
12/04/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Conseguiu resolver uma dificuldade sozinho.
15/04/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Manteve um bom comportamento durante a tarefa.
16/04/2021	Unidade	Nº5	TPRS	“Demonstra respeito e sentimento pelos outros”
17/04/2021	Unidade	Nº5	TPRS	“Já tem percepção que os seus desejos não vêm em 1º lugar”
22/04/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Respeitou a opinião dos colegas.
23/04/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Cooperou ativamente com os colegas.
29/04/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa. Conseguiu executar a tarefa sem pedir ajuda, resolvendo uma dificuldade sozinho;
03/05/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa.
06/05/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Cooperou ativamente com os colegas.
13/05/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Manteve-se concentrado e empenhou-se bastante na tarefa.
25/05/21	Unidade	Nº5	TPRS	“Gosta de desafiar os TPRS, seguranças e professores”
27/05/2021	Aula de EF	Nº5	Professor de EF	Ajudou um colega na realização de uma tarefa.

3.3. Avaliação das Experiências

Como foi referido anteriormente, a experiência pedagógica teve como objetivos a reflexão e a análise da aplicabilidade do MDRPS e a responsabilização do aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo capacidades pessoais, sociais e responsabilidade social. Posto isto, no que diz respeito à reflexão e análise da aplicabilidade do modelo, foram identificados alguns pontos fracos nesta experiência pedagógica.

Primeiramente, a falta de adesão dos intervenientes do CEO condicionou o número de observações de comportamentos de alunos fora do contexto da aula de educação física. Devido à quase inexistência de anotações, tornou-se difícil perceber se os alunos foram capazes de transpor determinados comportamentos, valores e atitudes observáveis na aula de educação física, como a ajuda, o respeito, a autonomia e a responsabilidade, em outro contexto, como em aulas de outras unidades curriculares, na Unidade do Regime Fechado ou em outras atividades.

Considerou-se, também, um ponto negativo os elementos da turma serem diferentes ao longo do ano letivo, pois a entrada de um novo elemento influenciava o clima de aula negativamente, sendo que eram observados determinados comportamentos e atitudes que já não eram esperáveis (exclusão, pouca motivação e empenho, entre outros), causando desconfiança e rivalidades entre os elementos na turma.

Um ponto fraco, é o facto de o CEO ter um modelo avaliativo para os diferentes contextos, sendo os alunos avaliados no final de cada tarefa e aula, de forma positiva ou negativa. Quando os alunos recebem uma nota positiva e a soma das mesmas durante a semana é positiva são beneficiados, isto é, têm direito a alguma regalia (como uma chamada a mais, mais tempo de lazer (jogo ou televisão, um doce, etc.), porém quando os alunos recebem uma avaliação negativa, isto é, um procedimento disciplinar, são punidos dependendo da gravidade da situação. Esta particularidade poderá ter afetado os comportamentos e atitudes dos alunos observados nas aulas de EF.

Contudo, foram identificados vários pontos fortes nesta experiência pedagógica. Os vários momentos realizados em todas as aulas consideram-se um ponto forte, como é o caso da *conversa individual*, a *conversa de consciencialização*, a *atividade física* (através das atividades/tarefas), as *reuniões de grupo* e a *reflexão final*, pois permitiram definir e delimitar os objetivos de responsabilidade e atender aspetos relevantes para a

promoção da mesma, refletir e avaliar os comportamentos decorrentes na aula, sugerir atividades e/ou tarefas e relatar as dificuldades sentidas.

Estratégias como o uso de *feedback* positivo e de reforço e o “desafio”, direcionados ao grupo ou individualmente, promoveu o aumento da autoestima dos alunos e permitiu uma maior atenção e empenho nas tarefas.

Outra estratégia que demonstrou ser um ponto forte, foi o facto de o professor mostrar aos alunos que eles tinham importância na aula e como pessoas, valorizando-os e motivando-os para ter comportamentos, atitudes e valores desejáveis e mostrando-lhes carinho e preocupação para com eles e para com o seu futuro. Esta estratégia permitiu criar uma boa relação professor-aluno e criar um bom clima de aula, promovendo o respeito, cooperação, ajuda e empenho na aula.

Os estilos de ensino escolhidos [Ensino recíproco, Ensino por tarefa, Ensino Inclusivo, Ensino por Descoberta Convergente e Ensino por Autoavaliação] permitiram aos alunos uma participação mais ativa (social e cognitivamente), serem mais autónomos, serem responsáveis pelas suas escolhas e decisões, desenvolverem a capacidade crítica e reflexiva e o respeito por si e pelos outros.

Devido ao Domínio Sócio-Afetivo ter uma ponderação maior (50% da nota final), fez com que os alunos tivessem uma evolução positiva nos comportamentos, atitudes e valores. Os diferentes parâmetros que permitiram esta evolução foram: 1. Organização da Aula (ajudar a montar, arrumar e manusear o material com cuidado); 2. Respeito pelo sentimentos dos outros (respeito pela decisão do professor, opinião dos colegas e mantém um bom comportamento durante a aula/tarefa); 3. Esforço e Empenho (mantém-se concentrado e empenhado na aula/tarefa, coopera ativamente com o professor e com os colegas); 4. Autonomia (realiza observações úteis na aula, consegue executar a tarefa sem pedir ajuda ou sem solicitação constante do professor e reconhece o erro e/ou tenta resolver um conflito); 5. Ajudar os outros (ajuda o(s) colega(s) na realização de uma tarefa/aula, motiva-o(s) na realização de uma tarefa/aula e apoia-o(s) numa dificuldade emocional), e; 6. Evolução de comportamentos e atitudes (torna-se mais autónomo, demonstra ser mais colaborativo com o professor nas tarefas de aula e na organização, mostrando mais esforço e empenho, ajuda os outros colegas e demonstra mais respeito por todos os intervenientes).

A escolha de exercícios mostrou ser, também, um ponto forte na aplicabilidade do MDRPS. Nas aulas de EF foram apresentadas variadas tarefas adequadas às necessidades dos alunos e às ideologias do modelo de ensino, sendo que os alunos, independentemente da sua aptidão, mostraram-se disponíveis para participar em todas, procurando realizá-las sempre com o seu esforço máximo. Posto isto, na maioria das aulas, os alunos foram cooperativos nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional.

Relativamente à responsabilização dos alunos pelos seus comportamentos e atitudes, a estratégia *autoavaliação* mostrou ser um ponto forte na resposta a este objetivo. Contudo, numa fase inicial, os alunos autoavaliavam-se positivamente não correspondendo à avaliação efetuada pelo professor.

Fatores como o sistema avaliativo do CEO (regalias quando a média era positiva), a falta de perceção dos seus comportamentos e as atitudes e valores desvirtuados, influenciavam a sua incorreta autoavaliação. No decorrer do ano letivo, os alunos foram adquirindo capacidade crítica e reflexiva e atitudes e valores desejáveis, que proporcionou uma autoavaliação mais realista, indo ao encontro da avaliação realizada pelo professor.

Esta progressão comportamental, pode ser analisada na Quadro n.º 8. Nela verificam-se os diferentes momentos avaliativos [pelo professor e psicólogo] e o posicionamento dos alunos nos níveis de responsabilidade pessoal e social, de acordo com MDRPS, de Hellison (2011), podendo constatar que todos os alunos evoluíram positivamente ao longo da aplicação do modelo.

