



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

José Nuno Pinto Vieira

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA
DE AVELAR BROTERO COM A TURMA E DO
12º ANO NO ANO LETIVO 2020/2021
ESTUDO DA PERCEÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O
PROCESSO DE ENSINO**

**Relatório de Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de
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.**

junho de 2021

JOSÉ NUNO PINTO VIEIRA

2016251175



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
SECUNDÁRIA DE AVELAR BROTERO COM A TURMA E DO 12º ANO NO
ANO LETIVO DE 2020/2021
ESTUDO DA PERCEÇÃO DOS ALUNOS SOBRE O PROCESSO DE ENSINO**

Relatório de Estágio Pedagógico
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, junho de 2021

Vieira, J. (2021). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária de Avelar Brotero junto da Turma 12º1E no ano letivo 2020/2021. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

José Nuno Pinto Vieira, aluno nº2016251175 do MEEFEBS da FCDEFUC, 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 nº27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da Universidade de Coimbra – Regulamento nº321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, 10 de junho de 2021

(José Nuno Pinto Vieira)

AGRADECIMENTOS

Chega ao fim mais uma etapa da qual me orgulho de concluir, repleta de altos e baixos, com o sentimento de dever cumprido após mais um objetivo alcançado. Todo este percurso não teria sido possível sem o apoio de todas as pessoas que de alguma forma contribuíram para que esta fosse mais uma etapa concluída com sucesso. Deixo assim uma mensagem de agradecimento a todos vós.

Aos meus pais, por contribuírem para que todos os dias me torne numa pessoa melhor, motivando-me para alcançar todos os meus objetivos. Ao meu irmão, pela alegria com que sempre me recebeu após todas as semanas longe de casa.

À minha namorada por todo o carinho e apoio, que foi essencial para ultrapassar momentos difíceis que pareciam não ter fim ou solução.

À orientadora da faculdade, Professora Doutora Elsa Silva, por todo o apoio e orientação na realização de tarefas que contribuíram para um melhor desempenho na intervenção pedagógica.

À professora cooperante da escola, Professora Maria João Vasconcelos, por todos os ensinamentos e experiências partilhadas que contribuíram para o meu desenvolvimento, assim como por toda a disponibilidade ao longo do ano letivo.

Ao meu colega de estágio e colega de casa, Ricardo, por todo o companheirismo e partilha de ideias que contribuíram para o meu desenvolvimento.

Aos meus colegas de estágio, Maria e Tiago, que procuraram realizar críticas construtivas, que pudessem de algum modo melhorar a minha intervenção pedagógica.

Aos meus colegas de casa, Maria e Afonso, que me motivaram na realização de todas as tarefas diárias, e contribuíram para a minha evolução com a partilha de experiências vividas nesta mesma fase.

Aos meus amigos e colegas de curso, Marcelo e Giraldo, que me acompanham há 5 anos nesta etapa da minha vida, onde sempre existiu um espírito de entreajuda.

Aos alunos do 12^oE, que contribuíram para que me tornasse num futuro docente mais capaz, e pela relação criada, que me manteve motivado em lecionar todas as aulas.

Ao grupo disciplinar de Educação Física, pela forma como recebeu e integrou todos os professores estagiários, assim como por todos os convívios que tornaram as segundas-feiras melhores. Agradecer ainda à comunidade escolar, que nos acolheu da melhor forma.

Um sincero obrigado a todos vós!

“O falhado é um homem que errou, mas não é capaz de converter o seu erro em
experiência.”

Elbert Hubbard

RESUMO

O presente Relatório de Estágio apresenta o trabalho desenvolvido ao longo do Estágio Pedagógico do Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, que se desenvolveu na Escola Secundária de Avelar Brotero com a turma 1E do 12º ano, durante o ano letivo 2020/2021.

O Estágio Pedagógico tem como objetivo favorecer a integração dos conhecimentos teóricos que foram desenvolvidos durante quatros anos de formação, com a prática docente numa situação real, orientada por docentes de Educação Física.

Além de uma descrição dos momentos vivenciados, são apresentadas reflexões de diferentes etapas do processo de intervenção pedagógica.

Este documento está organizado em três capítulos. No primeiro capítulo, é feita uma contextualização da prática, onde são apresentadas as expetativas iniciais e é feita uma caracterização do meio onde se desenvolveu o Estágio Pedagógico. No segundo capítulo é feita uma análise reflexiva em relação à prática pedagógica, que se encontra dividida em atividades de ensino aprendizagem, atividades de organização e gestão escolar, projetos e parcerias educativas e atitude ético-profissional. Por fim, é apresentada a investigação relativamente à “Perceção sobre a Intervenção Pedagógica em Educação Física: Estudo comparativo de professores estagiários e respetivos alunos”.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Professor Estagiário, Perceção dos Alunos

ABSTRACT

This Teacher Training presents the work developed during the Pedagogical Internship of the Master's degree in Teaching of Physical Education in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sport Sciences and Physical Education in the University of Coimbra, which was developed at the Escola Secundária de Avelar Brotero with class 1E of the 12th year, during the academic year 2020/2021.

The Pedagogical Internship aims to favor the integration of theoretical knowledge that was developed during four years of formation, with teaching practice in real situations, guided by Physical Education teachers.

In addition to a description of the moments experienced, reflections on different stages of the pedagogical intervention process are presented.

This document is organized in three chapters. The first chapter presents a contextualization of the practice, where the initial expectations are presented and a characterization of the environment where the Pedagogical Internship was developed. In the second chapter, a reflexive analysis is carried out in relation to pedagogical practice, which is divided into teaching-learning activities, organization and school management activities, educational projects and partnerships and an ethical-professional attitude. Finally, research about "The perception on the Pedagogical intervention in physical education: comparative study between trainee teachers and their students" is presented.

Keywords: *Pedagogical Internship, Physical Education, Trainee Teacher, Student Perception*

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	V
RESUMO.....	IX
ABSTRACT	XI
ÍNDICE.....	XIII
LISTA DE TABELAS	XV
LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS	XVII
LISTA DE APÊNDICES.....	XIX
LISTA DE ANEXOS	XXI
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA .	3
1. Expetativas Iniciais	3
2. Caracterização do contexto	4
CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA.....	9
Área 1 – Atividades de ensino aprendizagem.....	9
1. Planeamento.....	9
2. Realização	14
3. Avaliação	19
4. Ensino à distância (E@D).....	23
5. Coadjuvação no 2º ciclo.....	24
6. Questões Dilemáticas.....	25
Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar	25
Área 3 – Projetos e parcerias educativas	26
Área 4 – Atitude ético-profissional.....	27
CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA	29
Perceção sobre a Intervenção Pedagógica em Educação Física: Estudo comparativo de professores estagiários e respetivos alunos.....	29
Introdução	31
Enquadramento Teórico.....	31
Método	33
Amostra.....	33
Instrumentos	35
Procedimentos.....	35
Apresentação e Discussão de Resultados	37
Conclusões	60
Referências	61
CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS	63
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65
APÊNDICES	67
ANEXOS	101

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Caracterização da amostra, variável género	34
Tabela 2 - Caracterização da amostra, variável idade	34
Tabela 3 - Organização dos procedimentos.....	36
Tabela 4 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Planeamento e Organização – 1º momento.....	38
Tabela 5 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Instrução – 1º momento.....	40
Tabela 6 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Disciplina – 1º momento	42
Tabela 7 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Avaliação – 1º momento	44
Tabela 8 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Relação Pedagógica – 1º momento	45
Tabela 9 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos quanto à importância da Educação Física – 1º momento.....	47
Tabela 10 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Planeamento e Organização – 1º e 2º momento.....	50
Tabela 11 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Instrução – 1º e 2º momento.....	52
Tabela 12 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Disciplina – 1º e 2º momento	54
Tabela 13 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Avaliação – 1º e 2º momento	55
Tabela 14 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Relação Pedagógica – 1º e 2º momento	56
Tabela 15 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos quanto à importância da Educação Física – 1º e 2º momento.....	58
Tabela 16 - Comparação dos valores médios entre Alunos e Professor – 1º momento .	59
Tabela 17 - Comparação dos valores médios entre Alunos e Professor – 2º momento .	59

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

AE – Aprendizagens Essenciais

E@D – Ensino à Distância

EP - Estágio Pedagógico

ESAB - Escola Secundária de Avelar Brotero

FCDEFUC - Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

MEC - Modelo de Estrutura de Conhecimento

MEEFEBS - Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

PAA - Plano Anual de Atividades

PNEF - Plano Nacional de Educação Física

UD - Unidade Didática

LISTA DE APÊNDICES

Apêndice I – Ficha Individual de aluno	67
Apêndice II – Cronograma Anual	78
Apêndice III - Mapa semanal de rotação de espaços.....	78
Apêndice IV – Exemplo de Extensão e Sequenciação de Conteúdos - Badmínton	80
Apêndice V – Exemplo de Distribuição de Objetivos por aula – Ginástica de aparelhos (trampolins)	80
Apêndice VI – Exemplo de Plano de Aula - Tênis.....	82
Apêndice VII – Exemplo de Grelha de Avaliação Formativa Inicial.....	85
Apêndice VIII – Exemplo de Grelha de Avaliação Sumativa – Voleibol.....	85
Apêndice IX – Exemplo de Avaliação Descritiva - Voleibol	87
Apêndice X – Exemplo de Autoavaliação - Voleibol	88
Apêndice XI – Critérios de Avaliação de Educação Física.....	100

LISTA DE ANEXOS

Anexo I – Certificado de participação no X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física	101
Anexo II – Certificado de participação no webinar Oportunidades da Educação Olímpica em Contexto Escolar.....	102
Anexo III – Certificado de participação no seminário COMEDIG – Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal.....	103
Anexo IV – Certificado de participação na I Formação Específica de Atletismo Estafeta do Conhecimento.....	103
Anexo V – Questionário “A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física”..	104

INTRODUÇÃO

O documento apresentado surge no âmbito da Unidade Curricular de Relatório de Estágio, que se insere no plano de estudos do 2º 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 Estágio Pedagógico (EP) abre portas para o contacto com o contexto real. Segundo Alarcão (1996), ao longo do estágio, o professor estagiário deve assumir na totalidade o processo formativo, de modo a colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo da formação. O trabalho desenvolvido neste percurso, permite a iniciação da criação de um perfil de docência, que será desenvolvido ao longo de toda a carreira mediante valores morais, relações sociais e experiências (Kogut, 2015).

O trabalho pedagógico foi desenvolvido com a turma 12º1E do Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias, e contou com a Professora Cooperante Maria João Barreira Serpa Vasconcelos da Escola Secundária de Avelar Brotero (ESAB) e com a professora orientadora da faculdade, Professora Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva.

O presente documento compreende uma análise e reflexão do percurso ao longo deste ano letivo, mais concretamente do EP, onde todos os momentos vivenciados são alvo de reflexão. Permitindo assim uma reflexão sobre as opções tomadas ao longo do ano letivo, assim como uma análise às competências adquiridas ao longo do EP.

Este Relatório de Estágio encontra-se dividido em três capítulos: I – Contextualização da prática desenvolvida; II – Análise reflexiva da prática pedagógica; III – Aprofundamento do tema problema.

No primeiro capítulo são apresentadas as expectativas iniciais e a caracterização do contexto. No segundo capítulo é realizada uma apresentação e reflexão da prática pedagógica, englobando as atividades de ensino aprendizagem, a organização e gestão escolar, projeto e parcerias educativas e atitude ético-profissional. Por fim, no terceiro capítulo é apresentado um estudo que tem como objetivo analisar a perceção de estagiários e respetivos alunos, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula ao longo do ano letivo.

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

1. Expetativas Iniciais

Segundo Altet (2001), o professor é uma pessoa autônoma, munida de competências que são baseadas em conhecimentos racionais, validadas pela Universidade e provenientes da ciência e da prática.

Após a formação durante quatro anos, que contemplou três anos de licenciatura em Ciências do Desporto e um ano de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, existe um sentimento de satisfação por todo o conhecimento adquirido até agora, no entanto, ainda não existiu o contacto em contexto real para que pudesse existir aplicação dos conhecimentos adquiridos até ao momento. Sabendo que a prática é um ponto fulcral para a criação de um bom processo de ensino aprendizagem, inicialmente existiu um sentimento de receio devido à falta de experiência na transmissão de conhecimentos.

Ao longo do Estágio Pedagógico (EP), procurámos que todos os momentos fossem de aprendizagem, procurando sempre evoluir com todas as críticas positivas e negativas, de modo a tornar-nos num profissional de competência. Como forma de cumprirmos a função com total responsabilidade. Além de conhecimentos, foram transmitidos valores morais e éticos, que terão impacto no desenvolvimento de cada aluno.

Procurámos primeiramente criar uma relação de proximidade com os alunos, tentando criar um bom ambiente de aula, de modo a facilitar o processo de ensino aprendizagem. O respeito e compreensão de que todos são indivíduos únicos foi um ponto importante para que existisse uma boa relação.

A diversidade de alunos existente em cada turma é uma característica que não deve ser obstáculo ao processo de ensino aprendizagem, posto isto foram aplicadas diferentes estratégias, procurando sempre compreender a visão do aluno, de modo que fosse aplicada a estratégia mais acertada.

Participámos em todas as atividades desenvolvidas pelo agrupamento, escola ou desporto escolar, desenvolvendo assim capacidades organizacionais. A integração na

escola passou também pela relação com todos os intervenientes do meio escolar, quer sejam encarregados de educação, funcionários, entre outros.

Ao longo do EP comprometemo-nos a nunca desistir perante as adversidades que surgiram.

2. Caracterização do contexto

De modo a contextualizar o processo pedagógico que foi desenvolvido ao longo do EP, foi caracterizado o meio envolvente: Escola, Núcleo de Estágio, Grupo Disciplinar e a Turma onde foi desenvolvido grande parte do trabalho pedagógico.

2.1 A Escola e o meio envolvente

A Escola Secundária de Avelar Brotero, atualmente situada junto ao Estádio Cidade de Coimbra, situou-se outrora numa antiga igreja da Trindade. A localização atual da escola, cria uma comunidade escolar com alunos de diferentes ambientes sociais.

A comunidade escolar no ano letivo 2020/2021 tem cerca de 1700 membros, dos quais 1486 alunos, 173 docentes e 41 funcionários.

A escola dispõe de 5 espaços para a Educação Física: o polidesportivo que é composto por 2 áreas que permitem acomodar duas turmas, onde existe 1 campo de futsal/andebol, 6 campos de badmínton, 6 tabelas de basquetebol e 4 campos de voleibol; o espaço exterior que também dispõe de 2 zonas distintas e é constituído por 2 campos de futsal/andebol, 8 campos de ténis e 4 tabelas de basquetebol; e o ginásio, que apresenta condições para a prática de ginástica, dança e condição física. A caixa de areia disponível junto ao ginásio, está associada à turma que utiliza o ginásio. Existe ainda um espaço denominado de claustros, que apenas é utilizado quando as condições meteorológicas não permitem que se realizem aulas no espaço exterior.

A rotação de espaços definida pelo grupo disciplinar é um aspeto a considerar no momento do planeamento, pois cada espaço apresenta condições para modalidades específicas.

2.2 O Núcleo de Estágio

O Núcleo de Estágio da Escola Secundária de Avelar Brotero (ESAB) foi composto por quatro elementos, três do género masculino e um do género feminino. Todos os elementos constituintes deste grupo realizaram a precedente licenciatura na FCDEFUC. O facto dos professores estagiários já se conhecerem da licenciatura, facilitou a fase inicial em que foram realizados alguns trabalhos conjuntos. O grupo desde o início que procurou entreajudar-se, pois todos sabiam que a cooperação entre professores torna o processo de ensino aprendizagem mais completo devido à partilha de opiniões e de experiências que contribuem para o desenvolvimento enquanto futuros docentes.

A reflexão de todos os elementos do núcleo a todas as aulas lecionadas por qualquer elemento, permitiu que existisse uma partilha constante de opiniões relativamente às estratégias implementadas. A divergência de opiniões permitiu que existisse uma discussão diária e conseqüentemente uma evolução de todos.

As dificuldades de trabalhar em grupo por vezes também surgiram devido à disponibilidade de cada um, no entanto, procurámos sempre aproveitar o tempo em que estávamos juntos mesmo fora do meio escolar.