Quadro 8 - Avaliação Inicial e Final dos alunos – MDRPS

AVALIAÇÃO DOS ALUNOS								
Aluno	INICIAL				FINAL			
	Descrição do Professor	Nível	Descrição do Psicólogo	Nível	Descrição do Professor	Nível	Descrição do Psicólogo	Nível
Nº1	Jovem tímido, pouco comunicativo (não fala com professor, apenas quando questionado). Demonstra respeito pelos outros na sala de aula e age sem violência. Demonstra ter dificuldade em aceitar um elogio e/ou correção. Desmotivado para a aula, pouco expressivo e com baixa autoestima.	0	Jovem autocentrado, com elevada capacidade de pensamento abstrato. Preguiçoso no esforço cognitivo, autocentrado, forte cognição antissocial, humor com tonalidade depressiva, tendência para ser inibido, baixa autoestima e sérias dificuldades em aceitar a relação assimétrica com adulto. Revela capacidade de adaptação ao contexto do CE em função de evitar as consequências contingentes ao comportamento.	0	Jovem com autoestima adequada, motivado, expressivo e bem-humorado, mais confiante e com excelente relação com os professores de Educação Física. Demonstra respeito pelos outros na sala de aula, começando a aceitar as diferenças e age sem violência.	3	Jovem autocentrado, com elevada capacidade de pensamento abstrato. Evoluiu na capacidade de realizar esforço cognitivo; autocentrado, com cognição antissocial, humor Eufímico, evoluiu na capacidade de expressão e menor inibição; com adequada autoestima, evoluiu no aceitar a relação assimétrica com adulto. Revela capacidade de adaptação ao contexto do CE em função de evitar as consequências contingentes ao comportamento.	3
Nº2	Jovem com dificuldades motoras, cognitivas e comportamentais, demonstrando muitos comportamentos de desvio e dificuldade em respeitar o outro e o material. Por vezes, com comportamentos agressivos e linguagem desajustada. Bastante desmotivado para a prática de educação física. Sem autonomia	0	Jovem com muitas dificuldades em perceber e cumprir normativos e, por isso, com problemas de adaptação ao contexto atual (CE), contestando e reagindo por vezes de forma verbalmente agressiva e com comportamento desadequado. Limitações cognitivas e dificuldades de atenção/concentração. Egocentrado e com dificuldades em reconhecer e respeitar os direitos e limites do outro. A motivação é um fator importante na concretização da tarefa, mas necessita de suporte.	0	Jovem com dificuldades motoras, cognitivas e comportamentais. Tem evoluído nos diferentes domínios, demonstrando compreensão e respeito pelo outro e pelo material. Continua a estar desmotivado para a prática de educação física. Apresenta bastantes melhorias na autonomia, contudo continua a ser pouco autonomia.	1	Jovem com muitas dificuldades em perceber e cumprir normativos e, por isso, com problemas de adaptação ao CE, contestando e reagindo por vezes de forma verbalmente agressiva e com comportamento desadequado (embora tenha vindo a evoluir a este nível). Dificuldades relacionais com os pares e adultos. Limitações cognitivas e dificuldades de atenção/concentração. Egocentrado e com dificuldades em reconhecer e respeitar os direitos e limites do outro. A motivação é um fator importante na concretização da tarefa, mas necessita de suporte (pouca autonomia; por vezes nem com suporte consegue concretizar as tarefas propostas).	0
Nº3	Jovem com interação saudável com todos os intervenientes, motivado para a prática de educação física. Com pouca cultura desportiva, contudo, mostra vontade em aprender e participar nas tarefas. Respeita os colegas e as suas dificuldades e age sem violência. Apresenta alguma autonomia nas tarefas.	2	Jovem colaborante e que adere às tarefas/atividades que lhe são propostas. Boa capacidade de adaptação e de ajustamento comportamental. Consegue compreender os direitos e sentimentos do outro e tenta respeitá-los. Consegue perceber a relação entre esforço desenvolvido e resultados obtidos, necessitando de suporte quanto à prossecução dos objetivos (pouco autónomo).	1	Jovem bastante colaborativo nas diversas tarefas, estando motivado para a prática de atividade física. Demonstra respeito pelo outro e pelo material e capacidade de liderança, mostrando preocupação e sensibilidade para com todos os colegas de turma. Motivado para a prática de educação física. Apresenta autonomia nas tarefas.	4	Jovem colaborante, que adere às tarefas/atividades propostas, com boa capacidade de adaptação e de ajustamento comportamental. Consegue compreender os direitos e sentimentos dos outros e tenta respeitá-los (sobretudo porque tem noção dos normativos sociais e do certo/errado, bem como das repercussões para si caso não os cumpra – pensamento consequencial). Consegue perceber a relação entre esforço desenvolvido e resultados obtidos, necessitando de algum suporte quanto à prossecução dos objetivos (tem evoluído quanto à autonomia, mas requer ainda intervenção a este nível).	3
Nº4	Jovem com interação saudável	2	Jovem autocentrado, com adequada	0	Jovem com interação saudável com	3	Jovem autocentrado, com adequada inteligência no	3

	com todos os intervenientes, mostrando capacidade de liderança (mostra alguma preocupação, respeito e sensibilidade para com todos os colegas de turma). Demonstra vontade em aprender, participar e ajudar nas tarefas. Apresenta alguma autonomia nas tarefas. Age sem violência.		inteligência no plano concreto e algum potencial abstrato que utiliza de forma na motivação interpessoal centrada na funcionalidade das relações com base nas necessidades pessoais imediatas percebidas; adequada capacidade de discriminação contextual que lhe permite adaptar-se às exigências do contexto, em especial procura evitar os reforços negativos/punições. Revela grande capacidade adaptativa, a qual fornece ao avaliador externo informação errónea no sentido de inferir um comportamento social empático. Tendência para liderar o grupo onde se encontra. Forte cognição antissocial, baixo nível de tolerância à frustração, acentuada valorização de uma autorrepresentação de força e de contornar as leis.		os intervenientes, mostrando capacidade de liderança (mostra preocupação, respeito e sensibilidade para com colegas de turma). Demonstra vontade em aprender, participar e ajudar nas tarefas. Apresenta autonomia nas tarefas. Age sem violência. NOTA: Após a entrada de um membro da turma excluiu-o e durante o confinamento demonstrou pouco interesse nas tarefas.		plano concreto e algum potencial abstrato que utiliza na motivação interpessoal centrada na funcionalidade das relações com base nas necessidades pessoais imediatas percebidas; adequada capacidade de discriminação contextual que lhe permite adaptar-se às exigências do contexto, em especial procura evitar os reforços negativos/punições. Revela grande capacidade adaptativa, a qual fornece ao avaliador externo informação errónea no sentido de inferir um comportamento social empático. Tendência para liderar o grupo onde se encontra. Forte cognição antissocial, evoluiu na tolerância à frustração.	
Nº5	Jovem com baixa autoestima, desconfiado e com dificuldades em aceitar chamadas de atenção e correções do professor. Por vezes, tem comportamentos de desvio, no que diz respeito às regras de segurança (pendurar na baliza, no cesto, pontapear bolas de voleibol, etc.) e à linguagem (desajustada). Coloca, constantemente, a palavra do professor em causa. Sem autonomia e pouco motivado para a prática de atividade física.	0	Não foi realizada avaliação.	-	Jovem com baixa autoestima, e com dificuldades em aceitar chamadas de atenção e correções do professor. Coloca, constantemente, a palavra do professor em causa. Autónomo, mas pouco motivado para a prática de atividade física. Demonstra respeito pelo próximo, evitando conflitos.	1	Jovem autocentrado, com adequada capacidade intelectual. Revela viés e idiosincrasias na compreensão da realidade, que lhe dificultam a aquisição de padrões de interações mais funcionais. Autocentrado, com forte cognição antissocial e desconfiança; Humor tendencialmente depressivo; com baixa autoestima, dificuldades de atenção/concentração, revela dificuldades no aceitar a relação assimétrica com adulto. Capacidade de adaptação ao contexto do CE em evolução, compreendendo a necessidade de evitar as consequências contingentes ao comportamento.	1

4. Reflexões Finais

As reflexões sobre a experiência pedagógica obtidas coincidem com Hellison (2011), quando afirma que o ensino de Educação Física ensinada através do MDRPS pode desenvolver capacidades sócio-afetivas para a vida.

No entanto, esta intervenção pedagógica apresentou algumas limitações, como o contexto em que os alunos se inserem (em privação de liberdade, não tendo contacto com os outros formandos e com o exterior), o contacto do professor com os alunos ser exclusivamente no período de aula (devido ao regime em que se encontram, Regime Fechado), a situação pandémica vivida (confinamento no 2º período – aulas assíncronas) e a entrada e saída de alunos na turma (diminuindo a amostra).

Apesar das limitações apresentadas, a análise crítica e reflexiva das experiências pedagógicas permitiu obter conhecimentos que levam a compreender as práticas pedagógicas e instrumentos utilizados e a sua importância na implementação do modelo, de forma que o mesmo seja bem-sucedido.

Face às avaliações do professor e do psicólogo iniciais e finais, pode-se concluir que existiu uma mudança comportamental, não só nas aulas de Educação Física, como também no dia-a-dia dos alunos, no CEO. Não foi possível verificar esta mudança fora do contexto do centro educativo, tendo em consideração de que nenhum aluno terminou, neste período, a sua medida tutelar de internamento.

Posto isto, o MDRPS contribuiu de forma positiva para a promoção da responsabilização do aluno pelos seus comportamentos, desenvolvendo competências pessoais, sociais e responsabilidade, que contribuem para a formação de pessoas críticas, autónomas e responsáveis.

Referências Bibliográficas

Hellison, D. (2011). *Teaching personal and social responsibility through physical activity* (3ªed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Loureiro, D. (2013). *Responsabilidade Pessoal e Social no Desporto – estudo da relação da motivação intrínseca, competência, enjoyment, orientação motivacional e clima motivacional, em função dos géneros*. Dissertação de

Mestrado, Escola Superior de Desporto de Rio Maior - Instituto Politécnico de Santarém, Portugal.

Metzler, M. (2017). *Instructional Models in Physical Education* (3ª ed.). New York: Routledge.

Santos, F., Corte-Real, N., Regueiras, L., Farias, C., Moreno-Murcia, J., & Dias, C. (2016). A aplicação do modelo de desenvolvimento da responsabilidade pessoal e social a crianças em risco de exclusão social: Um estudo de investigação-ação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 16(2).

CONCLUSÃO

O Estágio Pedagógico foi uma experiência única e muito enriquecedora na formação pessoal e profissional do professor estagiário. Assim, torna-se fundamental no final de uma etapa tão importante, refletir sobre todas as aprendizagens que o mesmo proporcionou.

Assim, a elaboração do presente documento é o culminar do Estágio Pedagógico, sendo que nele se encontra a reflexão do percurso efetuado ao longo do ano, bem como as aprendizagens adquiridas.

Os desafios que foram surgindo ao longo do ano letivo, nas diferentes áreas de intervenção, tais como as atividades de ensino-aprendizagem (planeamento, intervenção e avaliação), de organização e gestão escolar, de organização de projetos e de formação ético-profissional, permitiram adquirir competências necessárias para o exercício da profissão de docência.

Em relação às tarefas realizadas de intervenção pedagógica, estas foram, maioritariamente, junto da turma B3-ERB, do Centro Educativo dos Olivais. Esta escola apresenta muitas características específicas, como o facto de os alunos serem jovens a cumprir medidas tutelares de internamento.

O contacto com estes jovens com particularidades tão únicas e especiais, possibilitou o desenvolvimento das capacidades de autonomia, comunicação, adaptação, criatividade, espírito crítico, sensibilidade, resiliência e responsabilidade e a aquisição de competências e conhecimentos.

O início do ano letivo ficou marcado pelo nervosismo, pelo medo de errar e do desconhecido, porém, com o decorrer do tempo, estes medos foram desaparecendo no decorrer da experiência. A aquisição de competências, conhecimento e de confiança, o modelo de ensino usado e o desenvolvimento da boa relação professor-aluno foram fatores que contribuiram para que os sentimentos anteriormente fossem dissipando.

Assim, todas as oportunidades que o Estágio Pedagógico proporcionou permitiram colocar em prática (numa situação real) todos os saberes, sendo uma mais-valia para o crescimento tanto a nível pessoal, como profissional e social.

Posto isto, o Relatório de Estágio representa o culminar de um longo período de estágio, bastante importante na formação pessoal e profissional enquanto futuros

docentes de EF, sentindo que este processo foi extremamente positivo e desafiante, tendo superado as expectativas iniciais. Contudo, deve-se ter em consideração que a formação do docente é incessante, sendo esta fase o início de um processo de formação contínua e aprendizagem enquanto docentes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abreu, A. (2016). Didática da Educação Física I - Material de apoio da unidade curricular. Coimbra: FCDEF-UC.
- Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (2ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (1989). *A criança no treino e o desporto de rendimento*. *Revista Kinesis*, 5(1), 9-35.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. 3ª Edição, Livros Horizonte (p. 57-74).
- Cabral, C. (2013). *O Mediador nos Cursos EFA*. (Dissertação de Mestrado). Universidade de Lisboa.
- Correia, I. (2014). *Relatório de Estágio. Um programa de intervenção para melhoria dos níveis de flexibilidade numa turma do 10ºano de escolaridade*. Minho. Relatório de Estágio de Mestrado apresentado à Universidade da Madeira.
- Costa, F. C. (1991). *A investigação sobre a eficácia pedagógica*. Em INOVAÇÃO (Vol. 4, p. 8-25).
- Colquitt, G., Pritchard, T., Johnson, C., & McCollum, S. (2017). *Differentiating Instruction in Physical Education: Personalization of Learning*. *Journal Of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(7), 44-49. Retirado de: <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1340205>.
- Decreto-Lei n.º 17/2016. Diário da República n.º 17/2016, Série I de 2016-04-04. Lisboa, Ministério da Educação.
- Decreto de Lei n.º 46/86 de 14 de outubro. Diário da República n.º 237, Série I. Assembleia da República.
- Decreto-Lei nº 55/2018 de 6 de julho de 2018. Diário da República, nº129/2018- I Série. Presidência do Conselho de Ministros.
- Decreto-Lei nº139/2012, de 5 de julho de 2012. Diário da República, nº129 – I Série. Ministério da Educação e Ciência.

- Decreto-Lei n.º 166/99 de 14 de setembro. Diário da República n.º 215, Série I-A. Assembleia da República.
- Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto. *Perfil geral de desempenho profissional do educador de infância e dos professores dos ensinos básico e secundário*. Diário da República, 1ª Série-A, 201, 5569-5572. Ministério da Educação.
- Decreto-Lei n.º 323-D/2000 de 20 de dezembro. Diário da República n.º 292, 3º Suplemento, Série I-A. Ministério da Justiça.
- Decreto-Lei n.º 396/2007, de 31 de dezembro. Diário da República, Série I, 9165-9173. Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social.
- Despacho nº1689-A/2021. Diário da República n.º 30/2021, 1º Suplemento, Série II de 2021-02-1. Gabinetes do Secretário de Estado Adjunto e da Educação e da Secretária de Estado da Educação.
- Despacho Normativo n.º 1-F/2016. Diário da República n.º 66/2016, 1º Suplemento, Série II de 2016-04-05. Gabinete do Secretário de Estado da Educação.
- Despacho Normativo n.º 6478/2017. Diário da República, 2.ª série — N.º 143. Gabinete do Secretário de Estado da Educação.
- Decreto do Presidente da República n.º 9-A/2021. Diário da República n.º 19/2021, 1º Suplemento, Série I de 2021-01-28. Presidência da República.
- Fino, C. (2001). *Vygotsky e a Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP): três implicações pedagógicas*. Revista Portuguesa Da Educação, 14(2), 274-291.
- Halabe, C., Miranda, E., Silva, É., Silva, E., Andrade, E., & Sousa, E. (2016). *Os professores de Educação Física e as suas práticas pedagógicas: reflexões sobre os métodos de ensino e aprendizagem da modalidade Handebol*. Form@Re. Revista Do Plano Nacional De Formação De Professores De Educação Básica./ Universidade Federal Do Piauí, 4(1), 90-95.
- Hellison, D. (2011). *Teaching Physical and Social Responsibility Through Physical Activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hellison, D., & Walsh, D. (2002). *Responsibility-based youth programs evaluation: Investigating the investigations*.

- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). *Programa Educação Física no Ensino Básico do 3.º Ciclo (Reajustamento)* [PDF]. Direção Geral da Educação. Retirado de: <https://www.dge.mec.pt/educacao-fisica>.
- Loureiro, D. (2013). *Responsabilidade Pessoal e Social no Desporto – estudo da relação da motivação intrínseca, competência, enjoyment, orientação motivacional e clima motivacional, em função dos géneros*. Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Desporto de Rio Maior - Instituto Politécnico de Santarém, Portugal.
- Martins, P. (2014). *Desenvolvimento Pessoal e Social em Desporto: Relações entre Responsabilidade Pessoal e Social, Orientação Motivacional e Atitudes Face ao Desporto*. Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana - Universidade de Lisboa, Portugal.
- Martins, G., Gomes, C., Brocardo, J., Pedroso, J., Carrillo, J., Silva, L., Encarnação, M., Horta, M., Calçada, M., Nery, R., Rodrigues, S. (2017). *Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória*. Ministério da Educação/ Direção-Geral da Educação. Retirado de: https://dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf.
- Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R., & Damásio, S. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Revista Exedra*, 6, 57-69.
- Metzler, M. (2017). *Instructional Models in Physical Education* (3ª ed.). New York: Routledge.
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos*. Tese de doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física. Coimbra, Universidade de Coimbra. Retirado de: <http://hdl.handle.net/10316/29191>.
- Pais, A. (2013). *A unidade didática como instrumento e elemento integrador de desenvolvimento da competência leitora: crítica da razão didática*. In AZEVEDO, Fernando, Coord. - *Didática e práticas: a língua e a educação literária*. ISBN: 978-989-8309-47-1. Guimarães: Ópera Omnia. p. 66-86.

- Portaria n.º 243/2012. Diário da República n.º 155/2012, Série I de 2012-08-10. Ministério da Educação e Ciência.
- Portaria n.º 283/2011, de 24 de outubro. Diário da República n.º 204/2011, Série I de 2011-10-24, 4695 – 4712. Ministérios da Economia e do Emprego e da Educação e Ciência.
- Quina, J. N. (2009). *A Organização do Processo de Ensino em Educação Física*. Bragança: Escola Superior de Educação de Bragança - Instituto Politécnico de Bragança, Portugal.
- Ribeiro-Silva, E., Fachada, M. e Nobre, P. (2019). Prática Pedagógica Supervisionada 3. Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, FCDEF-UC.
- Santos, F., Corte-Real, N., Regueiras, L., Farias, C., Moreno-Murcia, J., & Dias, C. (2016). A aplicação do modelo de desenvolvimento da responsabilidade pessoal e social a crianças em risco de exclusão social: Um estudo de investigação-ação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 16(2).
- Siedentop, D. (1983). *Research on teaching in physical education*. In J. O. T. Templin (Ed.), *Teaching in physical education*, (pp. 3-15). Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. INDE Publicaciones.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Barcelona, España: Colección Educación Física. 2.ª ed. INDE Publicaciones.