De destacar neste núcleo a dedicação e disponibilidade da professora cooperante ao longo de todo ano letivo, que sempre procurou indicar-nos o caminho e não apenas mostrar-nos o destino, de modo a desenvolvermos a capacidade de resolução de problemas.

2.3 Grupo Disciplinar

O Grupo Disciplinar de Educação Física foi composto por 12 docentes, 7 do género masculino e 5 do género feminino.

Desde o primeiro dia que se viveu um bom ambiente neste grupo, o que facilitou a integração de todos os professores estagiários. Todos os professores mostraram disponibilidade para colaborar em todas as atividades e esclarecer qualquer dúvida que tivéssemos. A união que este grupo apresenta foi uma mais-valia enquanto professor estagiário, pois existiu uma elevada partilha de experiências e opiniões que permitiu que adquirisse mais conhecimentos.

A disponibilidade do grupo para nos receber nas reuniões do grupo disciplinar permitiu também que adquiríssemos conhecimentos ao nível da organização do grupo. Mesmo em período de confinamento, o grupo disciplinar procurou realizar reuniões à distância de modo que todos partilhassem as estratégias que eram utilizadas no ensino à distância (E@D).

O grupo disciplinar manteve todos os professores atualizados relativamente a qualquer decisão superior que pudesse afetar o normal funcionamento da disciplina.

2.4 A turma

No início do ano letivo foram apresentadas as quatro turmas disponíveis, três do 12º ano e uma de 11º ano. Posto isto foi realizada uma escolha dos estagiários mediante disponibilidade de horários e preferência.

A turma em que desenvolvi a prática pedagógica foi a 1E do 12º ano, do Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias. A turma é constituída por 27 alunos, sendo que 21 são do género feminino e 6 do género masculino. As idades estão compreendidas entre 16 e 19 anos. Relativamente ao quadro clínico dos alunos, nesta turma existe apenas um caso de uma Hipoplasia Congénita, pelo que o aluno não pode realizar exercícios que impliquem carga sobre a coluna cervical.

Cada elemento desta turma é um ser com características específicas e, de modo a obter uma análise da turma, foi realizado um questionário no início do ano letivo, que englobava dados pessoais e interesses relacionados com a Educação Física (Apêndice I).

Com o questionário foi possível verificar que cerca de 60% dos alunos já praticou alguma modalidade desportiva, no entanto poucos foram federados em alguma modalidade.

Relativamente às modalidades que os alunos apresentaram mais interesse, destacam-se o voleibol, o badmínton e o ténis. Estas modalidades serão abordadas ao longo do ano e, o gosto pelas mesmas é um ponto positivo para o processo de ensino aprendizagem, pois aumenta o empenho por parte dos alunos. Um dos objetivos da Educação Física é motivar os alunos para a prática desportiva fora do contexto escolar, e por isso, serão tidos em conta os detalhes dos questionários preenchidos, de modo a corresponder às expectativas dos alunos.

Procurei criar uma boa relação com os alunos de modo a criar um bom ambiente de aprendizagem, embora na fase inicial não tenha existido uma elevada proximidade, pois receava perder o controlo dos alunos. À medida que fui ganhando confiança em mim, procurei relacionar-me melhor com os alunos, com o principal objetivo de melhorar o processo de ensino aprendizagem e transmitir valores morais e éticos.

Todos os alunos ao longo do ano colaboraram para que o processo de ensino aprendizagem fosse mais eficaz, existindo sempre um bom clima em que os alunos demonstravam o respeito, empenho e dedicação ao longo de todas as aulas. Embora por vezes tenha existido um aluno menos motivado para a prática, é perfeitamente compreensível que os alunos não tenham sempre a mesma predisposição e por isso, considero irrelevante.

CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

Área 1 – Atividades de ensino aprendizagem

Silva et al. (2019) diz-nos que existem três principais domínios profissionais da prática docente, que são o planeamento do ensino, a realização e a avaliação. Com o objetivo de proporcionar um ensino eficaz, o professor deve ser capaz de construir um bom processo de ensino aprendizagem com base nestes três domínios.

Neste capítulo será feita uma análise à estratégia de intervenção pedagógica, que permitirá refletir sobre as decisões tomadas e assim melhorar o processo de ensino aprendizagem.

1. Planeamento

Pacheco (1996, in Inácio et al., 2014) define o conceito de planeamento como um processo de revisão que organiza o desenvolver do processo de ensino aprendizagem. Este processo permitirá aos professores delinear uma estratégia bem estruturada e concisa, de modo a cumprir os objetivos pré-definidos.

O planeamento deve ter em conta todas as características do meio envolvente e da turma, assim como todas as condições disponíveis para a prática das modalidades. É importante que o planeamento esteja de acordo com as orientações do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), as Aprendizagens Essenciais (AE) e ainda o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (Despacho nº 6478/2017).

O planeamento é um processo complexo e é das áreas onde os professores estagiários apresentam as maiores dificuldades (Teixeira e Onofre, 2009).

Segundo Bento (2003) são apresentadas três principais tarefas de planeamento, sendo elas o planeamento anual, as unidades didáticas e os planos de aula. Embora o autor apresente as principais tarefas a desenvolver, diz-nos também que é na fase do planeamento que é notável a personalidade do professor, pois este deve organizá-lo de acordo com os seus conhecimentos e competências.

Com a realização das tarefas referenciadas anteriormente, é possível definir um conjunto de objetivos específicos, assim como uma estratégia associada a uma sequência

lógica, que permite que seja atingido um ensino eficaz e de acordo com as características específicas dos alunos e do meio envolvente.

Plano anual

Segundo Bento (2003) o plano anual é uma visão geral que tem como objetivo orientar o ensino e as pessoas envolvidas. É um planeamento sem pormenores, mas que exige que sejam realizadas análises e reflexões a longo prazo.

Neste plano, inicialmente é realizado um aprofundamento da matéria de ensino de Educação Física, onde é feita uma análise às finalidades, às opções curriculares, aos objetivos, aos conteúdos, e aos diferentes tipos de avaliação.

Existem inúmeros aspetos que influenciam no planeamento, a organização da disciplina na escola é um deles, pois é o grupo disciplinar que organiza as rotações de espaços, que devem ser tidas em consideração na escolha da Unidade Didática (UD) a abordar.

Como forma de criar um plano anual que se enquadrasse com todas as características envolventes, foi necessário realizar uma caracterização dos recursos espaciais, temporais, materiais e humanos. A organização das modalidades a lecionar teve também em conta o Plano Anual de Atividades (PAA) da escola e as atividades extracurriculares. Outro fator que influenciou na definição de unidades didáticas a abordar, foi o contacto com a modalidade, em que foi dada prioridade às modalidades que os alunos não tinham tido contacto anteriormente.

As modalidades selecionadas foram voleibol, futsal, ginástica de aparelhos, badmínton e ténis (Apêndice II). A natação seria uma modalidade obrigatória, no entanto devido à situação pandémica, foi tomada uma decisão superior de não ser lecionada.

Foi realizada uma estruturação por blocos, de acordo com a distribuição dos espaços, em que foi praticada uma modalidade por cada ciclo de rotação (Apêndice III).

Foram então estabelecidos os objetivos gerais de cada modalidade, assim como os objetivos a atingir no que toca ao nível da aptidão física e dos conhecimentos.

Como forma de verificar a evolução da aptidão física ao longo do ano letivo, optou-se por estabelecer dois momentos para a realização da bateria de testes do FITescola.

Face à situação pandémica que se vive em Portugal, existiu um intervalo de tempo em que o ensino passou de presencial para o E@D, o que provocou alterações no calendário escolar. Apesar dessas alterações, foi possível manter as modalidades inicialmente selecionadas, com ligeiras alterações. Face à redução do tempo para lecionar as matérias estabelecidas, não foi possível realizar o 2º momento da bateria de testes.

O método misto foi definido como o principal método de ensino a aplicar durante o ano letivo. Segundo Rochefort (1998), o método misto é a união do método global e parcial, na qual existe a realização de exercícios em situação isolada e situação de jogo formal. Este tipo de metodologia permitiu que primeiramente fossem realizados exercícios de forma fracionada, e que mais tarde os alunos aplicassem as técnicas aprendidas em contexto de jogo.

Relativamente ao estilo de ensino, numa fase inicial será mais utilizado o estilo por comando, pois permite que o professor tome as decisões pelos alunos quando estes ainda não apresentam conhecimento suficiente para realizar exercícios por tarefa. O estilo de ensino por tarefa também será utilizado, facilitando assim a realização de diferenciação pedagógica.

O plano anual permitiu uma boa organização do processo de ensino aprendizagem, tendo sido fundamental para a orientação ao longo do ano letivo. De ressaltar que o plano anual foi um documento que sofreu alterações ao longo do percurso, pois foi necessário ir adaptando a organização do mesmo, de modo a antever situações que pudessem surgir.

Unidades Didáticas

As Unidades Didáticas à semelhança do plano anual, são um documento orientador, em que são definidos os conteúdos e respetiva sequenciação, objetivos específicos de cada modalidade, assim como situações pedagógicas a aplicar e métodos de avaliação, sempre de acordo com as características apresentadas pelos alunos. Segundo Bento (2003) o planeamento adequado da UD, deve ser o ponto de partida para que exista qualidade no processo de ensino aprendizagem.

O Modelo de Estrutura de Conhecimento (MEC), apresentado por Vickers (1990), foi o modelo base de construção das unidades didáticas. Este tipo de modelo baseia-se em 3 fases, sendo elas a fase de análise, fase decisões e fase de aplicação.

Na iniciação de qualquer UD foi realizada uma avaliação formativa inicial, que permitiu realizar um diagnóstico da turma, compreendendo em que nível se encontravam os alunos e, desse modo definir conteúdos e objetivos, assim como os meios a utilizar para os atingir.

De seguida foi criada uma extensão e sequenciação de conteúdos (Apêndice IV) que permitiu organizar a forma como os conteúdos iriam ser lecionados. Além disso foi criada uma tabela com os objetivos a atingir em cada aula (Apêndice V).

A construção de qualquer UD exigiu uma pesquisa profunda da modalidade a abordar, contribuindo assim para o aumento do conhecimento em todas as matérias abordadas.

À semelhança do planeamento anual, as unidades didáticas são documentos totalmente flexíveis que foram alteradas sempre que necessário, uma vez que surgiram situações inesperadas e foi necessário que existisse um ajuste de modo a tornar o processo de ensino aprendizagem mais eficaz.

Devido à passagem de ensino presencial para o E@D, foi necessário reajustar a forma como estava organizada a UD a lecionar, criando diferentes objetivos e diferentes estratégias para atingir as novas metas propostas.

Este tipo de documento depende também do indivíduo que o cria, tendo em conta que cada professor tem a sua estratégia e deve optar por organizá-lo de acordo com as suas capacidades.

Todas as decisões de ajustamento e opções tomadas foram fundamentadas, tendo contribuído para o desenvolvimento profissional, através da sua reflexão.

Planos de aula

Segundo Bento (2003), este tipo de documentos devem ser uma estruturação da forma como a aula deve decorrer. Os planos de aula são definidos como planeamento a curto prazo e devem indicar o caminho a seguir de modo a cumprir os objetivos estipulados, de acordo com as características dos alunos e recursos disponíveis.

De salientar que ao longo das aulas foi respeitado o princípio da progressão, de modo a permitir o sucesso dos alunos.

O modelo de plano de aula (Apêndice VI) utilizado ao longo do ano letivo, foi baseado no modelo utilizado anteriormente no 1º ano do MEEFEBS, sendo ajustado sempre que necessário. Este plano continha cabeçalho e o seu conteúdo estava dividido em 3 partes, sendo elas a parte inicial, a parte fundamental e a parte final.

No cabeçalho estavam disponíveis informações que nos permitiam saber a data, hora de início e término, o local, a turma, o número da aula, a UD a ser lecionada, o número de aula da UD, o número de alunos previstos, os recursos materiais, assim como a função didática da aula e os objetivos a atingir.

Relativamente à estrutura do plano em si, esta foi organizada por tempo parcial e tempo total, objetivo específico de cada exercício, descrição/organização das tarefas, componentes críticas, critérios de êxito e estratégias e estilos de ensino utilizados em cada exercício.

Este documento conta também com uma parte final de fundamentação/justificação das opções tomadas, que permite refletir sobre os exercícios a realizar, reduzindo a possibilidade de utilizar exercícios que não vão de encontro ao objetivo.

Numa fase inicial, a dificuldade mais sentida foi o cumprimento do plano, pois os tempos definidos não eram cumpridos por questões de organização e transição entre exercícios. A criação de rotinas veio facilitar o processo de organização e transição, que era o principal obstáculo para o cumprimento do plano.

2. Realização

Segundo Siedentop (1998) as aulas são apresentadas como o momento de conversão de pensamentos em ações por parte do professor. Segundo este autor, o docente eficaz é o que encontra meios para manter os seus alunos empenhados sem dissipar parte dos objetivos definidos e durante um elevado período de tempo, sem recorrer a estratégias punitivas.

Na fase da realização, o professor deve ser capaz de colocar em prática o processo do planeamento realizado.

Ao longo deste tema será feita uma análise à intervenção pedagógica, abordando as dimensões instrução, gestão, clima e disciplina. Dentro deste capítulo serão também apresentadas as decisões de ajustamento, estratégias e opções tomadas.

2.1 Instrução

A instrução é apresentada como o conjunto de comportamentos de intervenção pedagógica que englobem a comunicação do professor (Siedentop, 1991).

Para Siedentop (2008) a instrução contempla preleção, demonstração, questionamento e feedback. O autor diz-nos que para a instrução ser eficiente, é necessário que a mensagem seja interpretada da forma como realmente o professor pretende, para que os alunos sejam capazes de realizar a tarefa da forma correta e assim atingir os objetivos pretendidos com o exercício.

Na fase inicial de todas as aulas era dada a instrução para que retirassem os acessórios e para que todos realizassem a desinfeção das mãos e se mantivessem afastados à frente do professor, sendo esta uma medida obrigatória para a realização da aula. Era também lembrado que caso necessitassem de retirar a máscara, deviam afastar-se dos colegas para o fazer.

Relativamente à preleção inicial, procurámos sempre que esta fosse curta e objetiva, apresentando os conteúdos a lecionar, os objetivos da aula e a sua organização. No início do ano letivo, por vezes as preleções iniciais foram demoradas, no entanto com a prática tornaram-se cada vez mais objetivas e concisas. Um dos fatores que influenciou a que a preleção inicial fosse mais longa, foi a iniciação de novas UD's, pois foi necessário abordar conteúdos como por exemplo as regras de jogo. Quando eram introduzidos novos

conteúdos técnicos ou táticos, optámos por fazê-lo na preleção inicial, realizando sempre a demonstração e utilizando questionamento como forma de confirmar a compreensão por parte dos alunos. A demonstração dos novos conteúdos nesta fase, permitiu que os alunos após o aquecimento não estivessem demasiado tempo parados, sendo apenas necessário uma demonstração da organização do exercício e um reforço das componentes críticas mais importantes.

De uma forma geral, a demonstração foi um meio que permitiu aos alunos visualizar exatamente o que se pretendia com a tarefa. A demonstração foi sempre realizada tendo em conta o que se pretendia ao longo do exercício, pois caso isso não acontecesse, o aluno era induzido em erro com o que observou. Quando optámos por pedir a um aluno que exemplificasse, procurámos escolher um aluno que estivesse num nível avançado para que este conseguisse exemplificar sem erros ou com o menor número de erros possível. No caso de este cometer erros, era dado feedback até que este conseguisse reproduzir de acordo com o pedido.

O feedback pedagógico é considerado por Rosado e Mesquita (2011) como um comportamento do professor para a resposta motora do aluno, com o objetivo de alterar a sua ação motora, para que esta a possa adquirir de forma correta. O feedback foi utilizado em todas as aulas e em todos os momentos possíveis, de modo a contribuir para a evolução do aluno. Os feedbacks dados foram variados quanto à frequência, natureza, objetivo, forma, momento, valor e relação com os objetivos pretendidos. Inicialmente existia dificuldade em terminar os ciclos de feedback, pois observava os alunos, de seguida emitia feedback, no entanto não verificava se o feedback tinha tido efeito. Com a prática desenvolvida ao longo do ano letivo foi aumentada a frequência de feedbacks, de modo a feedback a todos os alunos e sem esquecer de terminar os ciclos de feedback.