ANEXOS

Anexo I – Recursos Materiais

Material	Estado do material			Total	Observações
	Novo	Bom/ Razoável	Deteriorado		
Andebol					
Bola Atorka H500 n.º 2		2		2	
Bola Kipsta n.º 1		1		1	
Bola Kipsta n.º 2		5		5	
Bola Mikasa n.º 2 (borracha)			1	1	
Bola Molten IHBR n.º 3			1	1	
Bola Sports Partner		6		6	
Conjunto de 2 redes de balizas	1		2	3	
T Shirts	9			9	
Atletismo					
Barreira extensível		3		3	
Fasquia elástica com contrapesos		1		1	
Poste de salto em altura		2		2	
Testemunho em madeira		4		4	
Badminton					
Poste intermédio para rede		1		1	
Raquete Artengo 700	4	7		11	
Raquetes Indiferenciadas		5		5	
Rede de campo		2		2	Estão unidas
Rede Portátil		1		1	
Volante	35	15		50	5 caixas novas
Basquetebol					
Bola Fundação Luís Figo (FLF)		1		1	
Bola Gam		2		2	
Bola Kipsta preta/laranja		1		1	
Bola Kipsta Rise Up n.º 7		1		1	
Bola Kipsta Termak R300		4		4	
Bola Kipsta Termak 300		1		1	
Bola Molten de couro sintético n.º 7		1		1	
Bola Project n.º 6		1		1	
Bola Sportzone n.º 5		4		4	
Tabela exterior com aro		2		2	
Tabela interior com aro		2		2	
Beach-ball					
Conjunto de 2 raquetes e 1 bola	13	2		15	2 estão no regime fechado
Raquete de madeira		14		14	
Coletes					
Coletes amarelos		5		5	
Coletes azuis		6		6	
Coletes brancos		14		14	Guardados no cacifo
Coletes FCDEF Amarelos		12		12	
Coletes FCDEF Laranjas		12		12	
Coletes laranjas		6		6	
Coletes pretos		12		12	
Coletes Topgim		4		4	
Coletes verdes		6		6	
Coletes vermelhos		11		11	
Escalada(arrecadação do piso de cima)					
Arnês Edelrid		9		9	
Arnês Fixe		3		3	
Arnês Petzel		1		1	
Bolsa de magnésio		1		1	Não têm magnésio
Capacete branco		6		6	
Capacete verde		3		3	
Descensor GriGri		1		1	
Express		2		2	
Mosquetão simples curvo		2		2	
Oito		4		4	
Plaquete		4		4	

Presas		30		30	
Roldana dupla		1		1	
Roldana simples		1		1	
Corda dinâmica		4		4	
Mosquetão de segurança		4		4	
Futsal					
Bola Kipsta F500		6		6	
Bola Mikasa FLL 333S-WR		1		1	
Frisby					
Disco Grande do Desporto Escolar		6		6	
Disco Selphy		7		7	
Ginástica					
Arco		2		2	
Colchão de quedas			1	1	
Corda rítmica		12		12	Cordas verdes
Mini-trampolim de elásticos		1		1	
Plinto de 4 caixas		1		1	
Plinto de 7 caixas		1		1	
Tapete de ginástica de espessura fina (azul)		6		6	
Tapete de ginástica de espuma		3	4	7	2 verdes claro; 1 amarelo; 2 verdes tropa; 2 esponja sem capa
Musculação					
Banco de abdominais		1		1	
Banco de musculação		1		1	
Barra de torção		1		1	
Barra grande para discos		1		1	
Barra pequena para discos		2		2	
Bicicleta estática		1		1	
Disco de 2Kg		6		6	
Disco de 3Kg		2		2	
Fechos para barras		4		4	
Máquina de Musculação Body Sculptore			1	1	
Máquina de Musculação Perform 420			1	1	
Máquina de Remo		1		1	
Máquina Vibro Plate		1		1	
Peso de 1Kg		2		2	
Peso de 5Kg		2		2	
TRX		2		2	
Râguebi					
Bola Gilbert		2		2	
Bola Kipsta R300		3		3	
Bola XSport XR9V		2		2	
Tag (cinto e 2 fitas)			16	16	
Tênis de campo					
Bola Artengo 720		30		30	
Bola Artengo 760		4		4	
Bola de esponja Artengo 700		2		2	
Bola de esponja grande		3		3	
Bola formal			9	9	
Bola Wilson de baixa pressão (soft)		1		1	
Manivela		1		1	
Poste de tênis		2		2	
Raquete Artengo 700	2	2		2	
Raquete de 23 polegadas – Mega Kids		3		3	
Raquete de plástico preta		19		19	
Raquete Dunlop Slam 21		4		4	
Raquete K-open	1	4		5	
Raquete Rucanor Empire 175		4		4	
Rede		1		1	
Rede de min-tênis		1		1	
Tênis de mesa					
Bolas Brancas		19		19	
Mesa		2	1	3	2 na arrecadação e outra no pavilhão (RF)

Raquetes Artengo 700 M		1		1	
Raquetes Artengo F3 - 730	2	1		3	
Rede		4	1	5	Falta 1 apoio de rede
Voleibol					
Bola Conti de borracha		1		1	
Bola Kipsta V300		6		6	
Bola Kipsta V500		3		3	
Bola Mikasa MVA330		2		2	Estão no cacifo
Bola Molten de borracha		4		4	
Poste de voleibol	2	2		4	Novos não tem a roldana para a rede
Rede de voleibol		1		1	
Diversos					
Agulha		2		2	
Andas		4		4	(2 pares grandes e 2 pares pequenos)
Apito de metal		1		1	
Apito de plástico preto		1		1	
Armário com prateleiras		1		1	
Bola Suíça		3		2	
Cabo de Sisal		1		1	
Cacifos		1		1	
Cadeira de Madeira		1		1	
Caixa de primeiros socorros		1		1	
Caixa senta e alcança		1		1	
Carpete azul		5		5	
Carro de transporte da marca continente		1		1	
Carro de transporte Mikasa		1		1	
Colchonete		13		13	5 na zona de musculação
Cone grande (vermelho e branco)		4	1	5	
Cone pequeno (laranja)		12		12	
Cone perfurado (amarelo)		2		2	
Corda de saltar com punho		2		2	
Corda de tração		1		1	
Dardos		6		6	
Elástico (material calisténico)			2	2	
Escada coordenativa	1	1		2	
Extintor		1		1	
Fita métrica		1		1	
Jogo de Petanca		1		1	
Marca sinalizadora (cones)		22		22	10 azuis + 12 brancos
Marcador de pontuação			1	1	
Mesinha cabeceira		1		1	
Mini-estaca (campismo)		20		20	
Peso livre		2		2	1 de 2Kg e 1 de 3kg e estão na arrecadação do piso de cima
Piões sem cordel		8		8	
Rede de transporte de bolas		4		4	
Régua de 50 cm			1	1	
Saco de Boxe		1		1	
Saco de transporte de bolas DE			1	1	Parcialmente danificado
Secretária		1		1	
Skis de madeira		1		1	
Material Professor Nuno					
Cabos pretos		4		4	
Cesto de roupa		1		1	
Elásticos Brancos			5	5	
Leitor de CD (Thomson) com duas colunas		1		1	
Pinos Kipsta		40		40	

Anexo II – Calendarização da UC de EF

CALENDARIZAÇÃO DA UNIDADE CURRICULAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA																																														
1º Período																																														
Mesociclos	1					2										3										4																				
Microciclos	1		2			3			4		5			6		7			8			9			10			11		12		13		14												
Aulas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38								
Datas	17/09	18/09	21/09	24/09	25/09	28/09	01/10	02/10	08/10	09/10	12/10	15/10	16/10	19/10	22/10	23/10	26/10	29/10	30/10	02/11	05/11	06/11	09/11	12/11	13/11	16/11	19/11	20/11	23/11	26/11	27/11	03/12	04/12	10/12	11/12	14/12	17/12	18/12								
2º Período																																														
Mesociclos	5					6										7																														
Microciclos	15		16			17			20		21			22			23			24			25			26																				
Aulas	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68																
Datas	04/01	07/01	08/01	11/01	14/01	15/01	18/01	21/01	22/01	08/02	11/02	12/02	15/02	18/02	19/02	22/02	25/02	26/02	01/03	04/03	05/03	08/03	11/03	12/03	15/03	18/03	19/03	22/03	25/03	26/03																
3º Período																																														
Mesociclos	8										9															10																				
Microciclos	27		28			29			30		31			32			33			34			35			36		37		38		39														
Aulas	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102												
Datas	05/04	08/04	09/04	12/04	15/04	16/04	19/04	22/04	23/04	26/04	29/04	30/04	03/05	06/05	07/05	10/05	13/05	14/05	17/05	20/05	21/05	24/05	27/05	28/05	31/05	04/06	07/06	11/06	14/06	17/06	18/06	21/06	25/06	28/06												