O questionamento é uma ferramenta de intervenção pedagógica que permite ao professor interagir com os alunos, fazendo-os refletir sobre determinadas questões. A interação com o aluno é muito mais eficaz do que uma simples transmissão de conteúdos. Este tipo de ferramenta permitiu-nos verificar se os alunos compreenderam toda a informação, desde a preleção, demonstração ou mesmo feedback.

Na preleção final a utilização do questionamento foi bastante eficaz, pois permitiu rever os conteúdos abordados ao longo da aula através da interação com os alunos. O

questionamento direcionado na preleção tornou-se uma rotina, o que influenciou positivamente na atenção dos alunos durante as instruções ao longo da aula.

O E@D veio dificultar a aplicação de todas estas componentes, pois a motivação dos alunos foi reduzida drasticamente, sendo necessário fazer um reajustamento total à instrução, de modo a manter os alunos motivados e empenhados na realização das tarefas.

Todas as componentes contempladas pela instrução têm um papel importante no processo de ensino aprendizagem. De referir que estas componentes foram planeadas e estruturadas na fase do planeamento, de modo a torná-las mais eficazes.

Com a prática ao longo das aulas, foi possível evoluir ao nível da instrução, tornando-a cada vez mais eficaz. Um dos fatores que influenciou negativamente a instrução numa fase inicial, foi a falta de relação com os alunos.

2.2 Gestão

A gestão da aula é um conjunto de comportamentos do professor que permitem controlar o tempo, os espaços, as tarefas e o comportamento dos alunos (Sarmiento et al., 1990).

O tempo de empenho motor é um aspeto a ter em conta para que possa existir uma boa gestão de aula. No entanto, esse elevado tempo de empenho motor deve ir ao encontro ao objetivo. Para existir uma gestão de aula eficaz, foi necessário a realização de um planeamento detalhado, de modo a permitir que fossem evitadas situações inesperadas.

Uma instrução bem estruturada, assim como a criação de rotinas, foram meios utilizados durante o ano letivo, que nos conduziram também a uma melhor gestão. A criação da rotina de organização na mobilização articular, permitiu ao longo do ano que os alunos se prontificassem para o aquecimento de forma rápida.

A evolução da nossa instrução ao longo do ano permitiu que existisse um foco nas componentes essenciais e assim transmitir a informação necessária de forma sintetizada, obtendo mais tempo disponível para a prática e conseqüentemente um maior tempo potencial de aprendizagem.

Uma das principais evoluções ao longo do ano letivo foi a organização dos exercícios, pois procurámos cada vez mais organizar os exercícios de modo a realizar transições rápidas, procurando manter a mesma organização ou então efetuando o mínimo de alterações de forma simples e bem definida durante a instrução. Qualquer rotação que fosse necessária realizar, era feita da forma mais simples possível.

O posicionamento do professor é outro fator que influencia a gestão, por isso procurámos circular de forma a manter todos os alunos no campo de visão, de modo que fosse possível transmitir feedbacks constantes, e assim ser possível cumprir os objetivos estipulados.

O modelo misto foi o modelo predominantemente utilizado e permitiu que todos os alunos tivessem ao longo do ano um bom tempo de empenho motor, no entanto este tipo de modelo pode ser um entrave devido à falta de material para a realização de ações técnicas individualizadas.

Uma estratégia adotada para aumentar o tempo de prática, foi a organização e distribuição do material pelo espaço antes da aula começar. Durante a UD de Ténis por exemplo, assim que os alunos chegavam ao espaço da aula, as raquetes já estavam distribuídas pelos lugares que pretendia que ocupassem, facilitando assim a distribuição do material e a organização do exercício. Na fase final da aula, todos os alunos colaboravam na recolha do material para que esta fosse feita de forma rápida. Este tipo de estratégias permitiu rentabilizar o tempo de aula.

2.3 Clima e Disciplina

O clima e a disciplina são dimensões totalmente relacionadas. Segundo Siedentop (1998, p. 137), o clima e disciplina estão associados às interações pessoais e à relação existente entre os intervenientes e o ambiente onde se desenvolvem essas ações.

Estas dimensões estão diretamente relacionadas com a gestão e instrução, na medida em que os comportamentos de indisciplina são mais comuns nos momentos de instrução. Um bom clima proporcionou uma melhor gestão de aula, pois alunos colaboraram na realização de todas as tarefas, sendo possível fazer um melhor aproveitamento do tempo disponível para a aula.

Nas primeiras semanas de aulas, não foi criada uma relação com os alunos, o que nos fez refletir sobre o assunto e concluir que era necessária uma maior interação para que existe um aumento da motivação. O aumento da interação com os alunos quer no espaço de aula, quer nos intervalos das aulas, ajudou na criação de uma relação que teve influência positiva no clima de aula.

Observámos ao longo do ano que os alunos que apresentam maior disponibilidade motora, são também os que por vezes têm comportamentos de indisciplina. Foi necessário que em alguns momentos focar a interação num determinado grupo de alunos, pois cada aluno precisa de um determinado nível de atenção para se manter motivado.

De forma geral, existiu sempre um bom clima de aula e sem momentos de indisciplina que prejudicassem o processo de ensino aprendizagem. Como os poucos momentos de indisciplina ocorriam durante a instrução, em que existiam conversas paralelas, foi criada uma rotina de questionamento direcionado, que exigia a atenção dos alunos durante esse período de tempo.

A criação de competição nos jogos realizados no final das aulas, mantinha os alunos empenhados, o que proporcionava um bom ambiente para um processo de ensino aprendizagem mais eficaz.

O E@D, ao contrário do que pensávamos inicialmente, aumentou a nossa relação com os alunos, pois existia um contacto mais permanente. Essa melhoria na relação com os alunos foi sentida quando se deu o regresso ao ensino presencial, na qual alguns alunos chegavam antes da hora da aula e procuravam interagir sobre conteúdos abordados ou a abordar e curiosidades sobre o desporto.

2.4 Decisões de ajustamento e estratégias

As decisões de ajustamento são alterações que podem ser efetuadas ao nível do planeamento e realização. Estas alterações têm como principal objetivo melhorar do processo de ensino aprendizagem, conduzindo os alunos para o sucesso.

Quando falámos de decisões de ajustamento ao nível do planeamento, podemos abordar as alterações realizadas no plano anual, nas unidades didáticas e nos planos de aula. Devido à alteração no calendário escolar provocada pela pandemia, existiu a necessidade de realizar um ajustamento de início e término das unidades didáticas.

Embora as unidades didáticas tenham sido mantidas, existiu a necessidade de reajustar os objetivos a alcançar. No caso específico da UD de Ginástica de Aparelhos, existiu a necessidade de adaptar os objetivos definidos no PNEF, devido às regras de segurança implementadas pela escola que não permitiram a utilização de alguns aparelhos.

Grande parte das adaptações surgiram devido às condições climáticas, em que por vezes, foi necessário realizar dois planos para os dois espaços possíveis.

Através da realização de um planeamento bem estruturado e com detalhe foi possível evitar que algumas situações acontecessem, no então foi impossível prever todas situações que surgiam ao longo das aulas. Nestas situações o professor deve ser capaz de agir de modo a realizar as alterações necessárias.

A avaliação formativa inicial foi um ponto importante para que fosse possível realizar um planeamento adequado às características dos alunos, prevendo situações que podiam eventualmente ter acontecido. Uma das funções da avaliação formativa processual é a verificação da eficácia das estratégias aplicadas. Caso isso não aconteça, as estratégias e objetivos devem ser reajustados de acordo com as capacidades dos alunos.

No que toca às estratégias utilizadas ao longo do ano, uma delas que demonstrou grande alteração na atenção dos alunos durante a instrução, foi a criação da rotina do questionamento referida anteriormente. Em praticamente todas as aulas era colocado questionamento direcionado, o que diminuiu as conversas paralelas durante os momentos de instrução. Quando este tipo de conversas acontecia, parava a minha instrução de modo que esses alunos compreendessem que não deviam estar a conversar entre eles naquele momento. A criação de rotinas é uma estratégia que permite desenvolver o processo de ensino aprendizagem e torná-lo mais rentável.

Nas reuniões após as aulas foram feitas reflexões sobre estratégias utilizadas e estratégias que podiam melhorar o nosso desempenho e o desempenho dos alunos de modo a atingir os objetivos propostos.

3. Avaliação

Segundo Bento (2003) a avaliação é apresentada como sendo uma ferramenta de aprendizagem, e não como um instrumento que apenas permite atribuir uma classificação

ao aluno. A avaliação foi de carácter contínuo e todos os momentos de avaliação tiveram como objetivo promover a aprendizagem.

De seguida será feita uma análise à avaliação formativa inicial, avaliação formativa processual, avaliação sumativa e autoavaliação.

3.1 Avaliação Formativa Inicial

A avaliação formativa inicial permite ao professor identificar o nível de desempenho dos alunos, definindo assim objetivos adequados e estratégias para atingir esses objetivos (Gonçalves, 2010). Este tipo de avaliação foi essencial para a criação de um planeamento adequado às características dos alunos.

Para a realização da avaliação formativa inicial foi necessário criar um instrumento que permitisse registar todos os dados observados (Apêndice VII). A avaliação formativa inicial foi um processo que se desenvolveu na primeira aula das unidades didáticas. Um momento marcante e de certo modo desmotivante foi sem dúvida a primeira avaliação inicial. Nesta aula não só não conseguimos recolher dados de todos os alunos, como também raramente foram transmitidos feedbacks aos alunos. O facto de não sabermos o nome dos alunos foi o que mais dificultou este processo.

Após a análise dos dados recolhidos foi possível criar um planeamento adequado às características dos alunos que constituem a turma e assim estruturar uma unidade didática com objetivos adequados.

Embora os alunos não se encontrassem no mesmo nível, os conteúdos e as tarefas realizadas foram semelhantes, apresentando apenas diferenças no objetivo de cada exercício. Consequentemente, o feedback transmitido foi também diferenciado.

Nas modalidades abordadas anteriormente pelos alunos, como foi o caso de voleibol, badmínton e futsal, a avaliação inicial era organizada de acordo com os objetivos estipulados pelo PNEF.

No caso da ginástica de aparelhos, os aparelhos a abordar foram o minitrampolim e o duplo minitrampolim. Tendo em conta que os alunos não tinham qualquer contacto com este tipo de aparelho, foi realizada uma avaliação inicial quanto à capacidade de

impulsão e extensão, pois são capacidades essenciais para um bom desempenho nestes aparelhos.

O ténis embora não tenha sido abordado nos anos anteriores, foi lecionado primeiramente em E@D, o que permitiu realizar uma avaliação formativa inicial dos batimentos já no ensino presencial. Nesta avaliação inicial foi necessário eliminar o parâmetro do serviço, pois condicionava todo a avaliação, não sendo praticamente nenhum aluno capaz de realizar o serviço com sucesso.

3.2 Avaliação Formativa Processual

O decreto-Lei n.º 159, diz-nos que “a avaliação formativa assume carácter contínuo e sistemático, ao serviço das aprendizagens, recorrendo a uma variedade de procedimentos, técnicas e instrumentos de recolha de informação, adequados à diversidade das aprendizagens, aos destinatários e às circunstâncias em que ocorrem.”

Este tipo de avaliação forneceu-nos dados sobre a evolução da aprendizagem dos alunos, que permitiu verificar se as estratégias aplicadas estavam a ser eficazes. Quando isso não se verificou, foi necessário adaptar as estratégias e/ou objetivos.

Segundo Carvalho (1994), a avaliação formativa permite o reajustamento fundamentado com base na aprendizagem dos alunos.

Os níveis em que cada aluno se encontrava durante a avaliação formativa eram colocados numa tabela em formato digital, o que permitiu ir reajustando o nível de cada aluno ao longo das aulas.

3.3 Avaliação Sumativa

Segundo o Decreto-Lei n.º 129/2018, de 6 de julho, “a avaliação sumativa traduz-se na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação.”

A avaliação sumativa permitiu realizar uma apreciação do trabalho desenvolvido pelo aluno ao longo do ano letivo. Esta avaliação compreendeu domínio psicomotor, cognitivo e socio-afetivo.

De modo a realizar a avaliação sumativa, foi criado um instrumento (Apêndice VIII) que reunia todos os parâmetros de cada unidade didática. Este instrumento estava associado à grelha de descritores, e assim que eram atribuídas as classificações, automaticamente era criada uma avaliação descritiva das competências do aluno (Apêndice IX).

Em casos excepcionais, como foi o caso do aluno com hipoplasia congênita que não podia realizar a UD de Ginástica, optámos por realizar a avaliação através da realização de tarefas teóricas sobre os conteúdos abordados.

Com a passagem para E@D foi necessário alterar a grelha de avaliação sumativa, pois existiu a necessidade de alterar os parâmetros que seriam avaliados. A adição de um teste escrito foi uma das alterações realizadas à avaliação sumativa.

3.4 Autoavaliação

A autoavaliação realizada pelos alunos, permitiu que estes fossem capazes de refletir sobre o seu desempenho, assim como identificar oportunidades de melhoria do seu desempenho.

A autoavaliação deve ser realizada tendo por base os critérios de avaliação. Como forma de facilitar que o aluno identifique os seus pontos de melhoria, a autoavaliação foi realizada através de um questionário *online* que englobava uma autoavaliação específica para cada conteúdo lecionado (Apêndice X).

Após a avaliação sumativa verificámos se as classificações estavam num valor aproximado ao da autoavaliação, como forma de verificar se os alunos têm capacidade para refletir sobre o seu desempenho. Quando existiu essa discrepância, optámos por falar com o aluno no final de uma aula, de modo a compreender a sua autoavaliação.

A avaliação sumativa obedece a um conjunto de critérios definidos pelo Grupo Disciplinar de Educação Física. Esses critérios foram disponibilizados para que todos tenham conhecimento dos parâmetros avaliados (Apêndice XI).

4. Ensino à distância (E@D)

Devido à situação pandémica vivida no país, o E@D veio substituir o ensino presencial durante 7 semanas.

Como esta situação já tinha acontecido no ano letivo anterior, na primeira aula do ano letivo foi criada uma turma virtual com todos os alunos na plataforma *Google Classroom*. Esta plataforma permitiu comunicar com os alunos, partilhar ficheiros, criar tarefas, entre outras funções.

Com passagem para E@D, os horários foram adaptados e as aulas divididas em 50% síncronas e 50% assíncronas. Devido a esta alteração existiu a necessidade de reajustar o plano anual, as unidades didáticas e os planos de aula de modo a adequá-los à situação vivida no momento.

Nas aulas síncronas foram lecionadas as unidades didáticas inicialmente planeadas, sendo o principal foco na interação com os alunos através de questionamento e jogos didáticos, mantendo-os assim empenhados.

Nas aulas assíncronas os alunos tiveram como tarefa realizar exercícios de condição física que eram demonstrados na aula anterior à aula assíncrona. O grande foco nas aulas assíncronas era que os alunos dedicassem algum tempo do seu dia ao exercício físico, enquanto aprendiam alguns conceitos teóricos relacionados com aptidão física. Inicialmente foi proposta a realização dos exercícios nas aulas síncronas, no entanto nem todos tinham condições para o fazer.

Em reunião do grupo disciplinar foi estabelecido que a avaliação das unidades didáticas devia contemplar 50% de ensino presencial e 50% do E@D, isto porque todos os professores iniciaram a UD em ensino presencial. A avaliação do E@D englobou realização das tarefas assíncronas, qualidade de participação nas aulas síncronas, cumprimento de objetivos de aprendizagem, e qualidade do conteúdo das tarefas realizadas tal como testes escritos e questionamentos.

Embora a preferência seja sempre pelo ensino presencial e pelo verdadeiro contacto com os alunos, o E@D permitiu desenvolver novas estratégias que podem ser novamente utilizadas numa situação futura. Esta experiência contribuiu assim para o nosso desenvolvimento de capacidades.

5. Coadjuvação no 2º ciclo

Uma das tarefas a realizar durante o EP foi lecionar 4 aulas, ao longo de um período mínimo de 1 mês, em outro ciclo de ensino. Este trabalho foi realizado na escola Alice Gouveia, que se insere no Agrupamento de Escolas Coimbra Sul, com uma turma de 6º ano.

A nossa intervenção deu-se na UD de Basquetebol e de Ginástica de Solo. Relativamente às duas primeiras aulas, foi abordado o drible de progressão e proteção, paragem a 1 tempo e lançamento na passada. Nesta aula optámos por realizar exercícios simples, mas que promovessem a competitividade, no entanto esse acabou por se tornar um problema pois os alunos levaram a competição demasiado a sério, entrando por vezes em discussões com os colegas. De modo a evitar isso, optámos por realizar um ajustamento durante a aula e foram retirados pequenos pormenores que tornavam os exercícios competitivos.

Nas duas últimas aulas, foi introduzido o rolamento à frente, rolamento à retaguarda, avião, ponte, roda e apoio facial invertido. A principal diferença sentida em relação ao ensino secundário, foi sem dúvida o ritmo de aprendizagem, visto que os alunos precisaram de muito mais tempo do que o inicialmente estipulado e por isso não foi possível lecionar todos os conteúdos. Uma das estratégias diferenciadoras relativamente ao ensino secundário, foi a realização dos movimentos mais complexos apenas com a nossa presença, o que diminuiu também o tempo de empenho motor comparativamente às aulas lecionadas no ensino secundário.

A principal diferença, no entanto, foi sentida ao nível da concentração dos alunos, pois verificámos que estes se distraem mais facilmente durante a instrução e realização das tarefas. Embora mais distraídos durante as instruções, verificou-se um elevado empenho na realização de todas as tarefas, existindo sempre interesse em saber mais sobre as modalidades.

Apesar dos ajustamentos que foram necessários realizar, todos os exercícios foram organizados de forma simples, tendo sido realizados com sucesso.

Esta tarefa reforçou que é necessário ter um prévio conhecimento das características dos alunos, de forma a criar estratégias adequadas.

6. Questões Dilemáticas

Neste ponto farei uma reflexão sobre as principais dificuldades e evoluções sentidas ao longo do processo de intervenção pedagógica desenvolvido durante o EP.

Relativamente ao planeamento, a principal dificuldade sentida foi na criação da UD de uma forma bastante complexa, em que por vezes nos questionámos da importância do documento, no entanto veio a facilitar o planeamento das tarefas a realizar nas aulas. Inicialmente foi também sentida uma dificuldade ao nível do planeamento das aulas, pois optámos por construir um plano com um grande número de exercícios o que resultava em pouco tempo por tarefa, acabando por resultar na não realização de algum dos exercícios. Após uma reflexão sobre o planeamento das aulas, optámos por reduzir o número de exercícios, assim como simplificar as transições.

Abordando agora a realização, no que toca à instrução melhorámos principalmente a capacidade de síntese, transmitindo apenas a informação útil aos alunos, de modo que estes sejam capazes de a reter. A gestão inicialmente foi um problema devido ao mau planeamento, em que como referimos anteriormente optávamos por realizar muitos exercícios e devido às transições ou ao aumento de tempo de prática por exercício, acabava por não ser possível cumprir o plano na totalidade. Inicialmente não nos sentíamos confiantes para efetuar alterações durante a aula, no entanto, percebemos rapidamente que era vantajoso ajustar as tarefas se estas não estivessem a resultar. A avaliação foi um processo bastante mais complexo do que esperávamos. Após a primeira avaliação formativa inicial percebemos que na criação do plano devemos sempre ter em conta se os exercícios nos permitem observar facilmente o que se pretende.

A intervenção pedagógica sofreu grandes evoluções, e embora satisfeitos com a prestação, existe ainda um grande caminho a percorrer.

Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar

Uma das tarefas a realizada durante o EP consistiu no acompanhamento a um cargo de gestão intermédia, tendo como objetivo a compreensão da intervenção dos professores na gestão da escola.

Para o cumprimento desta tarefa foi feita a assessoria à Diretora de Turma e docente de Biologia do 12º1E. O Diretor de Turma ocupa uma posição importante nas

estruturas de gestão intermédia da escola, sendo fundamental na coordenação dos professores (Formosinho, 1987). Torna-se assim uma mais-valia, a assessoria a este cargo.

De modo a cumprir os objetivos estipulados nesta área, foram realizadas tarefas como auxílio na organização do dossier de turma, comunicação de situações problemáticas, acompanhamento da diretora de turma no atendimento semanal aos encarregados de educação, entre outras tarefas.

O acompanhamento deste cargo permitiu desenvolver novas competências quanto a gestão e organização escolar, sendo possível a completa compreensão da importância do Diretor de Turma para o bom funcionamento de todo o processo de ensino aprendizagem. Este é um cargo que provavelmente iremos exercer ao longo do percurso, e por isso é importante compreender todas as funções inerentes ao cargo.

Área 3 – Projetos e parcerias educativas

A área apresentada tem como principais objetivos o desenvolvimento de competências e a participação na organização escolar. Ao longo do ano foram realizados 2 eventos que permitiram desenvolver as capacidades pretendidas.

O primeiro evento organizado pelo núcleo de estágio foi o Corta-Mato, que ocorreu no dia 16 de dezembro. Esta foi uma atividade de atletismo que esteve inserida no Programa de Desporto Escolar, permitindo desenvolver o espírito competitivo dos alunos, assim como a sua motivação para a prática de exercício fora do contexto escolar. Nesta seriam aprovados atletas para a fase seguinte que é realizada a nível distrital, no entanto não se realizou devido à pandemia.

Esta atividade contou com a participação de 54 alunos, pois existiu a necessidade de limitar inscrições de modo a manter as regras de segurança durante a realização do evento. O balanço desta atividade é positivo, embora tenham existido alguns lapsos durante a organização do evento.

No segundo evento foi realizada uma atividade competitiva denominada de “*Geocaching and Skills*”. Ao longo deste evento os alunos competiam em pequenos grupos através da realização de pequenos jogos que desafiavam as suas capacidades em

diferentes locais. Esta atividade foi organizada juntamente com o Núcleo de Estágio de Português e o Núcleo de Estágio de Geografia.

Com esta atividade pretendeu-se que os alunos desenvolvessem não só o espírito competitivo como também a cooperação. Este evento foi de encontro ao planeado e recebeu um feedback positivo por parte dos participantes. Este evento teve presente 34 equipas, fazendo um total de mais de 100 participantes.

A realização destas atividades apenas foi possível devido à colaboração de todo o meio escolar. De destacar a disponibilidade total do grupo disciplinar de Educação Física na colaboração de ambas as atividades.

A realização destas atividades permitiu desenvolver competências de organização e gestão de eventos escolares, assim como melhorar a capacidade de trabalho em equipa.

Área 4 – Atitude ético-profissional

O professor é um profissional que obriga a um modo particular de ser e estar perante a comunidade (Silva, 1994).

O ambiente em que nos inserimos influencia diretamente a pessoa que somos e por isso, procurámos rodear-nos de profissionais que promovessem uma boa interação e que contribuíssem para a criação de um bom clima de aprendizagem.

Toda a interação vivida ao longo do ano no grupo disciplinar, no núcleo de estágio, conselhos de turma, e restantes grupos, contribuiu para o desenvolvimento ético-profissional.

O desenvolvimento da identidade de cada aluno depende em grande parte das interações existentes no meio escolar em que cada um se insere, sendo este construído de acordo com todos os intervenientes que dele fazem parte. Assim sendo, a interação dos docentes com os alunos, deve sempre ter em conta que esta pode influenciar as futuras ações do aluno. Através das suas atitudes com os alunos, o professor deve ser capaz de transmitir valores como responsabilidade, integridade, excelência, exigência, curiosidade, reflexão, inovação, cidadania, participação e liberdade.

Ao longo do ano procurámos transmitir todos esses valores aos alunos, procurando sempre criar um bom ambiente de aula, de modo que os alunos pudessem ter um exemplo de valores a seguir, que terão impacto positivo ao longo da vida.

A transmissão de valores e a procura de conhecimento devem ser constantes ao longo das nossas vidas, procurando sempre tornar-nos pessoas melhores e mais cultas. Como forma de ampliar o conhecimento na área do Ensino da Educação Física e melhorar o processo de ensino aprendizagem, estivemos presentes em formações e fóruns. O “X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física – Ensinar e formar em Educação Física durante a pandemia”, onde destacámos o tema que abordou a importância das interações com os alunos. A participação no webinar “Oportunidades da Educação Olímpica em Contexto Escolar” que deu destaque à importância do professor no processo educativo dos alunos. O seminário “COMEDIG – Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal”, na qual participei, contribuindo para o desenvolvimento de competências que são essenciais para a realização pessoal e profissional. De modo a aumentar o portefólio de conhecimentos participámos também na formação específica de atletismo “Estafeta do Conhecimento”.

CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA

Perceção sobre a Intervenção Pedagógica em Educação Física: Estudo comparativo de professores estagiários e respetivos alunos

The perception on the Pedagogical intervention in physical education: comparative study between trainee teachers and their students

José Nuno Pinto Vieira

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

Professora Doutora Elsa Maria Ferro Ribeiro Silva

Resumo

Este estudo tem como objetivo identificar as divergências e convergências sobre o processo de intervenção pedagógica na aula de Educação Física entre professor estagiário e respetivos alunos, com vista a tornar o processo de ensino aprendizagem mais eficaz. Para a realização deste estudo foi utilizado um questionário em espelho ao professor e respetivos alunos sobre a intervenção pedagógica. Este questionário foi aplicado em dois momentos distintos e entre eles foram usadas estratégias para melhorarem os problemas que levavam às perceções divergentes. No segundo momento de análise foi possível verificar que as estratégias aplicadas nas diferentes dimensões do processo de intervenção pedagógica tiveram um resultado positivo, sendo possível diminuir as divergências encontradas inicialmente e aumentar os valores médios da perceção do professor e alunos em todas as dimensões. O conhecimento da perceção dos alunos foi uma mais-valia para o processo de ensino aprendizagem.

Palavras-chaves: Ensino-aprendizagem, Intervenção Pedagógica, Perceção

Abstract

This study aims to identify the divergences and convergences on the pedagogical intervention process in the Physical Education class, between the trainee teacher and the respective students, making the teaching-learning process more effective. To carry out this study, a mirror questionnaire was applied to the teacher and the respective students about the pedagogical intervention. This questionnaire was applied in two different moments, between them, strategies were applied based on the divergences registered in the first moment. In the second moment of analysis, it was possible to verify that the strategies applied in the different dimensions of the pedagogical intervention process had a positive result, being possible to reduce the divergences found initially and increase the average values of the perception of the teacher and students in all dimensions. The knowledge of the students perception was an asset for the teaching-learning process.

Keywords: Teaching-learning, Pedagogical Intervention, Perception

Introdução

Neste projeto investigativo, pretende-se analisar a “*Percepção de estagiários e respectivos alunos, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula*”. Pretende-se assim, analisar a intervenção do professor estagiário, através do ponto de percepção do professor e respectivos alunos, identificando convergências e divergências, com vista a aplicar medidas para melhorar o processo de ensino do professor e de aprendizagem dos alunos, verificando os resultados após a aplicação das estratégias.

O desenvolvimento deste estudo teve dois momentos de aplicação. Após a primeira recolha, análise e reflexão dos dados, foram definidas medidas a aplicar com o objetivo de responder principalmente às divergências entre professor e alunos, verificando e analisando posteriormente através do segundo momento de aplicação, se existiu uma alteração da percepção com a implementação das mesmas.

Enquadramento Teórico

O processo de ensino aprendizagem é desenvolvido através da conjugação de três componentes, o professor, os alunos e o conhecimento.

A escola é um meio que permite ao aluno desenvolver-se através das relações que nela cria, sendo estas relações indispensáveis para o desenvolvimento do aluno. A relação de afetividade entre professor e aluno é fundamental para que este não seja prejudicado no seu desenvolvimento. A motivação é um dos principais fatores que deve estar presente em todas as tarefas desenvolvidas, facilitando assim o processo de ensino aprendizagem (Mayer, 2017).

Ao longo desta investigação foi analisado o processo de intervenção pedagógica na aula entre o professor estagiário e os respectivos alunos, através das divergências e convergências encontradas, pois são estas divergências que por vezes criam um clima

menos favorável à aprendizagem. O professor deve ser capaz de criar experiências positivas, em que os alunos desenvolvam as suas capacidades, facilitando assim o processo de ensino aprendizagem através de um bom clima de aula e de uma boa relação entre professor e aluno (Siedentop, 2008).

Segundo Rosado e Ferreira (2009), o ambiente de aprendizagem resulta da convergência entre professores e alunos, na qual estão inseridas as expectativas e concepções relativamente ao ensino. Assim sendo, é necessário compreender ambos os lados e encontrar uma solução de modo que sejamos capazes de cumprir com os objetivos propostos.

Os alunos apresentam intenções diferentes dos professores para as aulas de Educação Física, o que poderá provocar uma discórdia, tendo em conta que os alunos tentam alterar as tarefas de modo a corresponder às suas vontades. É fundamental enquanto professor, compreender a perspetiva dos alunos, podendo assim negociar com as suas vontades de modo a criar exercícios dinâmicos e que vão de encontro aos objetivos propostos (Silva, 2017).

A lecionação da disciplina de Educação Física, segundo Bento (1998), obriga à realização de três principais tarefas, sendo elas as tarefas de preparação, de realização e de análise e avaliação quer do produto, quer do processo de ensino.

Ser professor é um processo complexo e que se vai construindo desde o percurso escolar enquanto aluno, até à socialização profissional constante ao longo da carreira, o que contribuí para a construção da identidade profissional (Silva, 2019).

Durante o Estágio Pedagógico é possível colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do percurso escolar, sob a orientação de professores com elevada experiência no ensino. Assim sendo, será também a circunstância ideal para esta investigação, encontrando as divergências e convergências entre professor estagiário e os

respetivos alunos, uma vez que segundo Rosado e Ferreira (2019), o ambiente de aprendizagem é construído com base nas convergências que existem no processo de intervenção pedagógica. Com isto será possível desenvolver estratégias de modo a tornar o processo de ensino aprendizagem mais eficaz.

Este estudo tem como objetivo geral identificar as convergências e, principalmente as divergências sobre o processo de intervenção pedagógica entre o professor (estagiário) e os alunos, contribuindo assim para a melhoria do processo de ensino do professor e de aprendizagem dos alunos. Tem ainda como objetivos específicos: definir medidas como forma de melhorar a intervenção pedagógica e verificar se as mesmas resultaram.

Método

Este estudo é composto por 2 momentos. No 1º momento foi utilizada uma metodologia quantitativa, apresentando valores de estatística descritiva, tais como média, moda, frequência, mínimo, máximo, percentagem, desvio padrão. Nesta fase foram comparadas as médias dos alunos com as médias do professor, de modo a encontrar os valores divergentes nas diferentes dimensões. No 2º momento foram novamente calculadas as médias e comparadas com o 1º momento através da utilização de um teste não paramétrico (Wilcoxon), o que permitiu analisar e verificar se existiram diferenças estatisticamente significativas.

Amostra

A amostra deste estudo é uma amostra intencional, visto que os questionários aplicados foram aplicados a uma turma específica de Educação Física. Através disso, é

possível melhorar as estratégias e metodologias de ensino, indo ao encontro das necessidades da turma.

No presente estudo, participaram 25 alunos da Escola Secundária de Avelar Brotero, especificamente da turma 1E do 12ºano do Curso Científico Humanístico de Ciências e Tecnologias e o professor estagiário de Educação Física da respetiva turma.

Dos 25 jovens inquiridos, 20 são do género feminino (80,0%) e 5 do género masculino (20,0%), com idades compreendidas entre 16 e 18 anos ($17,24 \pm 0,597$).

Foi garantido o anonimato e confidencialidade de todos os dados recolhidos ao longo do estudo.