Anexo III – Critérios de Avaliação da Disciplina de EF

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA						ERB
Domínios e Ponderações	Domínios de aprendizagens/ temas	Critérios	Descritores	Áreas de competências do perfil dos alunos ⁱ	Processos de recolha de informação	
Competências Psicomotoras (45%)	1. Jogos desportivos coletivos 2. Exploração da natureza 3. Atletismo 4. Ginástica 5. Rítmicas expressivas 6. Raquetas	Colaboração entre pares em diferentes contextos comunicativos.	· Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo dos Jogos Desportivos Coletivos, realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas, em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.	A), B), C), D), E), F), G), I) e J)	· Listas de verificação; · Observação direta; · Vídeos; · Relatórios; · Reflexão Crítica; · Diários de exercícios.	
		Adaptação a novas situações.	· Realiza Atividade de Exploração da Natureza, aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e especialmente de preservação da qualidade do ambiente.	A), B), C), D), E), F), G), I) e J)		
		Mobilização de capacidades.	· Compõe, realiza e analisa esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo ou Aparelhos), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.	A), B), C), D), E), F), G), H), I) e J)		

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA					
Domínios e Ponderações	Domínios de aprendizagens/ temas	Critérios	Descritores	Áreas de competências do perfil dos alunos ¹	Processos de recolha de informação
			<ul style="list-style-type: none"> · Aprecia, compõe e realiza, nas Atividades Rítmicas Expressivas, seqüências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições. 		
			<ul style="list-style-type: none"> · Realiza com oportunidade e correção as ações técnico-táticas de Jogos de Raquetas, aplicando as regras específicas da modalidade. 		
			<ul style="list-style-type: none"> · Realiza e analisa, no Atletismo, saltos, corridas e lançamentos, cumprindo corretamente as exigências técnicas e do regulamento. 		
	Capacidades condicionais e coordenativas gerais	Promoção, criação, transformação da qualidade de vida do indivíduo e da sociedade.	<ul style="list-style-type: none"> · Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola®, para a sua idade. 	A), B), C), D), E), F), G), I) e J)	<ul style="list-style-type: none"> · FITescola®; · Listas de verificação; · Observação direta.
			<ul style="list-style-type: none"> · Eleva o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, aplicando os processos de elevação e manutenção da condição física. · Compõe e realiza esquemas individuais e em grupo de competências motoras básicas, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas. 	A), B), C), D), E), F), G), I) e J)	<ul style="list-style-type: none"> · Observação direta; · Listas de verificação.
Competências Cognitivas (5%)	Conhecimentos sobre as atividades desenvolvidas	Integração e mobilização de saberes.	<ul style="list-style-type: none"> · Analisa e interpreta a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização, participação e ética desportiva. · Conhece as regras básicas das diferentes modalidades desportivas aplicando-as no contexto de aula. · Conhece e interpreta os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas, aplicando as regras de higiene e de segurança. · Relaciona a Aptidão Física e Saúde, identificando os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente. · Interpreta a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenómenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas. · Realiza a prestação de socorro a uma vítima de paragem cardiorrespiratória, no contexto das atividades físicas ou outro, interpretando-a como uma ação essencial, reveladora de responsabilidade individual e coletiva. 	A), B), C), D), E), F), G), H), I) e J)	<ul style="list-style-type: none"> · Questionamento; · O aluno passar por diversos agentes do desporto (treinador, árbitro, ...)

DISCIPLINA: EDUCAÇÃO FÍSICA					
Domínios e Ponderações	Domínios de aprendizagens/ temas	Critérios	Descritores	Áreas de competências do perfil dos alunos ⁱ	Processos de recolha de informação
Competências Sócio-afetivas (50%)		Promoção de uma cidadania ativa e interventiva.	<ul style="list-style-type: none"> Relaciona-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, aceitando o seu apoio, nos esforços de aperfeiçoamento próprio e as dificuldades por ele(s) reveladas. Coopera ativamente nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma. Assume compromisso e responsabilidade de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com autonomia, empenho, esforço e brio as tarefas inerentes. 	B), C), D), E), F), H), I) e J)	<ul style="list-style-type: none"> Observação Direta; Fichas de Autoavaliação;
<p>ÁREAS DE COMPETÊNCIAS DO PERFIL DOS ALUNOS (ACPA): A) Linguagens e textos; B) Informação e comunicação; C) Raciocínio e resolução de problemas; D) Pensamento crítico e pensamento criativo; E) Relacionamento interpessoal; F) Desenvolvimento pessoal e autonomia; G) Bem-estar, saúde e ambiente; H) Sensibilidade estética e artística; I) Saber científico, técnico e tecnológico; J) Consciência e domínio do corpo.</p>					

Anexo IV – Plano Anual

UM DO 1º PERÍODO																																													
Mesociclos	1						2						3						4																										
Microciclos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38							
Datas	17/09	18/09	21/09	24/09	25/09	28/09	01/10	02/10	08/10	09/10	12/10	15/10	16/10	19/10	22/10	23/10	26/10	29/10	30/10	02/11	05/11	06/11	09/11	12/11	13/11	16/11	19/11	20/11	23/11	26/11	27/11	03/12	04/12	10/12	11/12	14/12	17/12	18/12							
UD de ACF	X	X	X	X	X		X		X	X	X			X	X		X	X		X	X					X		X	X		X	X	X	X	X	X									
UD de Atletismo				X			X	X	X				X			X					X	X		X	X	X			X		X		X	X				X	X						
UD de Badminton									X					X		X		X	X		X			X			X						X	X											
UD de Basquetebol			X				X																																						
UD de Dança											X			X		X					X			X			X	X		X				X	X	X									
UD de Futsal			X								X	X			X		X					X			X				X	X					X	X									
UD de Ginástica						X	X																																						
UD de Voleibol				X				X																																					
Outras Modalidades										X																																			
Atividades																																						X						X	X

UMDO 2º PERÍODO

Mesociclos	5										6						7													
Microciclos	15			16			17				20			21			22			23			24			25			26	
Aulas	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68
Datas	04/01	07/01	08/01	11/01	14/01	15/01	18/01	21/01	22/01	08/02	11/02	12/02	15/02	18/02	19/02	22/02	25/02	26/02	01/03	04/03	05/03	08/03	11/03	12/03	15/03	18/03	19/03	22/03	25/03	26/03
UD de ACF	X	X			X	X	X	X	X	X	X		X	X			X	X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	
UD de Atletismo	X				X					X		X			X	X			X			X			X					
UD de Badminton		X				X					X					X							X							X
UD de Basquetebol																														
UD de Dança																														
UD de Futsal																X												X		
UD de Ginástica				X						X	X		X	X		X			X						X					
UD de Voleibol			X				X	X	X			X		X			X			X				X		X		X		
Outras Modalidades																		X		X										
Atividades																														X

UMDO 3º PERÍODO

Mesociclos	8												9										10													
Microciclos	27			28			29			30			31			32			33			34			35		36		37		38		39			
Aulas	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102		
Datas	05/04	08/04	09/04	12/04	15/04	16/04	19/04	22/04	23/04	26/04	29/04	30/04	03/05	06/05	07/05	10/05	13/05	14/05	17/05	20/05	21/05	24/05	27/05	28/05	31/05	04/06	07/06	11/06	14/06	17/06	18/06	21/06	25/06	28/06		
UD de ACF				X			X			X	X						X	X			X		X	X		X		X	X	X	X	X	X	X	X	
UD de Atletismo	X						X			X						X		X	X		X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	
UD de Badminton	X	X																																		
UD de Basquetebol			X													X			X			X			X		X		X	X		X	X		X	X
UD de Dança																																				
UD de Futsal										X						X													X							
UD de Ginástica			X	X		X	X		X	X			X	X	X																					
UD de Voleibol				X			X	X		X		X	X	X				X									X						X			
Outras Modalidades																	X				X			X							X					
Atividades																																				

ANEXO V – Extensão e sequência de conteúdos (Dança)

Extensão de Conteúdos da UD de Dança																						
Domínios	Temas/ Componentes	Aulas/Conteúdos	número das aulas																			
			12	15	18	21	24	27	28	30	34	35	36									
Domínio Psicomotor	Noção Corporal	Ações e Partes																				
	Noção de Tempo	Ritmo/Cadência e Ritmo/Estrutura																				
	Noção de Espaço	Níveis, direções e percursos																				
	Relação	Com o Corpo e com os Colegas																				
	Criatividade	Improvisação e composição																				
	Coreografia	Relação música/ movimento, métodos coreográficos e dinâmicas coreográficas																				
Domínio Cognitivo	Desenvolvimento do Domínio Cognitivo	História da Modalidade																				
		Identificação dos Temas e Conteúdos																				
		Pensamento Crítico e Criativo Autoavaliação																				
Legenda																						
Notas: 1. Durante toda a UD será realizada a Avaliação Formativa																						

ANEXO VI – Plano de Aula (Aula nº41)

Plano de Aula			
Professora: Ana Soares	Turma: ERB B3	Data: 08/01/2021	Local/Espaço: Pavilhão do CEO
Período: 2º	Nº de Aula: 41ª	U.M.: 2º Período	Nº de Aula/U.M.: 3ª
Duração da aula: 55min	Hora: 10h45min	Nº de Alunos Previstos: 5	Nº de Alunos Dispensados: 1
Função Temática: Introdução da UD de Voleibol.			
Recursos Materiais: Bola de Voleibol, Coletes, Rede de Voleibol.			
Objetivos da Aula: Introdução dos gestos técnicos Passe e Posição Base.			