Tabela 1 - Caracterização da amostra, variável género

Género	Frequência	Percentagem
Masculino	5	20,0%
Feminino	20	80,0%
Total	25	100%

Tabela 2 - Caracterização da amostra, variável idade

Idade	Frequência (n=25)	Percentagem (%)	Média	Desvio Padrão
16	2	8,0%	17,24	0,597
17	15	60,0%		
18	8	32,0%		
Total	25	100%		

Instrumentos

Para efetuar a recolha de dados, foi utilizado o “Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor de Educação Física – professor” (QIPP-p) e o “Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor de Educação Física – alunos (QIPP-a), ambos adaptados dos “Questionários de Qualidade Pedagógica no Ensino Secundário para Professor/Aluno”, de Ribeiro da Silva (2017).

Estes questionários são idênticos, embora em “espelho”, e estão estruturados em 44 afirmações indexadas a 4 dimensões de intervenção pedagógica, apresentando-se numa escala de *Likert* com 5 níveis de concordância, sendo o 1 “Nunca”, 2 “Raramente”, 3 “Algumas Vezes”, 4 “Muitas Vezes” e 5 “Sempre”. As 44 afirmações estão indexadas a 5 dimensões, sendo elas a Instrução (13), o Clima (13), o Planeamento e Organização (8), a Avaliação (6) e Disciplina (4).

São ainda apresentadas 3 questões abertas relativamente à opinião e sentimentos dos inquiridos acerca das aulas de Educação Física.

Procedimentos

Inicialmente, o professor estagiário respondeu ao QIPP-p, tendo por base todas as aulas lecionadas desde o dia 21 de setembro de 2020.

No início da aula, de modo que não exista qualquer tipo influência nas respostas dos alunos, o professor que leciona as aulas ausentou-se. Optou-se então pela intervenção de outro professor na aplicação do questionário, na qual o docente realizou uma breve explicação relativamente à importância do questionário, assim como das respostas sinceras, referindo que este se trata de um questionário totalmente anónimo.

Após a recolha e análise dos questionários, foi necessário identificar as principais divergências de entendimento sobre as aulas e realizar uma reflexão sobre as mesmas.

Esta reflexão teve como objetivo criar estratégias/medidas, com o objetivo de melhorar a intervenção do professor estagiário e o processo de ensino aprendizagem.

Com vista a verificar se existiram alterações da perceção dos alunos e perceção do professor quanto à intervenção pedagógica, foi realizada uma 2ª aplicação dos questionários que permitiu realizar uma comparação estatística.

Tabela 3 - Organização dos procedimentos

Fases	Data
Aplicação do questionário ao professor	23 de outubro de 2020
Aplicação do questionário aos alunos	11 de novembro de 2020
Identificação e reflexão das divergências	novembro de 2020
Criação de estratégias/medidas	novembro de 2020
Aplicação de estratégias/medidas	novembro de 2020 a fevereiro de 2021
2ª Aplicação do questionário ao professor	12 de maio de 2021
2ª Aplicação do questionário aos alunos	12 de maio de 2021
Identificação e reflexão das divergências	13 de maio de 2021

Análise estatística

Para análise dos dados recolhidos, foi usado o *software IBM SPSS Statistics 27*, que permitiu tratar de forma organizada, todas as respostas obtidas através da aplicação dos questionários.

Relativamente à estatística descritiva, foi registada a média como uma medida de tendência central, o desvio padrão como medida de dispersão, a moda para obter o valor

mais frequente nas questões e ainda o mínimo e máximo como medida de localização relativa.

As médias de resposta dos alunos por dimensão serão representadas e comparadas às respostas do professor através de tabelas simplificadas. Após esta análise foi possível identificar as principais divergências e convergências entre a percepção do professor estagiário e dos alunos, permitindo a exploração de medidas e estratégias que possam ser aplicadas com vista a melhorar a intervenção do professor estagiário, melhorando assim o processo de ensino aprendizagem. Com os dados obtidos no 2º questionário foi possível realizar uma comparação estatística que permitiu verificar se existiram melhorias, utilizando o valor de corte $p < 0,05$.

Apresentação e Discussão de Resultados

É através da análise dos resultados obtidos no 1º momento, relativamente à percepção de estagiários e respetivos alunos, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula, que existirá a criação de estratégias com o objetivo de melhorar a intervenção pedagógica e conseqüentemente o processo de ensino aprendizagem.

Assim sendo, pretendeu-se verificar quais as dimensões que apresentavam mais convergências e quais as que apresentam mais divergências, tendo como foco os pontos negativos para a criação das estratégias.

As diferentes respostas nas variadas dimensões, foram classificadas como pontos fracos quando a média de respostas se encontra de 1 a 2, pontos fortes de 4 a 5 e incertezas/dúvidas correspondem ao valor 3.

Na afirmação 12, 16 e 23, os valores apresentados foram colocados de forma inversa, facilitando a análise, pois estes itens encontram-se organizadas contrariamente a todos os outros.

Análise de Resultados por Dimensão (1º momento)

Para análise de resultados, realizou-se o cálculo da estatística descritiva de todos os itens, organizados de acordo com a dimensão, conseguindo assim perceber quais as dimensões com mais divergências, de modo que o foco principal seja nessas mesmas dimensões.

Dimensão Planeamento e Organização

Tabela 4 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Planeamento e Organização – 1º momento

Planeamento e Organização							
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Respostas Professor
1 - Planifica a matéria, de forma lógica.	25	4	5	5	4,88	,332	5
3 - Apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	25	3	5	5	4,72	,614	4
4 - Informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	25	3	5	5	4,64	,569	4
5- Cumpre o horário da aula.	25	4	5	5	4,96	,200	4
6 - É assíduo.	25	4	5	5	4,84	,374	5
12 - Gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.	25	3	5	4	4,40	,577	3
26 - Preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	25	3	5	5	4,72	,542	4
44 - Utiliza TIC's (tecnologias de informação e	25	1	5	1	2,04	1,567	2

comunicação) durante as aulas.							
Média Total	---	---	---	---	4,65	---	3,88

Relativamente à dimensão planeamento e organização, a média das respostas dos alunos têm o valor de 4,65, enquanto a média do professor estagiário corresponde a 3,88 valores, existindo uma diferença de 0,78.

Nesta dimensão a moda apresenta o valor 5 em todos os itens, o que significa que a maioria dos alunos, atribuiu o valor máximo nas diferentes questões desta dimensão.

O item de destaque nesta dimensão foi o número 44, “Utiliza TIC’s (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.”. Esta foi a única afirmação dentro da dimensão, à qual alguns alunos responderam com o valor mínimo, pois consideram que o professor nunca utilizou TIC’s durante as suas aulas. O professor estagiário atribuiu o valor 2 (Raramente), o que vai ao encontro da média resultante das respostas dos alunos (2,04). Embora não exista divergência entre a média e o valor atribuído pelo professor, existiram alguns alunos que atribuíram o valor 5 a este item, o que de modo algum representa o que acontece nas aulas. Embora nada garanta que a utilização de TIC’s fará com que exista uma melhoria do processo de ensino aprendizagem, deve ser testada a utilização de tecnologias de informação e comunicação de modo a perceber se isso irá desencadear uma melhor aprendizagem por parte do aluno.

Além desta divergência, o valor mais baixo atribuído pelo professor (3), foi relativamente ao gasto de tempo nas explicações, pois embora considere que demora o tempo necessário para que todos os alunos compreendam na perfeição o exercício, é possível existir uma redução do tempo de explicação, conseguindo assim aumentar o tempo de prática.

Contudo, observando a média das respostas dos alunos (4,40), considera-se que a maioria dos alunos acha que o tempo utilizado para a explicação não é demasiado.

Quanto aos restantes itens, não existem valores divergentes que se possam considerar relevantes.

Dimensão Instrução

Tabela 5 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Instrução – 1º momento

	Instrução						
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Respostas Professor
2 - Apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	25	4	5	5	4,80	,408	4
10 - Conhece a matéria que está a ensinar.	25	4	5	5	4,96	,200	4
13 - Dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	25	4	5	5	4,52	,510	3
21 - Corrige os alunos ao longo da aula.	25	4	5	5	4,88	,332	5
25 - Preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	25	3	5	5	4,68	,557	4
29 - Coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	25	4	5	5	4,92	,277	4
30 - Faz um resumo da matéria no início e final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.	25	4	5	5	4,88	,332	4
34 - É claro quando corrige os alunos.	25	4	5	5	4,88	,332	4
35 - Dá informações decisivas para a melhoria das	25	4	5	5	4,68	,476	4

aprendizagens dos alunos.							
37 - Utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.	25	2	5	4	4,00	,866	5
38 - Utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas aprendizagens.	25	3	5	4	4,08	,640	3
39 - Utiliza, os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	25	1	5	3	3,12	1,166	4
40 - Certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	25	4	5	5	4,92	,277	5
Média Total	---	---	---	---	4,56	---	4,08

Em relação à percepção dos alunos e professor da intervenção pedagógica na dimensão instrução, constatámos uma diferença de 0,48 entre a média de respostas dos alunos e do professor estagiário, onde se verificam mais convergências do que divergências.

A moda verificada com mais frequência nesta dimensão foi 5, no entanto verifica-se que existe um item em que a moda é 4 e o professor tem a percepção superior com o valor de 5. Existe ainda um item em que a moda é 3 e o professor atribuí o valor de 4.

Relativamente ao item 37 que diz “Utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios”, a média de respostas dos alunos é 4, o que faz com que exista uma diferença de exatamente 1 valor quanto à resposta do professor neste item. A demonstração é uma das principais componentes da instrução (Siedentop, 2008) e por isso deve ser sempre realizada de forma objetiva e clara. O facto de existirem respostas divergentes neste item, pode dever-se à não exemplificação de exercícios que eventualmente já foram abordados em momentos passados, no entanto, deve sempre

recorrer-se à demonstração de modo que todos os alunos consigam ter uma explicação visual de como o exercício se concretiza. Este será um ponto de foco na criação de estratégias para a melhoria do processo de ensino aprendizagem.

O item 39 que aborda a utilização dos melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos restantes colegas, apresenta como resposta mínima o valor 1 e como resposta máxima o valor 5, o que nos indica desde já que existem bastantes divergências entre alunos no que respeita a este item. A entajada na turma é sem dúvida um ponto positivo para todos, mas principalmente para os alunos com mais dificuldades, no entanto, deve ser controlada, para que os alunos com mais capacidades não sejam prejudicados. Ao longo das aulas por vezes é dado feedback aos alunos que se destacam, para que estes partilhem um pouco do que sabem junto dos alunos com mais dificuldades. Por vezes esta situação é perceptível para a maioria dos alunos, pois embora os alunos estejam a ajudar-se uns aos outros, como a modalidade abordada na altura do questionário (badminton) é jogada em 1vs1 ou 2vs2, os restantes alunos acabam por nem perceber que existiu uma instrução do professor para que exista uma entre ajuda em alguns grupos. Contudo, este item pode ser melhorado, e pode ser utilizado com mais frequência o ensino recíproco, em que os alunos trabalham em pares e fornecem feedback de acordo com os critérios estipulados pelo professor (Nobre, 2017).

Dimensão Disciplina

Tabela 6 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Disciplina – 1º momento

Disciplina							
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Respostas Professor
7 - Mantém a turma controlada.	25	3	5	4	4,16	,554	4
14 - É justo e coerente nas decisões que toma	25	4	5	5	4,76	,436	5

perante comportamentos inapropriados.							
23 - Por vezes, permite comportamentos inapropriados.	25	3	5	5	4,48	,653	5
28 - Previne comportamentos de indisciplina.	25	1	5	5	4,56	,917	4
Média Total	---	---	---	---	4,49	---	4,5

A dimensão disciplina é a que apresenta menos divergências comparativamente a todas as restantes dimensões, o que significa que a turma está totalmente controlada e não existem praticamente comportamentos inadequados, e quando existem, são tomadas as medidas corretas.

Os itens apresentam médias muito semelhantes, que se situam entre os 4 e os 5 valores, o que corresponde exatamente às respostas do professor.

No item 23 “por vezes, permite comportamentos inapropriados”, é apresentado um mínimo de 1, no entanto, tendo em conta que as respostas abaixo de 3 são praticamente inexistentes, podemos considerar de certo modo irrelevante. Os comportamentos de indisciplina devem ser totalmente prevenidos (Costa, Diniz, Carvalho, & Onofre, 1996), e não deve ser necessário que existam comportamentos de indisciplina para que sejam tomadas medidas para os evitar. Devemos sim tomar as medidas logo desde início, para prevenir que tais acontecimentos possam surgir ao longo do ano.

Dimensão Avaliação

Tabela 7 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Avaliação – 1º momento

Avaliação							
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Respostas Professor
8 - Dá a conhecer ao aluno a qualidade do seu desempenho em aula.	25	4	5	5	4,92	,277	4
15 - É justo nas avaliações.	25	4	5	4	4,44	,507	5
31 - Utiliza formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	25	2	5	3	3,12	,833	3
32 - Apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	25	3	5	4	3,92	,640	3
33 - Foca a sua avaliação nos conteúdos lecionados.	25	4	5	5	4,88	,332	5
41 - Corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.	25	1	5	5	3,48	1,610	5
Média Total	---	---	---	---	4,13	---	4

Analisando os resultados obtidos na tabela da dimensão avaliação, verificamos que a média de respostas dos alunos é de 4,13 e a média de respostas do professor é de 4, constatando-se apenas de uma diferença de 0,13.

Relativamente ao item 31, “utiliza formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.)”, verificámos que este apresenta o valor de média de resposta mais baixo nesta dimensão, apresentando uma média de 3,12. Embora o professor tenha atribuído o valor 3 a esta resposta, este é um aspeto a melhorar, visto ser vantajoso utilizar diferentes métodos de avaliação, pois até ao momento apenas se recorreu aos testes escritos e trabalhos quando o aluno não se encontra com

capacidades de realizar os exercícios propostos ao longo das aulas. Embora a Educação Física tenha o foco na componente prática, devemos optar também por outros métodos de avaliação, não prejudicando os alunos que apresentam menos disposição motora.

A afirmação 41, “corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados”, apresenta a média de 3,48 e é o item que se verifica mais divergência entre alunos e professor, ao qual o professor atribuí o valor 5. Sem dúvida que este é um aspeto a ter em conta na construção de medidas a implementar, visto que a avaliação possui uma vertente formativa, na qual deve ser proporcionado feedback aos alunos sobre as aprendizagens realizadas, resultando de uma motivação extra para que os alunos adquiram novas aprendizagens (Estrela, 2015). O processo avaliativo deve ser justo de modo a motivar os alunos, pois caso contrário proporcionará apenas uma desmotivação.

Dimensão Relação Pedagógica

Tabela 8 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Relação Pedagógica – 1º momento

Relação Pedagógica							
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Respostas Professor
9 – Dá ritmo e entusiasmo às aulas.	25	3	5	5	4,56	,583	4
11 - Aceita as novas ideias dos alunos.	25	3	5	4	4,36	,638	3
16 - Por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.	25	4	5	5	4,92	,277	5
17 - Encoraja os alunos.	25	3	5	5	4,60	,645	4
18 - Dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	25	3	5	5	4,08	,862	3
19 - Estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	25	3	5	5	4,48	,586	3

20 - Estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	25	3	5	5	4,60	,645	4
22 - Relaciona-se muito bem com os alunos.	25	1	5	5	4,68	,852	4
24 - Fomenta uma relação positiva entre os alunos da turma.	25	3	5	5	4,60	,645	4
27 - Preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	25	3	5	5	4,88	,440	5
36 - Trata os alunos com respeito.	25	5	5	5	5,00	,000	5
42 - Mostra disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.	25	1	5	5	4,52	,918	4
43 - Motiva os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).	25	1	5	2	2,88	1,509	2
Média Total	---	---	---	---	4,47	---	3,85

Através da análise da dimensão relação pedagógica, verificamos que grande parte dos itens apresenta uma média entre 4 e 5 valores, excetuando-se o item 43, que apresenta uma média inferior a 3 valores. O item “motiva os alunos de modo que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres)”, apresenta o valor 2 como moda. Embora não exista uma divergência de elevado valor, este é um dos principais pontos a ser melhorado nesta dimensão, sendo que é necessário aumentar a motivação para a prática de exercício fora do contexto escolar. Embora sejam praticadas diversas modalidades, que podem desencadear o interesse de algum aluno pela prática da mesma, não tem sido suficiente para motivar a que estes decidam praticar algum desporto. Uma das formas de aumentar o gosto pela atividade física, é criar momentos de prazer durante

o processo de ensino, através de experiências positivas, proporcionando assim ao aluno uma aula desafiadora e motivante. As experiências positivas ao longo das aulas de Educação Física, alteram a forma como os alunos observam a atividade física (Curran, Hill, Hall, & Jowett, 2015), podendo assim contribuir para o gosto pela prática de algum esporte fora do contexto escolar.

Em relação ao item 22, “relaciona-se muito bem com os alunos”, observamos que o valor mínimo é de 1, o que de certa forma é preocupante, visto que existem alunos que consideram que o professor não se relaciona bem de forma alguma com alguns alunos.

Questões de Opinião da importância da Educação Física

Tabela 9 - Estatística Descritiva das respostas dos alunos quanto à importância da Educação Física – 1º momento

Opinião da importância da Educação Física						
	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão
1 - Considero ser importante ter aulas de Educação Física.	25	2	5	5	4,36	1,075
2 - Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes.	25	1	5	5	3,72	1,370
3 - Penso que as coisas que aprendo em Educação Física ser-me-ão úteis ao longo da vida.	25	1	5	4	3,44	1,193
Média Total	---	---	---	---	3,84	---

Com a análise das opiniões dos alunos quanto à importância da Educação Física, verificamos que existem opiniões completamente diferentes, existindo assim um desvio padrão sempre superior a 1 valor.

De uma forma geral, a maioria dos alunos considera ser importante ter aulas de Educação Física, sendo atribuído a este item o valor médio de 4,36.

Em relação à importância da Educação Física comparada às restantes disciplinas, obtivemos uma média de 3,72, considerando assim que de uma forma geral estes a consideram como importante. De certa forma este já era um valor esperado, visto que nem todos os alunos dão a devida importância à Educação Física, não sabendo os benefícios que traz para o seu desenvolvimento. Este pode ser um ponto importante para o professor, pois este deve realçar a importância da Educação Física principalmente para a saúde de todos.

O 3º item, “penso que as coisas que aprendo em Educação Física ser-me-ão úteis ao longo da vida”, é o item com a média mais baixa, o que pode ser devido à falta de conhecimento, pelo que o professor deve ser capaz de utilizar formas para incrementar esse conhecimento nos alunos.

Embora sejam perceções, é necessário que o professor ensine aos seus alunos a importância da Educação Física.

Estratégias a implementar

Com a análise dos resultados nas diferentes dimensões pedagógicas, serão estabelecidas algumas estratégias a aplicar durante o 2º e 3º período.

Em relação à dimensão planeamento e organização, os pontos de destaque foram a não utilização de TIC's e o tempo de instrução dos exercícios, assim sendo, serão utilizados outros materiais tecnológicos de informação e comunicação, tal como questionários *online* e vídeos. Relativamente ao tempo de instrução, serão estabelecidos os pontos chave de cada exercício, com o objetivo de não transmitir demasiada informação, conseguindo assim que todos os alunos compreendam o exercício de forma simples e objetiva.

Analisando os resultados obtidos na dimensão instrução, destaca-se o item de exemplificação dos exercícios e a utilização dos melhores alunos para auxiliar os que

apresentam mais dificuldades. Perante esta situação, irei optar por exemplificar todos os exercícios, permitindo assim aos alunos que observem o exercício tal como se pretende que estes o realizem. Quanto à utilização dos melhores alunos no auxílio dos que apresentam mais dificuldades, irei optar por utilizar com mais frequência o ensino recíproco, em que os alunos podem trabalhar em pares, ajudando-se mutuamente.

Relativamente à dimensão disciplina, não serão aplicadas novas estratégias ou metodologias, pois não existe divergência entre a perceção dos alunos e professor, e além disso as aulas tem decorrido sem qualquer problema de indisciplina.

Falando da dimensão avaliação, em que um dos itens de destaque é a não utilização de diversas formas de avaliação, serão aplicadas medidas como a utilização de questionários para verificar se o aluno adquiriu conhecimentos e também a realização de trabalhos sobre a modalidade que está a ser lecionada, podendo assim avaliar os alunos de diferentes formas. Relativamente à correção dos alunos nas aulas de avaliação, além de serem explicados os pontos-chave antes da realização dos exercícios, será também aumentado o feedback durante a realização dos mesmos.

Quanto à dimensão relação pedagógica, verificamos que é nesta dimensão que encontramos o item de destaque comparativamente a todas as dimensões, pois apresenta o único valor com média inferior a 3, que nos fala sobre motivar os alunos, de modo que estes se interessem pela disciplina fora do contexto escolar, no qual os alunos discordam totalmente, assim como o professor. Posto isto, serão realizados exercícios mais competitivos, divertidos e dinâmicos, proporcionando assim experiências positivas que desencadeiem a procura pela atividade desportiva fora do contexto escolar. Nesta dimensão existiu ainda uma resposta em que o aluno considerava que o professor não se relacionava bem com todos os alunos, e assim sendo, e embora não considere que isso

realmente aconteça, irei ter todo o cuidado na abordagem que é feita aos alunos, e procurarei interagir da forma mais correta com todos.

Análise de Resultados por Dimensão (Comparação entre o 1º e 2º momento)

Após o segundo momento de aplicação dos questionários, os dados obtidos, foram comparados com os anteriormente registados. Como forma de comparar estes valores, foi usado o teste não paramétrico de Wilcoxon, com o nível de significância de 0,05. Com esta comparação é possível verificar se existiu alteração entre na percepção dos alunos e do professor.

Dimensão Planeamento e Organização

Tabela 10 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Planeamento e Organização – 1º e 2º momento

Planeamento e Organização							
Afirmações	Alunos					Professor Estagiário	
	N	Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value	Valor 1º momento	Valor 2º momento
1 - Planifica a matéria, de forma lógica.	25	4,88	4,80	-,816	,414	5	5
3 - Apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	25	4,72	4,92	-1,40	,160	4	4
4 - Informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	25	4,64	4,52	-,90	,366	4	4
5- Cumpre o horário da aula.	25	4,96	4,96	,00	1,000	4	5
6 - É assíduo.	25	4,84	5,00	-2,00	,046	5	5

12 - Gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.	25	4,40	4,44	-,27	,782	3	4
26 - Preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	25	4,72	4,76	-,30	,763	4	4
44 - Utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.	25	2,04	4,80	-4,11	,000	2	5
Média Total	---	4,65	4,78	-1,22	0,441	3,88	4,5

* $p < .05$

Na dimensão planeamento e organização verificaram-se diferenças estatisticamente significativas na afirmação relativa à assiduidade, com uma resposta unânime por parte dos alunos, considerando que o professor é totalmente assíduo.

A outra afirmação onde foram verificadas diferenças estatisticamente significativas, foi na utilização de tecnologias de informação e comunicação durante as aulas, na qual existiu um aumento de 2,76. Esta afirmação foi claramente influenciada devido à passagem do ensino presencial para o ensino à distância, numa fase entre os dois momentos de recolha de dados, na qual foi necessário recorrer a diferentes TIC's para desenvolver o processo de intervenção pedagógica.

Embora não existisse grande divergência entre a perceção do aluno e do professor quanto ao tempo de instrução, foi estabelecida a medida de modo que o professor melhorasse a sua perceção. A perceção do professor aumentou de 4 para 5, e quanto aos alunos verificou-se um aumento de 0,04, não apresentando diferenças estatisticamente significativas.

Dimensão Instrução

Tabela 11 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Instrução – 1º e 2º momento

Afirmações	Instrução						
	Alunos					Professor Estagiário	
	N	Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value	Valor 1º momento	Valor 2º momento
2 - Apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	25	4,80	4,84	-,37	,705	4	4
10 - Conhece a matéria que está a ensinar.	25	4,96	4,88	-1,00	,317	4	4
13 - Dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	25	4,52	4,72	-1,50	,132	3	4
21 - Corrige os alunos ao longo da aula.	25	4,88	4,84	-,37	,705	5	5
25 - Preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	25	4,68	4,72	-,30	,763	4	4
29 - Coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	25	4,92	4,68	-2,12	,034	4	4
30 - Faz um resumo da matéria no início e final da aula, para saber o que	25	4,88	4,72	-1,26	,206	4	4

os alunos aprenderam.							
34 - É claro quando corrige os alunos.	25	4,88	4,84	-,44	,655	4	4
35 - Dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	25	4,68	4,52	-,83	,405	4	4
37 - Utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.	25	4,00	4,60	-2,56	,010	5	5
38 - Utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas aprendizagens.	25	4,08	4,52	-2,49	,013	3	4
39 - Utiliza, os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	25	3,12	4,20	-3,04	,002	4	4
40 - Certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	25	4,92	4,88	-1,00	,317	5	5
Média Total	---	4,56	4,68	-1,33	,328	4,08	4,23

* $p < .05$

Relativamente à dimensão instrução, foram estabelecidas estratégias como a total exemplificação dos exercícios e a utilização dos melhores alunos no auxílio de modo a diminuir a divergência na afirmação 37 e 39, obtendo assim um aumento da média por parte dos alunos de 0,60 e 1,08 respetivamente. Nas duas afirmações verificaram-se diferenças estatisticamente significativas.

Além destas afirmações, foram também verificadas diferenças estatisticamente significativas na afirmação 29, onde é dito que o professor apresenta questões aos alunos de modo que reflitam sobre a matéria que está a ser lecionada, e na afirmação 38 que nos diz que são utilizadas diferentes formas para ajudar os alunos nas aprendizagens.

Dimensão Disciplina

Tabela 12 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Disciplina – 1º e 2º momento

Afirmações	Disciplina						
	N	Alunos				Professor Estagiário	
		Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value	Valor 1º momento	Valor 2º momento
7 - Mantém a turma controlada.	25	4,16	4,60	-2,29	,022	4	5
14 - É justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos inapropriados.	25	4,76	4,80	-,33	,739	5	5
23 - Por vezes, permite comportamentos inapropriados.	25	4,48	4,56	-,44	,658	5	5
28 - Previne comportamentos de indisciplina.	25	4,56	4,72	-,70	,484	4	4
Média Total	25	4,49	4,67	-0,94	,476	4,5	4,75

* $p < .05$

Na dimensão disciplina não foram estabelecidas estratégias devido a não se terem verificado divergências no 1º momento, no entanto, foi verificado um aumento de 0,44, apresentando-se assim como uma diferença estatisticamente significativa.

Dimensão Avaliação

Tabela 13 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Avaliação – 1º e 2º momento

Avaliação							
Afirmações	Alunos					Professor Estagiário	
	N	Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value	Valor 1º momento	Valor 2º momento
8 - Dá a conhecer ao aluno a qualidade do seu desempenho em aula.	25	4,92	4,80	-1,13	,257	4	4
15 - É justo nas avaliações.	25	4,44	4,52	-,47	,637	5	5
31 - Utiliza formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	25	3,12	3,92	-3,08	,002	3	4
32 - Apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	25	3,92	4,76	-3,58	,000	3	5
33 - Foca a sua avaliação nos conteúdos lecionados.	25	4,88	4,84	-,44	,655	5	5
41 - Corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.	25	3,48	4,20	-1,68	,092	5	5
Média Total	25	4,13	4,50	-1,73	,274	4	4,67

* $p < .05$

Relativamente à dimensão avaliação, foram apresentadas estratégias para aumentar a perceção dos alunos em relação à afirmação 31. Embora não apresentasse

divergência, o valor médio era inferior aos restantes e por isso havia um interesse total em melhorar esse valor, de modo a melhorar o processo de ensino aprendizagem. Nesta afirmação houve um aumento de 0,8, verificando-se assim diferenças estatisticamente significativas no que toca à utilização de diversas formas de avaliação.

Foi também estabelecida uma estratégia para diminuir as divergências em relação à afirmação 41, que nos fala da correção dos alunos nos momentos de avaliação, que embora tenha aumentado 0,72 desde o 1º momento até ao 2º momento, não apresenta diferenças estatisticamente significativas.

O item 32 é um item de destaque, pois apresenta diferenças estatisticamente significativas, tendo existido um aumento de 0,84 mesmo sem estratégias definidas nesta investigação.

Dimensão Relação Pedagógica

Tabela 14 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos e do professor estagiário na Dimensão Relação Pedagógica – 1º e 2º momento

Relação Pedagógica							
Afirmações	Alunos					Professor Estagiário	
	N	Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value	Valor 1º momento	Valor 2º momento
9 – Dá ritmo e entusiasmo às aulas.	25	4,56	4,76	-1,50	,132	4	5
11 - Aceita as novas ideias dos alunos.	25	4,36	4,68	-1,89	,059	3	4
16 - Por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.	25	4,92	4,80	-1,13	,257	5	5
17 - Encoraja os alunos.	25	4,60	4,64	-,33	,739	4	4
18 - Dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	25	4,08	4,24	-,76	,446	3	4

19 - Estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	25	4,48	4,52	-,27	,782	3	3
20 - Estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	25	4,60	4,40	-1,18	,236	4	4
22 - Relaciona-se muito bem com os alunos.	25	4,68	4,80	-,35	,726	4	5
24 - Fomenta uma relação positiva entre os alunos da turma.	25	4,60	4,80	-1,23	,218	4	4
27 - Preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	25	4,88	4,76	-,79	,429	5	5
36 - Trata os alunos com respeito.	25	5,00	5,00	,00	1,000	5	5
42 - Mostra disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.	25	4,52	4,80	-1,40	,161	4	5
43 - Motiva os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).	25	2,88	3,48	-1,41	,157	2	3
Média Total	---	4,47	4,59	-,94	,411	3,85	4,31

* $p < .05$

Embora tenham sido aplicadas algumas estratégias com o objetivo de motivar os alunos para a prática desportiva fora do contexto escolar, e se tenha registado um aumento de 0,6, não são apresentadas diferenças estatisticamente significativas.

Relativamente às restantes afirmações, todas elas apresentam valores iguais ou superiores a 4,20, o que é bastante positivo.

Questões de Opinião da importância da Educação Física

Tabela 15 - Estatística Comparativa das respostas dos alunos quanto à importância da Educação Física – 1º e 2º momento

Opinião da importância da Educação Física					
Afirmações	Alunos				
	N	Média 1º momento	Média 2º momento	Z	p-value
1 - Considero ser importante ter aulas de Educação Física.	25	4,36	4,60	-,99	,318
2 - Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes.	25	3,72	3,64	-,22	,826
3 - Penso que as coisas que aprendo em Educação Física ser-me-ão úteis ao longo da vida.	25	3,44	3,52	-,21	,829
Média Total	25	3,84	3,92	-,47	,658

* $p < .05$

Relativamente à opinião dos alunos quanto à importância de ter aulas de Educação Física, verificamos um ligeiro aumento, o que é bastante positivo tendo em conta que já apresentava o valor de 4,36 no 1º momento.

Quanto à importância da disciplina perante todas as outras, os alunos apresentaram uma diminuição da média do 1º momento para o 2º momento, no entanto não foram apresentadas diferenças estatisticamente significativas.

Quanto à perceção sobre a utilidade da Educação Física ao longo da vida dos alunos, este era o item que apresentava o valor mais baixo, e isso mantém-se, embora tenha existido um ligeiro aumento.

A perceção dos alunos em relação a algum assunto em específico nem sempre é fácil de alterar, mesmo quando são apresentadas evidências sobre esses assuntos.

Após a análise específica realizada a cada dimensão, é necessário realizar uma análise geral, comparando os valores médios registados nos dois momentos, permitindo

assim verificar de uma forma geral, se segundo a percepção dos alunos, existiu uma melhoria no processo de ensino aprendizagem.