Tempo		Objetivos Específicos	Descrição da Tarefa/ Organização	Componentes Críticas	Crítérios de Êxito
T	P				
Parte Inicial da Aula					
10h45	5'	Deslocação para o pavilhão			
10h50	3'	Informação Inicial: - Apresentação dos conteúdos a abordar na aula.	Apresentação e diálogo com os alunos sobre os conteúdos a abordar na aula. Alunos dispostos em meia lua em frente ao professor.	Deverão estar em silêncio e com atenção durante a preleção.	Os alunos percebem o que lhes foi transmitido.
10h53	6'	Ativar o organismo para a prática desportiva, através do Jogo Lúdico “Rabo da Raposa”.	Jogo do Rabo da Raposa: -Prender o “rabo de raposa” na parte de trás dos calções; - 4 alunos possuem o “rabo” e um não; - Objetivo: deverá roubar o “rabo de raposa” se não tiver e se tiver deverá proteger o seu; - Não podem sair da zona do jogo;	-Devem jogar sem agarrar ou empurrar os outros; - Devem deslocar-se pelo espaço de jogo, com atenção aos que estão a tentar roubar o rabo; - Não se pode segurar o seu “rabo de raposa” para evitar que ele seja tirado;	- Conseguir movimentar-se pelo espaço sem lhe roubarem o rabo; - Quando se ouvir o sinal de final do jogo, param imediatamente.
10h59	3'	Aumentar a prontidão física e fisiológica dos alunos.	O “Capitão” da turma dinamiza a mobilização articular. Alunos em meia lua, excetuando o Capitão – de frente para os restantes alunos.	- Estar atentos às indicações; - Realizar os exercícios com a maior amplitude possível.	Realizar os exercícios com o maior empenho possível, respeitando as indicações dadas pelo Capitão.
Parte Fundamental da Aula					
11h02	20'	Introdução da UD de Voleibol: -Passe; -Posição Base.	1ª Variante (10 minutos): -Explicação do gesto técnico passe e Posição base; Posteriormente, cada aluno com uma bola: Realizar o maior número de autopasses, sem deixar a bola cair (primeiro contra a parede e depois sem). 2ª Variante (10 minutos): -Jogo “Volta à Europa”: Em filas de 2/3 alunos, uma em cada campo, os alunos só utilizando o passe de dedos devem colocar a bola no campo adversário, deslocando-se rapidamente para trás da fila contrária. Os alunos deslocam-se sempre pelo lado direito.	- A zona de contacto com a bola com os dedos; - Flexão e extensão em simultâneo dos MS e MI (mola); - O passe é feito acima e à frente da cabeça; - Ligeira flexão, no final do movimento dos pulsos. - Os alunos devem realizar autopasse de forma a controlarem melhor bola, dependendo da trajetória.	-Os alunos realizam o exercício concentrados; -Realizam o passe com a técnica correta; -Os alunos conseguem manter a bola no ar o máximo de tempo possível.
11h22	6'	Introdução da UD de Voleibol	Situação de Jogo – exercitar passe e realizar uma avaliação diagnóstica dos alunos que integraram a turma recentemente.	1. Passe: -Colocar as mãos com os dedos bem afastados, a altura da testa, definindo um triângulo entre os indicadores e os polegares; - Tocar a bola com as “pontas” dos dedos em simultâneo e à frente da testa. 2. Manchete: -Estender e unir os MS, sobrepor as mãos e dirigi-las obliquamente para o solo, afastando-as do tronco;	-Realizar o passe de frente, colocando a bola alta para o colega; -Realizar a manchete em bolas baixas; -Realizar deslocamentos laterais e frontais, mantendo a flexão dos MI; -Manter a bola no ar.

				3. Serviço: - Por baixo: enviar a bola para a frente e para cima, com as mãos firmes e os dedos em extensão; - Por cima: bola batida por cima do ombro, com as mãos firmes e os dedos em extensão. 4. Remate: -Bater na bola com a mão estendida e dedos afastados; - Bola direcionada para o chão.	
Parte Final da Aula					
11h28	7'	Alongamentos e Informação Final	Alunos dispostos em meia lua em frente ao “Capitão”. Alongamentos: (10” a 15” cada): MS; Costas; MI. Feedback: objetivos planeados VS objetivos atingidos; análise dos feedbacks aplicados ao longo da aula e o seu objetivo. Preenchimento da ficha de autoavaliação – alunos e professor - e discussão sobre o mesmo.	Alunos atentos às indicações do “Capitão”, realizando os alongamentos com rigor e atentos ao professor. Preenchimento da ficha de autoavaliação, com capacidade crítica.	-Respeita a organização solicitada pelo professor e o alongamento durante o tempo solicitado; -Respondem corretamente às questões que lhes são colocadas. -Espírito Crítico.
11h35	5'	Deslocação para a Unidade.			
Relatório de Aula					
<p>-Planeamento da aula: A aula lecionada foi ao encontro do plano previamente definido, tendo-se colocado em prática a maioria dos exercícios propostos, descritos e incluídos no mesmo, excetuando a 2ª variante do primeiro exercício da parte fundamental.</p> <p>-Instrução: Este parâmetro, foi curto e conciso, contendo em si toda a informação relativa às tarefas, incluindo objetivos e critérios de êxito. Quanto ao posicionamento, verificou-se cuidado para que o contacto entre aluno-professor fosse mantido e quanto à circulação pelos espaços da aula, foi visível a preocupação em abranger todos os alunos, corrigindo e incentivando os mesmos.</p> <p>-Gestão: A organização dos exercícios permitiu que o espaço fosse todo ocupado e que todos os alunos estivessem simultaneamente em movimento na maioria do tempo de aula, sendo que os mesmos se manifestaram-se interessados e motivados para a prática, contribuindo assim para uma boa relação professor-aluno e para um bom ambiente favorável à aprendizagem. No que diz respeito ao clima de aula, observou-se uma atitude dinâmica e motivadora por parte do professor para com os alunos, transmitindo <i>feedback's</i> motivadores e corretivos.</p> <p>- Decisões de ajustamento: Realizei um ajustamento durante a aula no decorrer de um exercício, não realizando a 2ª variante do 1º exercício da parte fundamental da aula. Os alunos apresentaram muitas dificuldades na execução do gesto técnico passe, pelo qual foi dado maior tempo de prática na 1ª variante.</p> <p>-Aspectos positivos mais salientes: A motivação dada (<i>feedback's</i>) pelo professor para a prática foi um aspeto bastante positivo, pois contribuiu para que a turma estivesse motivada e o clima de aula fosse positivo.</p> <p>-Oportunidades de melhoria: Numa próxima aula em que utilize o Jogo Lúdico do “Rabo da raposa” como exercício de aquecimento, deverei ter atenção ao número de alunos com e sem coletes, de forma que este cumpra o objetivo pretendido (ativar o organismo para a prática desportiva). Em relação aos exercícios da parte fundamental da aula, poderia ter criado condicionantes (exemplo, toque após ressalto da bola no chão), tanto no exercício critério como na situação de jogo, de forma a criar mais situações de êxito (motivação).</p>					

ANEXO VII – Avaliação Inicial (UD de Badminton)

Avaliação Inicial da UD de Badminton							
Conteúdos	Descrição	Alunos					
		1	2	3	4	5	6
Pega da Raquete	Envolver o cabo da raquete com o polegar e o indicador, de forma a formar um “V”						
Posição Base	Pés afastados e joelhos semifletidos						
	Cabeça da raquete ao nível e à frente do peito - Braços fletidos e à frente do corpo						
Serviço	Trajectoria baixa e tensa						
	Volante batido abaixo da cintura, de baixo para cima						
Batimentos	Lob - trajetória ascendente, alta e profunda e realizado abaixo da cintura e à frente do corpo						
	Clear - trajetória alta e longa e movimento executado por cima e à frente da cabeça						
	Remate - trajetória descendente e rápida e bater o volante de forma explosiva, por cima e à frente da cabeça						

ANEXO VIII – Avaliação Inicial (UD de Atletismo – Salto em Altura)

UD de Atletismo – Salto em Altura	
1	Corrida de Impulsão – _____ Chamada – _____ Fase Aérea – _____ Queda ou Recepção – _____
2	Corrida de Impulsão – _____ Chamada – _____ Fase Aérea – _____ Queda ou Recepção – _____
3	Corrida de Impulsão – _____ Chamada – _____ Fase Aérea – _____ Queda ou Recepção – _____
4	Corrida de Impulsão – _____ Chamada – _____ Fase Aérea – _____ Queda ou Recepção – _____
6	Corrida de Impulsão – _____ Chamada – _____ Fase Aérea – _____ Queda ou Recepção – _____

ANEXO IX – Avaliação Sumativa (UD de Badminton)

Avaliação Sumativa da UD de Badminton									
	PB	PR	SC	SL	C	L	SJ 1x1	Soma	Nota
1									
4									
7									
9									
	Nível 1			Nível 2			Nível 3		

Posição Base	Raramente faz posição base com os joelhos semifletidos e com a perna dominante avançada e raquete à frente do peito	Mantém uma posição base com os joelhos semifletidos e com a perna dominante avançada, porém nem sempre faz PB ou mantém a raquete no correto nível	Mantém uma posição base com os joelhos semifletidos e com a perna dominante avançada, regressando à posição base após cada batimento, com raquete posicionada à frente do peito
Pega na Raquete	Envolve o cabo da raquete com o polegar e o indicador, sem preocupar-se com o resto.	Envolve o cabo da raquete com o polegar e o indicador, de forma a formar um "V", mas não tem atenção à posição da mão no cabo/pega.	Envolve o cabo da raquete com o polegar e o indicador, de forma a formar um "V", na pega.
Serviço Curto	Consegue enviar o volante, mas não realiza com preocupação de cumprir com componentes críticas	Consegue enviar o volante, mas não dá continuidade ao movimento do braço	Consegue enviar o volante, cumprindo com as componentes críticas
Serviço Longo	Consegue enviar o volante, mas não realiza com preocupação de cumprir com CC	Consegue enviar o volante, mas não dá continuidade ao movimento do braço	Consegue enviar o volante, cumprindo com as componentes críticas
Clear	Efetua Clear, mas sem preocupação das CC	Efetua Clear, por cima da cabeça e à frente do corpo, mas sem rotação do tronco	Efetua Clear, realizando as principais CC
Lob	Efetua o Lob, mas sem preocupação das CC	Efetua o Lob, mas sem avanço do pé e colocação da raquete, mas sem realizar afundos	Efetua o Lob, realizando as principais CC
Situação de Jogo de Singulares	Desloca-se e tenta evitar que o volante caia	Desloca-se e posiciona-se corretamente, evitando com que o volante caia e tentando marcar ponto	Desloca-se e posiciona-se corretamente, evitando com que o volante caia, utilizando vários tipos de batimentos (remata)

ANEXO X – Avaliação Sumativa Final (3º Período)

Avaliação Final – 3º Período												
	Domínio Psicomotor (40%) (cada UD – 5%)									Domínio Cognitivo (10%)	Domínio Socio Afetivo (50%)	Nota Final
	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	Nota	Nota	Nota	Nota
1												
4												
7												
9												

1º - UD de ACF; 2º - UD de Atletismo; 3º - UD de Badminton; 4º - UD de Basquetebol; 5º - UD de Dança; 6º - UD de Futsal; 7º - UD de Ginástica; 8º - UD de Voleibol.

ANEXO XI – Cartaz da atividade “E se fosses tu?”

E SE FOSSES TU?
3 de dezembro de 2020

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

Desde o dia 3 de dezembro de 1998, que se comemora anualmente o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência. Este dia tem como principal objetivo a motivação para uma maior compreensão dos assuntos relativos à deficiência e a mobilização para a defesa da dignidade, dos direitos e do bem-estar destas pessoas, de forma a criar um mundo mais inclusivo e equitativo para as pessoas com deficiência.

Este ano chegou a nossa vez de comemorar!

DGRSP

Várias Atividades

- Atividade Desportiva
- Atividade Rítmica e Comunicativa
- Atividade Lúdica de Sensibilização e de Cidadania
- Palestra com Pedro Oliveira Leite

ANEXO XII – QUESTIONÁRIO DA ATIVIDADE “E SE FOSSES TU?”

Tradução autorizada e validada por Campos, Ferreira, & Block (2013), a partir do questionário Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education - Revised (CAIPE - R), Block (1995).

Orientações gerais: Este questionário contém uma série de afirmações sobre as aulas de Educação Física (EF). Não há respostas certas ou erradas, apenas se pretende saber a tua opinião sobre a possível participação de um aluno, a quem vamos chamar João, que poderia vir a frequentar a tua aula de EF. As respostas são anónimas e confidenciais. O João tem a mesma idade que tu, mas não consegue andar e usa uma cadeira de rodas para se deslocar.

O João gosta de participar nos mesmos jogos que tu, mas não o faz muito bem. Apesar de conseguir impulsionar a cadeira de rodas, ele é mais lento que tu e cansa-se facilmente. O João consegue lançar uma bola, mas não muito longe. Ele consegue segurar as bolas que são jogadas diretamente para ele, e consegue acertar numa bola com uma raquete, mas não consegue lançar uma bola de basquetebol com altura suficiente para encestá-la. Pelo facto das suas pernas não se moverem, ele não consegue chutar uma bola. Pensa no João ao ler as frases e assinala com uma cruz a resposta que melhor descreve a tua opinião.

Pensa no João ao ler as frases e assinala com uma cruz a resposta que melhor descreve a tua opinião (Legenda: “S” – Sim; “PS” – Provavelmente Sim; “PN” – Provavelmente Não; “N”- Não).

		S	PS	PN	N
1	Seria bom ter o João na minha aula de EF.				
2	Uma vez que o João não consegue jogar muito bem, ele iria tornar o jogo mais lento para todos.				
3	Se estivéssemos a praticar um jogo de equipa como o basquetebol, seria bom ter o João na equipa.				
4	A EF seria divertida se o João estivesse nas minhas aulas.				
5	Se o João estivesse na minha aula de EF, eu conversaria com ele e seria seu amigo.				
6	Se o João estivesse na minha aula de EF, gostaria de ajudá-lo a jogar.				
7	Se estivéssemos a jogar basquetebol, eu estaria disposto a passar a bola ao João.				
Que alterações nas regras acharias correto fazer, para que um aluno como o João pudesse jogar basquetebol?					
8	Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo.				
9	Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João estivesse na área restritiva (“garrafão”), eu permitiria que ele permanecesse por mais tempo (5 segundos em vez de 3).				
10	Seria bom deixar o João fazer passes livremente para um colega de equipa (ninguém poderia roubar a bola ao João).				
11	Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João pegasse na bola, ajudaria e cooperaria para que ele marcasse um cesto (estando o João na minha equipa).				

Iniciais do Nome: _____ Ano e Turma _____

Idade: _____ Data de nascimento ____/____/____

Género: Masculino Feminino

.....
Assinala com uma cruz (X) a opção:

1) **SIM**, alguém da minha família ou um amigo meu tem uma deficiência ou com necessidades especiais.

NÃO, eu não tenho nenhum membro da minha família, nem amigos com deficiência ou com necessidades especiais.

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tem? _____

2) **SIM**, na minha turma tenho ou já tive um aluno com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um colega na turma com deficiência ou com necessidades especiais

3) **SIM**, nas minhas aulas de Educação Física tenho ou já tive um aluno com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um colega na aula de Educação Física, com deficiência ou com necessidades especiais

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tinha? _____

4) Eu sou:

MUITO COMPETITIVO(A)

(Eu gosto de vencer, e fico frustrado(a) quando perco).

MAIS OU MENOS COMPETITIVO(A)

(Eu gosto de vencer, mas não importa se perco algumas vezes).

NÃO COMPETITIVO(A)

(Realmente não importa se ganho ou perco, eu só jogo para me divertir).

5) Já alguma vez experimentaste alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência?

Sim Não

Se sim, onde: _____

6) Já alguma vez assististe a alguma modalidade desportiva ou a algum evento desportivo para pessoas com deficiência?

Sim Não

Se sim, onde: _____

Agradecemos a tua colaboração!