Tabela 16 - Comparação dos valores médios entre Alunos e Professor – 1º momento

1º Momento	Média Alunos	Média Professor	Divergência
Dimensão Planejamento e Organização	4,65	3,88	0,78
Dimensão Instrução	4,56	4,08	0,48
Dimensão Disciplina	4,49	4,5	0,01
Dimensão Avaliação	4,13	4	0,13
Dimensão Relação Pedagógica	4,47	3,85	0,62
Média	4,46	3,971	0,49

Tabela 17 - Comparação dos valores médios entre Alunos e Professor – 2º momento

2º Momento	Média Alunos	Média Professor	Divergência
Dimensão Planejamento e Organização	4,78	4,5	0,28
Dimensão Instrução	4,68	4,23	0,45
Dimensão Disciplina	4,67	4,75	0,08
Dimensão Avaliação	4,50	4,67	0,17
Dimensão Relação Pedagógica	4,59	4,31	0,28
Média	4,65	4,49	0,25

Quer a percepção do professor, quer a percepção do aluno, apresentam valores médios mais altos quando comparados ao 1º momento de aplicação do questionário. Outra alteração verificada neste 2º momento, é a diminuição da média de divergências relativamente à percepção do professor e alunos.

Este estudo apresenta limitações quanto à sua operacionalização, pois encontra-se comprometido pelas de uma amostra reduzida.

Conclusões

Com a realização deste estudo foi possível verificar que inicialmente existiam valores de percepção baixos, quer por parte do professor, quer por parte do aluno. No entanto, em algumas dimensões, os do professor são relativamente mais baixos comparativamente ao que os alunos percecionavam.

Com as respostas dos alunos foi possível definir estratégias, de modo que estas pudessem melhorar o processo de ensino aprendizagem.

Este estudo permitiu concluir que é uma mais valia ter noção da percepção dos alunos quanto ao processo de intervenção pedagógica, pois isso permitiu criar estratégias adequadas à percepção dos alunos sobre as aulas de Educação Física.

Os valores comparativos apresentados na fase final deste estudo, demonstram que as estratégias tiveram efeito, pois com a análise das percepções e aplicação de estratégias foi possível que existisse uma diminuição das divergências entre professores e alunos, além de ser verificado um aumento do valor médio de percepção por parte de ambos em todas as dimensões. Este estudo permitiu que o processo de ensino aprendizagem fosse melhorado.

Seria interessante num futuro estudo considerar a percepção de pessoas que não têm influência na intervenção pedagógica.

Referências

- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física* (2ª ed., Vol. 14). Lisboa: Livros Horizonte.
- Carvalho, L. (2017). *Avaliação das Aprendizagens em Educação Física*. Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física.
- Costa, F. C., Diniz, J., Carvalho, L., & Onofre, M. (1996). *School physical education purposes - The parents View. Israel: Wingate Institute*. Disponível em < <https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/7357/1/Schoolphysicaleducationpurpose.pdf>>.
- Curran, T., Hill, A., Hall, H., & Jowett, G. (2015). *Relationships Between the Coach-Created Motivational Climate and Athlete Engagement in Youth Sport* (Vol. 37). Journal of Sport & Exercise.
- Mayer, C. e Costa, D. (2017). A relação professor e aluno, pp. 35-41, Revista Maiêutica, Indaial, v. 5, n. 01.
- Nobre, P. (2017) Estilos de ensino. Coimbra. Disponível em < https://digitalis.uc.pt/pt-pt/livro/estilos_de_ensino>.
- Ribeiro-Silva, E.; Amorim, C. e Cisternas, C. (2019). A relação afetiva professor-aluno como parte da construção da identidade profissional docente, in *Prática Pedagógica Supervisionada III*, editores Ribeiro-Silva, E.; Fachada, M.; Nobre, P., pp. 3-7. ISBN 978-989-96807-9-1.
- Rosado, A., & Ferreira, V. (2009). Promoção de Ambientes Positivos de Aprendizagem. Em A. Rosado, & I. Mesquita, *Pedagogia do Desporto*, pp. 185-206. Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Barcelona, España: Colección Educación Física. 2ªed. INCDE.

Silva, E. M. (2017). *Calidad de la Intervención pedagógica en el aula, en la perspectiva del profesorado y del alumnado*, 2, pp. 18-31, Revista Prácticum.

Estrela, T. et al (2015). A Avaliação como Promoção da Aprendizagem dos Alunos. Atas do XXII.

CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após terminada esta etapa, o balanço de todo o trabalho realizado é totalmente positivo, tendo sido realizadas todas as tarefas propostas com sucesso. Depois de todo o caminho percorrido, sem dúvida que o Estágio Pedagógico foi a experiência mais enriquecedora e gratificante em toda a minha formação.

Este percurso iniciou-se com um sentimento de incerteza e insegurança, principalmente devido a ser o primeiro contacto real com o ensino. Contudo esse sentimento foi desaparecendo.

Ao longo deste ano letivo surgiram dificuldades que por vezes pareciam não ter solução, no entanto com esforço todas foram ultrapassadas com sucesso. Durante este processo desenvolvi competências que me permitiram melhorar toda a intervenção pedagógica, contribuindo assim para um melhor processo de ensino aprendizagem.

Todo o processo de intervenção pedagógica que foi desenvolvido junto da turma, é para mim extremamente gratificante, pois pude contribuir para o desenvolvimento desses jovens quer a nível de competências físicas, como também de valores éticos.

Embora esta seja uma etapa concluída com sucesso, está longe de ser o fim da formação de um professor, que exige uma constante aprendizagem ao longo da carreira.

Por fim, resta agradecer por esta experiência gratificante, que termina agora sem incertezas de que este é o caminho a seguir.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- a técnica e tática do jogo. Editora Universitária da Universidade Federal de Pelotas.
- Alarcão, I. (org.) (1996). Formação reflexiva de professores: estratégias de supervisão. Porto: Porto Editora.
- Albuquerque, C., (2010). Processo Ensino-Aprendizagem: Características do Professor Eficaz, 39: pp. 55-71. Millenium,
- Altet, M. As competências do professor profissional: entre conhecimentos, esquemas de ação e adaptação, saber analisar. In: PAQUAY, L.; PERRENOUD, P.; ALTET, M.; CHARLIER, É. (org.) (2001) Formando professores profissionais. Quais estratégias? Quais competências?, pp. 23-35 Porto Alegre: Artmed. Disponível em: <https://statics-submarino.b2w.io/sherlock/books/firstChapter/50097127.pdf>
- Bento, J. O. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte.
- Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física, pp. 135-151. Boletim SPEF, n.0 10/11.
- Costa L., Nascimento J. (2004). O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas, p. 52.
- Decreto-Lei n.º 129/2018, Diário da República, 2.ª série - N.º 129 - 6 de julho de 2018.
- Despacho n.º 6478/2017, Diário da República, 2.ª série - N.º 143 - 26 de julho de 2017, Ministério da Educação, Lisboa.
- Despacho n.º 9311/2016, de 21 de julho. Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. Ministério da Educação.
- Formosinho, J. (1987). A formação de professores e gestores pedagógicos para a escola de massas, pp. 18-20. O ensino, revista galaica portuguesa de sócio- pedagogia e sociolinguística.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2010). Avaliação: Um caminho para o Sucesso no Processo de Ensino e de Aprendizagem. Maia: Edições ISMAI.
- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2014). Planeamento na ótica dos professores estagiários de Educação Física: dificuldades e limitações, pp. 55-67. Revista portuguesa de pedagogia.
- Kogut, M. C. (2015). A formação docente: os saberes e a identidade do professor, pp. 22713-22724. In: XII Congresso Nacional de Educação – EDUCERE. V Seminário Internacional sobre Profissionalização Docente – PUCPR.

- Rocheffort, R. S. (1998). Voleibol: das questões pedagógicas à técnica e tática do jogo.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução, pp. 69-82. *Pedagogia do desporto*.
- Sarmiento, P.; Rosado, A.; Rodrigues, J.; Veiga, A. & Ferreira, V. (1990). *Pedagogia do Desporto II. Instrumentos de Observação Sistemática da Educação Física e Desporto Elementos de Apoio - Universidade Técnica de Lisboa. Faculdade de Motricidade Humana. Cruz Quebrada*.
- Siedentop, D. (1998) *Aprender a Enseñar La Educación Física*, pp. 137-138, ISBN: 978-84-87330-80-3.
- Siedentop, D., & Tannehill, D. (1991). *Developing Teaching skills in physical education*, 2ªed., Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.
- Silva, E.; Fachada, M. & Nobre, P. (2020). *Pratica Pedagógica Supervisionada IV – 2020/2021*. Coimbra: Edição MEEFEBS - FCDEFUC.
- Silva, M. L. (1994). A profissão docente. Ética e deontologia profissional, p. 93.
- Teixeira, M., & Onofre, M. (2009). Dificuldades dos professores estagiários de educação física no ensino. Sua evolução ao longo do processo de estágio pedagógico, pp. 1159-1170. In X Symposium Internacional Sobre el Practicum Y las Práticas en Empresas en la Formación Universitária.
- Vickers, J.N., (1990). *Instructional Design for Teaching Physical Activities. A Knowledge Structures Approach*. United Kingdom: Human Kinetics.

APÊNDICES

Apêndice I – Ficha Individual de aluno

Ficha individual 12º1E

Este inquérito destina-se ao conhecimento de cada aluno no que respeita às vivências escolares, familiares, desportivas.

Desde já agradeço a tua sincera colaboração

***Obrigatório**

1. Email *

1. IDENTIFICAÇÃO

2. Nome do aluno (completo) *

Secção sem título

3. Número do aluno *

4. Ano: *

Marcar apenas uma oval.

10º

11º

12º

5. Turma (ex: 1A, 2A, 3B): *

6. Curso (designação) *

7. Número de processo *

8. Número do cartão de cidadão *

9. Validade do cartão de cidadão *

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

10. Data de nascimento *

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

11. Morada *

12. Contacto telefónico: *

13. Altura (m): *

14. Peso (kg): *

2. SITUAÇÃO FAMILIAR

15. Nome do Pai *

16. Idade: *

17. Profissão *

18. Contacto telefónico: *

19. Nome da Mãe *

20. Idade: *

21. Profissão *

22. Contacto telefónico: *

23. Pessoas com quem vive (ex: pai, mãe, irmãos - 3: *

3. ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO

24. Nome do Encarregado de Educação: *

25. Grau de parentesco: *

4. PRÁTICA DESPORTIVA:

26. Atualmente praticas alguma(s) modalidade(s) desportiva(s)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim *Avançar para a pergunta 27*

Não *Avançar para a pergunta 32*

Avançar para a pergunta 27

Secção sem título

27. Qual/Quais? *

28. És federado(a)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

29. Há quantos anos? *

30. Número de treinos por semana? *

31. Quantas horas por treino? *

Avançar para a pergunta 32

Este espaço é teu

32. Já praticaste alguma(s) modalidade(s) desportiva(s)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim *Avançar para a pergunta 33*

Não *Avançar para a pergunta 34*

Secção sem título

33. Qual/Quais? *

Secção sem título

34. Qual/Quais são as tuas modalidades desportivas favoritas? *

Secção sem título

5. SAÚDE / HÁBITOS DE HIGIENE

35. Tens algum problema de saúde que condicione a tua prática desportiva? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não *Avançar para a pergunta 37*

Secção sem título

36. Qual/quais os problemas? *

O aluno pode ser dispensado temporariamente das atividades de educação física por razões de saúde, devidamente comprovadas por atestado médico, que deve explicitar claramente as contra-indicações da atividade física. O aluno deve estar sempre presente no espaço onde decorre a aula de educação física. Sempre que, por razões devidamente fundamentadas, o aluno se encontre impossibilitado de estar presente no espaço onde decorre a aula de educação física deve ser encaminhado para um espaço em que seja pedagogicamente acompanhado.

Secção sem título

37. És aluno com risco acrescido? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não *Avançar para a pergunta 39*

Secção sem título

38. Qual ou quais os motivos *

Deve atestar-se a condição clínica do aluno, prevendo-se que estejam abrangidos os alunos em declarado risco acrescido e cujo afastamento da escola não seja prejudicial por outros fatores, não sendo obrigatório o recurso a este regime.

Secção sem título

39. Tens por hábito tomar banho após a aula de educação física? *

Deve atestar-se a condição clínica do aluno, prevendo-se que estejam abrangidos os alunos em declarado risco acrescido e cujo afastamento da escola não seja prejudicial por outros fatores, não sendo obrigatório o recurso a este regime.

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

Secção sem título

6. EDUCAÇÃO FÍSICA

40. Qual a classificação que obtiveste no ano transato (não aplicável nos cursos profissionais)? *

41. Gostas de Educação Física *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

42. Das seguintes modalidades, quais são aquelas que mais gostas? *

Marcar apenas uma oval por linha.

	Sim	Não
Atletismo (corrida, saltos e lançamentos)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ginástica (solo, aparelhos, acrobática)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dança	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Badminton	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ténis	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Basquetebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voleibol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Futebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Andebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Natação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

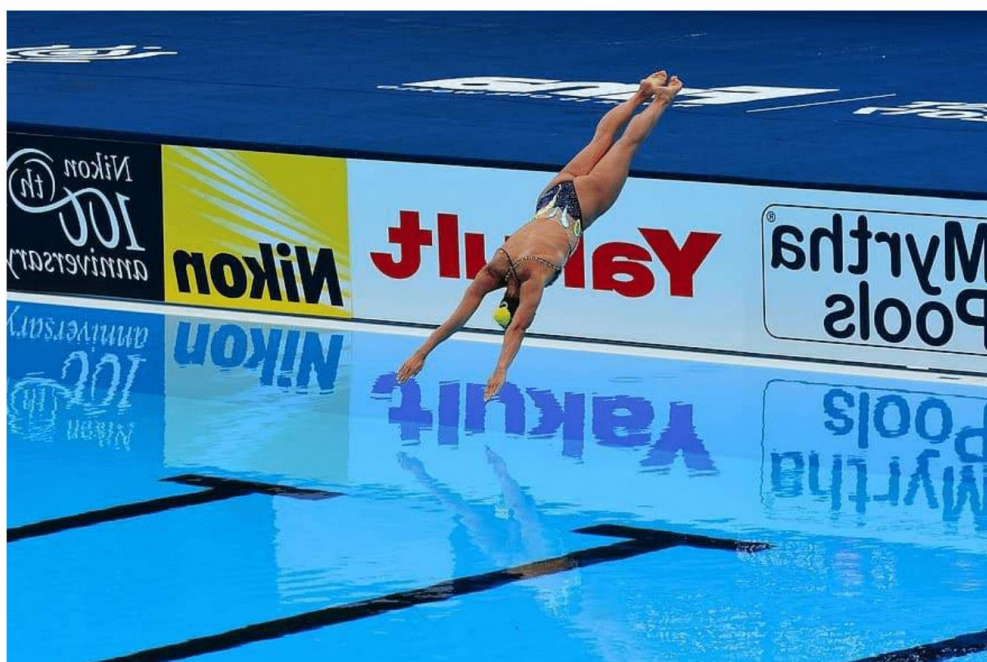
43. Para além das modalidades referidas, qual/quais gostarias de aprender/praticar na aula de educação física? *

44. Quais as expectativas que tens nas aulas de educação física? *

45. Quais as expectativas que tens no professor de educação física? *

46. O que é que o professor pode esperar de ti? *

Obrigada pela tua participação



Apêndice IV – Exemplo de Extensão e Sequenciação de Conteúdos - Badmínton

Nº da aula UD	1	2 e 3	4	5 e 6	7	8 e 9	10	11 e 12	13	14 e 15	16
Posição base	AD	I	E	E	E	E	C	C	C	AV	
Deslocamentos											
Pega da raquete											
Serviço curto											
Serviço longo											
Lob											
Clear											
Amorti											
Remate											
Drive											
Jogo de Pares											

AD	Avaliação Diagnóstica
AV	Avaliação Sumativa
I	Introdução
E	Exercitação
C	Consolidação

Apêndice V – Exemplo de Distribuição de Objetivos por aula – Ginástica de aparelhos (trampolins)