Data: ____/____/____

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência - 3 de dezembro de 2020

Para que possamos avaliar o Evento, pedimos-te agora uma avaliação geral do evento “E se fosses tu?”. Usando a escala de avaliação de 1 a 5, em que 1 é muito fraco ou nenhuma e 5 é excelente ou elevada, assinala com um X o nível a atribuir, tendo em conta os objetivos desta atividade.

		1	2	3	4	5	
1	Importância do tema abordado						
2	Organização do Evento						
3	Diversidade dos Atividades						
4	Adequação dos Materiais Usados						
5	Duração das Atividades						
(assinala a opção que melhor corresponde à tua situação)							
6	A expetativa que tinha antes de participar no Evento ...		Foi correspondida pela atividade desenvolvida.				
			Não foi correspondida pela atividade desenvolvida.				
			A atividade excedeu as expetativas.				
7	Gostaste das Atividades?		Sim				
			Não				
8	De qual gostaste mais?						
			Porquê? _____ _____ _____				
9	Gostavas de voltar a participar na atividade?		Sim				
			Não				
10	Se Sim, Porquê? (podes escolher mais que uma opção)		Foi lúdico				
			Foi divertida				
			Foi interessante				
			Aprendi muito sobre deficiência				
			Fez-me ver este assunto de outra forma				
			Outro Motivo. Qual? _____ _____ _____				
11	Se quiseres, podes dar sugestões para futuras atividades:						

	_____ _____						

Obrigada pela participação!

ANEXO XIII – Cartaz da atividade “Natal Desportivo”



**NATAL
DESPORTIVO**

17 e 18 de dezembro de 2020, no Centro Educativo dos Olivais

Prova Corta-Mato	Concurso de Dança	Torneio de Futsal
-------------------------	--------------------------	--------------------------

 **DGRSP**  **UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

ANEXO XIV – QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DO EVENTO “NATAL DESPORTIVO”

Corta-Mato, Concurso de Dança e Torneio de Futsal

Para que possamos avaliar o Evento, pedimos-te agora uma avaliação geral do evento “Natal Desportivo”. Usando a escala de avaliação de 1 a 5, em que 1 é muito fraco ou nenhuma e 5 é excelente ou elevada, assinala com um X o nível a atribuir, tendo em conta os objetivos desta atividade.

		1	2	3	4	5
1	Organização do Evento					
2	Diversidade dos Atividades					
3	Adequação dos Materiais Usados					
4	Duração das Atividades					
(assinala a opção que melhor corresponde à tua situação)						
5	Gostaste das Atividades?		Sim			
			Não			
6	De qual gostaste mais? Porquê?		Corta-Mato			
			Concurso de Dança			
			Torneio de Futsal			

7	Gostavas de voltar a participar na(s) atividade(s)? Porquê?		Corta-Mato			
			Concurso de Dança			
			Torneio de Futsal			

8	Se quiseres, podes dar sugestões para futuras atividades: _____	_____				

Obrigada pela participação!

ANEXO XV – Grelha (modelo) de observação das aulas dos docentes e professores estagiários

Observador: Ana Soares Observado: _____ Data da observação: __/__/2020

Hora de início: _____ Espaço da aula: _____ Duração: _____

Modalidade: _____ Aula n.º __/____ Ano/Turma: _____

Tópicos		Nível	Observações
Processos Administrativos			
Pontualidade do Professor Estagiário			
Pontualidade dos alunos			
Coerência na estrutura do plano de aula			
Informação inicial			
Começo da aula a tempo			
Comunicação da informação de modo rápido			
Questiona os alunos			
Inicia a instrução com os alunos controlados			
Apresenta os objectivos e contexto da aula de forma clara			
Apresenta a tarefa com os seguintes pontos:	Condições de Realização		
	Componentes Críticas		
	Critérios de êxito		
	Objectivos		
Relaciona as tarefas com aulas anteriores			
Tem os alunos todos no seu campo visual e atentos			
Uso da demonstração quando necessário			
Condução de aula			
Circula e posiciona-se correctamente no espaço			
Períodos curtos de instrução			
Explica a matéria captando a atenção dos alunos			
Meios auxiliares de instrução			
Varia os métodos de instrução (dem./quest./alunos, etc.)			
Cumpre o plano de aula			
Controla todos os tempos da aula como planeado			
Ajustou oportunamente os exercícios ou os grupos			
Qualidades dos feedbacks			
Apresenta uma frequência de feedbacks adequada			
Tipo de feedbacks (presc./desc./ref./posit)			
Direção do feedback (individual, classe ou grupo)			
Pertinência dos feedbacks em função do erro			
Distribuição dos feedbacks pelos alunos			
Ciclos de feedback			
Organização/ transição			
Preparação antecipada do material para a aula			

Consome pouco tempo na organização					
Transições rápidas					
Retomar de todas as atividades de uma forma rápida					
Os exercícios são adequados para os alunos (progressões)					
Estabelece regras a cumprir e cuidados a ter					
Rentabiliza os recursos existentes					
O doseamento das tarefas está adaptado aos alunos					
Apresenta rotinas estruturadas					
Controlo					
Motiva comportamentos adequados com interações					
Transmite entusiasmo					
Usa estratégias de castigo específicas e eficazes					
Utiliza controlo à distância					
Controla imprevistos					
Preocupa-se e obedece a todas as regras de segurança					
Comunicação					
Sabe ouvir e ser audível					
Utiliza comunicações não verbais					
Objetividade da informação a transmitir					
Cria um clima de credibilidade quando comunica					
Comunica através de uma abordagem positiva					
Utiliza uma linguagem adequada e acessível aos alunos					
Utiliza a terminologia correta					
Gestão do tempo					
Consegue grande tempo de empenhamento motor					
Consegue grande tempo potencial de aprendizagem					
Tempo de exercitação suficiente em cada exercício					
Consome pouco tempo na organização/transição					
Clima da aula					
Clima relacional Professor/aluno positivo					
Clima relacional aluno/aluno positivo					
Conclusão da aula					
Retorno á calma					
Extensão/revisão da matéria abordada					
Faz o balanço correto e oportuno da atividade					
Controla a aquisição de conhecimentos					
Comunicação da informação de modo rápido					
Uso da demonstração quando necessário					
Inicia a instrução com os alunos controlados					
Tem os alunos todos no seu campo visual e atentos					
Atitude do Professor Estagiário perante os alunos					
Autoritário		Democrático		Permissivo	
Motivador		Inovador		Exigente	
Reflexão da aula					
Análise da aula					

Propostas de melhoria da intervenção pedagógica		
Nível: 1 – não realiza, 2 – realiza algumas vezes, 3 – realiza frequentemente; S – Sim; N – Não		
Observações		

ANEXO XVI – Certificado Promofitness

Certificado

Formação Profissional



A Promofitness, certifica que **Ana Sofia de Matos Soares**, com o documento de identificação n.º 14735937, frequentou a formação profissional **Patologias da Coluna e Prescrição de Exercício** da Promofitness, que teve lugar de 19 a 20 de Dezembro de 2020, com a duração total de 12 horas em regime à distância, tendo sido **APROVADO**

PROGRAMA DA FORMAÇÃO:

1. Hérnia discal: Fisiopatologia; Exercícios indicados; Exercícios contra-indicados
2. Dor lombar crónica: Anatomia; Exercícios para alívio de sintomas
3. Hiperlordose: Avaliação; Lombar e Cervical; Exercícios corretivos
4. Hipercifose: Avaliação; Dorsal; Exercícios corretivos
5. Retificação da Coluna: Avaliação; Rigidez articular; Exercícios de Mobilidade
6. Escoliose: Perceber a escoliose; Formas de intervenção em contexto da atividade física

Porto - 2020

IPDJ - TPTEF e TPDT: 63225633 | TPTD: 63225634 | 2.4 UC





A Direção



Promofitness, Lda.
Rua Passadouro 30-8
4150-053 PORTO
NIF: 508316254 - TERC: 32286412 - TLM: 91882816

(Nuno Sousa)

ANEXO XVII – Certificado FICEF

 	<p>UNIVERSIDADE DE COIMBRA FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO</p> 
<p>X FÓRUM INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA ENSINAR E FORMAR EM EDUCAÇÃO FÍSICA DURANTE A PANDEMIA</p>	
<hr/>	
<p>CERTIFICADO</p>	
<hr/>	
<p>ANA SOFIA DE MATOS SOARES</p>	
<hr/>	
<p>PARTICIPOU NO X FÓRUM INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA COM O TEMA ENSINAR E FORMAR EM EDUCAÇÃO FÍSICA DURANTE A PANDEMIA.</p>	
<p>COIMBRA, 16 DE ABRIL DE 2021</p>	
	
<p>A COORDENADORA DO MEEFEBS (Elsa Ribeiro-Silva)</p>	
<p>ORGANIZAÇÃO ELSA RIBEIRO-SILVA (COORD.) • CATARINA AMORIM • LIDIANE PICOLI LIMA • MARIANA SOUSA</p>	