Data	Aula da UD	Aula	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Conteúdos	Organização	Função Didática
02/11/2020	1	18	Realizar a avaliação inicial. Introduzir o salto em extensão	Aferir o nível de desempenho dos alunos quanto à impulsão e extensão	-Impulsão -Salto em extensão	-Aquecimento geral -Salto em extensão no minitrampolim	Avaliação Inicial Introdução
04/11/2020	2 e 3	19 e 20	Exercitação do salto em extensão Introdução do salto engrupado e carpas	Exercitar o salto em extensão (foco na impulsão e extensão) Introduzir o salto engrupado (foco no elevar os joelhos)	-Salto em extensão -Engrupado -Carpa de m.i. afastados -Carpa de m.i. unidos	-Jogo didático (aquecimento) -Mobilização articular -Progressões pedagógicas nos colchões -Saltos no minitrampolim	Exercitação Introdução
09/11/2020	4	21	Exercitar o salto engrupado e carpas	Exercitar o salto em extensão (foco na impulsão) Exercitar o salto engrupado Exercitar carpa de m.i. afastados e unidos	-Salto em extensão -Engrupado -Carpa de m.i. afastados -Carpa de m.i. unidos	-Aquecimento específico -Saltos no minitrampolim	Exercitação
11/11/2020	5 e 6	22 e 23	Introdução da meia pirueta e pirueta	Introduzir a meia pirueta (foco na rotação) Introduzir pirueta (foco nos m.s. para ajudar na rotação)	-Salto em extensão -Meia pirueta -Pirueta	-Jogo didático (aquecimento) -Mobilização articular -Saltos no minitrampolim	Introdução
16/11/2020	7	24	Exercitação da meia pirueta e pirueta	Exercitar a meia pirueta (foco na rotação) Exercitar pirueta (divisão entre fase ascendente e descendente)	-Salto em extensão -Meia pirueta -Pirueta	-Aquecimento geral -Saltos no minitrampolim	Exercitação

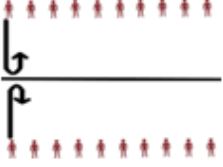
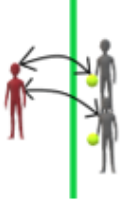
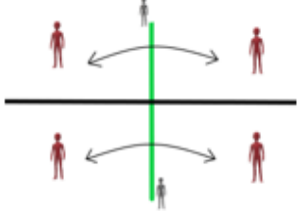

18/11/2020	8 e 9	25 e 26	Exercitação de todos os saltos	Exercitação do salto em extensão, engrupado , carpas, meia pirueta e pirueta (foco na recepção/saudação final)	-Salto em extensão -Engrupado -Carpa de m.i. afastados -Carpa de m.i. unidos -Meia pirueta -Pirueta	-Mobilização articular específica -Saltos no minitrampolim	Exercitação
23/11/2020	10	27	Consolidação de todos os saltos	Consolidação do salto em extensão, engrupado , carpas, meia pirueta e pirueta (foco na detecção do erro por parte dos alunos)	-Salto em extensão -Engrupado -Carpa de m.i. afastados -Carpa de m.i. unidos -Meia pirueta -Pirueta	-Mobilização articular específica -Saltos no minitrampolim	Consolidação
25/11/2020	11 e 12	28 e 29	Avaliação dos saltos abordados	Avaliação do salto em extensão, engrupado , carpas, meia pirueta e pirueta.	-Salto em extensão -Engrupado -Carpa de m.i. afastados -Carpa de m.i. unidos -Meia pirueta -Pirueta	-Mobilização articular específica -Saltos no trampolim	Avaliação
02/12/2020	13 e 14	30 e 31	Introdução/Exercitação no aparelho duplo minitrampolim	Introdução dos saltos no duplo minitrampolim (foco no equilíbrio/zonas de salto)	Duplo minitrampolim: -Extensão -Engrupado	-Mobilização articular específica -Progressões pedagógicas	Introdução Exercitação
						-Saltos no duplo minitrampolim	
09/12/2020	15 e 16	32 e 33	Consolidação dos saltos no aparelho duplo minitrampolim	Consolidação do salto em extensão, engrupado e outro salto no duplo minitrampolim	Duplo minitrampolim: -Extensão -Engrupado -Salto à escolha dos alunos	-Mobilização articular geral -Saltos no duplo minitrampolim	Consolidação
14/12/2020	17	34	Avaliação dos saltos no duplo minitrampolim	Avaliação da capacidade de realizar 3 saltos diferentes de forma equilibrada	Duplo minitrampolim: -Extensão -Engrupado -Salto à escolha dos alunos	-Mobilização articular geral -Saltos no duplo minitrampolim	Avaliação

Apêndice VI – Exemplo de Plano de Aula - Ténis



Plano Aula			
Professor(a): Nuno Vieira		Data: 05/05/2021	Hora: 11:30-13:20
Ano/Turma: 12ª E	Período: 3º	Local/Espaço: Exterior 1	
Nº da aula: 80 e 81	U.D.: Ténis	Nº de aula / U.D.: 23 e 24	Duração da aula: 85'
Nº de alunos previstos: 27		Nº de alunos dispensados:	
Função didática: Introdução/Exercitação			
Recursos materiais: 28 Raquetes, 14 bolas, 2 redes, 14 cones			
Objetivos da aula: Introdução do vôlei, exercitação dos batimentos abordados anteriormente (batimento de direita e batimento de esquerda)			

Tempo		Objetivos específicos	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito	Estratégias / Estilos / Modelos de Ensino
T	P					
Parte Inicial da Aula						
5'	5'	Apresentação inicial dos objetivos e conteúdos da aula.	<p>Preleção inicial com os alunos em frente ao professor, onde são referidos os objetivos da aula e a sua organização:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Aquecimento (jogo e mobilização articular); -Exercício específico de batimento de vôlei; -Exercitar batimento de direita, batimento de esquerda e vôlei em contexto de jogo cooperativo condicionado. 	-----	O aluno é capaz de estar atento à preleção do professor	
15'	10'	<p><u>Aquecimento</u></p> <p>Aumentar a prontidão física, elevar os índices fisiológicos, diminuir a possibilidade de lesões</p>	<p>Jogo da travessia:</p> <p>Os alunos devem dividir-se em 2 grupos (1 de cada lado da rede) onde serão feitos jogos independentes.</p> <p>Na zona central de cada campo, inicialmente deve posicionar-se apenas um aluno que terá como função apanhar os restantes alunos, enquanto estes tentam atravessar de um meio-campo para o outro. Qualquer aluno que seja apanhado deve juntar-se ao seu/s colega/s que estão na zona central onde podem apanhar os restantes. O jogo termina assim que restar apenas 1 aluno.</p> <p>Os alunos apenas realizam a travessia ao apito.</p> <p>Variante realizada apenas com passo caçado.</p>	<p>Passo caçado:</p> <p>-Membro inferior mais avançado deve avançar primeiro e o outro move-se seguidamente para junto do mesmo, não passando para a frente.</p>	O aluno realiza deslocamentos rápidos.	Estilo por comando

20'	5'	<p><u>Aquecimento.</u> Aumentar a prontidão física, elevar os índices fisiológicos, diminuir a possibilidade de lesões</p>	<p>Mobilização articular: Distribuir a turma pelo espaço para realizar mobilização articular.</p> 	-----	<p>Aumento da frequência cardíaca. Aumento da temperatura corporal.</p>	Estilo por Comando
Parte Fundamental da Aula						
45'	25'	<p>Introdução do batimento vôlei</p>	<p>Os alunos formam grupos de 3 elementos e distribuem-se pelos 9 campos. De um dos lados do campo deve posicionar-se o jogador que vai realizar o vôlei. Do lado oposto devem posicionar-se os 2 elementos restantes com uma bola cada. Os alunos, só após o colega estar em posição base, lançam a bola alternadamente para que o colega possa responder com vôlei de direita e vôlei de esquerda. Caso uma das bolas saia do campo, o aluno que tem a bola deve continuar a lançar de forma alternada (direita e esquerda).</p> <p><u>1ª variante:</u> O aluno que realiza o batimento coloca-se a 2 metros de distância. <u>2ª variante:</u> O aluno que realiza o batimento coloca-se a 4 metros de distância. Rotações no sentido dos ponteiros do relógio (6 X 2 min X 2 variantes)</p> 	<p>-Posição base*; -Vôlei: Pega universal/continental; Ligeira rotação dos ombros e tronco para trás; Raquete à frente dos ombros e na trajetória da bola; Avançar ligeiramente o membro inferior contrário ao lado do batimento; Ligeira rotação dos ombros e tronco para a frente; Contacto com a bola à frente do corpo e com o pulso firme sem que esta ressalte no chão.</p>	<p>O aluno realiza o batimento sem que a bola ressalte no chão; O aluno direciona a bola de forma controlada o colega.</p>	Estilo por tarefa
75'	30'	<p><u>Jogo cooperativo condicionado:</u> Exercitar batimento de direita, batimento de esquerda e vôlei</p>	<p>Mantendo os mesmos grupos, os alunos devem realizar jogo cooperativo condicionado (1vs1), realizando apenas vôlei, batimento de direita e batimento de esquerda. Sempre que existir oportunidade devem realizar o vôlei. Rotações no sentido dos ponteiros do relógio (9 X 3 min)</p> 	<p>-Batimento de direita* -Batimento de esquerda*</p>	<p>O aluno consegue cooperar com o colega, realizando batimentos adequados. Sempre que possível utiliza o vôlei</p> <p>Restantes componentes críticas*</p>	Estilo por tarefa
Parte Final da Aula						
85'	10'	<p>Retorno à calma e reflexão sobre a aula com os alunos.</p>	<p>Primeiramente são realizados alongamentos. Reflexão/questionamento sobre os batimentos abordados</p> 	-----	<p>O aluno realiza os alongamentos corretamente</p> <p>O aluno responde corretamente ao questionamento</p>	Estilo por comando

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

Na última aula lecionada, observei que os alunos ainda apresentavam algumas dificuldades no batimento de direita e batimento de esquerda. Embora já saibam como se realizam estes batimentos, apresentam pequenos erros, principalmente na orientação da raquete no momento de batimento, realizando batimentos com a raquete inclinada e direcionando a bola para cima. Posto isto, irei introduzir o vôlei e exercitar estes batimentos.

Na preleção inicial irei apresentar os conteúdos a abordar e o objetivo da aula, optando por introduzir as componentes críticas nesse momento e reforçando pontos essenciais antes do exercício, de modo que os alunos não estejam demasiado tempo parados entre o aquecimento e o 1º exercício da parte fundamental.

No aquecimento os alunos realizarão um jogo competitivo, que permitirá aumentar a frequência cardíaca e aumentar a prontidão física, mantendo-os motivados para a prática. A colocação da variante do passo caçado deve-se ao facto de ser um deslocamento utilizado ao longo do jogo de Ténis. De seguida será realizada uma mobilização articular de modo a preparar todos os segmentos corporais para os batimentos e deslocamentos que serão realizados ao longo da aula.

No 1º exercício será introduzido o vôlei, onde optarei por colocar primeiro o batimento sem necessidade de deslocamento, para que o aluno perceba o movimento que deve fazer para realizar este gesto técnico. A colocação de duas variantes, na qual em primeiro lugar os alunos recebem a bola a uma curta distância e depois a uma maior distância, é uma forma de interligar o batimento isolado ao contexto de jogo, pois o batimento não é sempre realizado no mesmo sítio, embora seja sempre na zona mais junto à rede. Para evitar que o aluno que está a realizar os batimentos tenha de esperar demasiado tempo quando uma bola vai mal direcionada, irei colocar 2 jogadores a lançar as bolas neste exercício, de modo a ter sempre um deles a lançar a bola. A posição base é apresentada como componente crítica deste exercício, pois é um elemento que é essencial ao longo de todo o

jogo. O foco principal na primeira variante deste exercício será na realização de um movimento curto e que apenas bloqueie a bola, sem necessidade de uma rotação como nos batimentos aprendidos até ao momento.

Como forma de corrigir os pequenos erros observados anteriormente no batimento de direita e esquerda, optarei pela realização do jogo condicionado, onde os alunos poderão corrigir esses erros e exercitar o vôlei em contexto de jogo. Por consequência da realização do jogo, será exigido que os alunos efetuem bons deslocamentos e que tenham reflexos rápidos para que consigam realizar o batimento corretamente. A razão pela qual é escolhido o jogo cooperativo, é para que os alunos nesta fase controlem os batimentos e se foquem principalmente na técnica e não na força aplicada.

Após a realização dos alongamentos, será realizado um questionamento sobre as principais componentes do batimento de direita, batimento de esquerda e vôlei, para que exista uma síntese dos diferentes batimentos abordados.

*Anexos:

Batimento de direita: Pega de direita ou universal; rotação dos ombros e membros inferiores; armar a raquete à altura da cabeça, avançando o membro inferior contrário; movimento para a frente e para baixo, batendo a bola à frente do corpo, realizando uma rotação com transferência de força para o batimento. Finalização continua para o lado oposto. O aluno realiza um batimento de direita com fase de preparação (armar raquete com cabo a apontar para a bola), batimento fluido e à frente do corpo, e finaliza com a raquete do lado oposto ao batimento, direcionando a bola para o campo adversário.

Batimento de esquerda: Pega de esquerda ou universal; rotação do tronco e membros inferiores, armando a raquete à altura da cabeça; membro superior não dominante no coração da raquete (batimento a uma mão) / membro superior no cabo da raquete (batimento a duas mãos); batimento com a raquete paralela ao solo e à frente do membro inferior avançado (altura da cintura); Finalização junto ao ombro contrário (batimento a duas mãos) ou em extensão (batimento uma mão). O aluno realiza um batimento de esquerda com fase de preparação (armar a raquete com o cabo a apontar para a bola, batimento fluido e à frente do corpo, e finaliza com os dois membros inferiores em extensão (batimento a uma mão) ou com a raquete junto ao ombro contrário ao batimento, direcionando a bola para o campo adversário.

Posição base: De frente para a “rede/adversário”; membros inferiores semifletidos e afastados; tronco inclinado para a frente; mão dominante na raquete e não dominante no coração da raquete. O aluno assume uma posição pré-dinâmica, que lhe permite deslocar-se rapidamente.

Apêndice VII – Exemplo de Grelha de Avaliação Formativa Inicial

Nº	Nome	Serviço	B.D./B.E.	P.B./deslocamentos	Nível Médio
1	Aluno 1				
2	Aluno 2				
3	Aluno 3				
4	Aluno 4				
5	Aluno 5				
6	Aluno 6				
7	Aluno 7				
8	Aluno 8				
9	Aluno 9				
10	Aluno 10				
11	Aluno 11				
12	Aluno 12				
13	Aluno 13				
14	Aluno 14				
15	Aluno 15				
16	Aluno 16				
17	Aluno 17				
18	Aluno 18				
19	Aluno 19				
20	Aluno 20				
21	Aluno 21				
22	Aluno 22				
23	Aluno 23				
24	Aluno 24				
25	Aluno 25				
26	Aluno 26				
27	Aluno 27				
28	Aluno 28				
29	Aluno 29				

Serviço	
Nível 1	Não consegue realizar o serviço
Nível 2	Realiza o serviço com muitos erros, com pouco sucesso
Nível 3	Realiza o serviço com poucos erros, e com sucesso na maioria das vezes
Nível 4	Realiza o serviço sem qualquer erro e com sucesso

Batimento de direita / Batimento de esquerda	
Nível 1	Não realiza batimentos de direita nem esquerda
Nível 2	Realiza batimentos de direita ou esquerda com muitas dificuldades
Nível 3	Realiza batimentos de direita e esquerda com dificuldades
Nível 4	Realiza batimentos de direita e esquerda, com poucas ou nenhuma dificuldades

Posição Base / Deslocamentos	
Nível 1	Não realiza posição base e não se desloca
Nível 2	Realiza a posição base com fracos deslocamentos
Nível 3	Realiza posição base e desloca-se, no entanto, não regressa à posição central
Nível 4	Realiza a posição base, desloca-se e volta à posição central

Apêndice VIII – Exemplo de Grelha de Avaliação Sumativa – Voleibol

Competências Transversais - 10%									
Nome/data	Saber Estar					10%	0,0	!	
	Responsabilidade e Integridade	Liberdade	Cidadania e Participação	Curiosidade, Reflexão e Inovação	Excelência e Exigência				
	2%	2%	2%	2%	2%				
Aluno	1						0,0	!	
Aluno	2						0,0	!	
Aluno	3						0,0	!	
Aluno	4						0,0	!	
Aluno	5						0,0	!	
Aluno	6						0,0	!	
Aluno	7						0,0	!	
Aluno	8						0,0	!	
Aluno	9						0,0	!	
Aluno	10						0,0	!	
Aluno	11						0,0	!	
Aluno	12						0,0	!	
Aluno	13						0,0	!	
Aluno	14						0,0	!	
Aluno	15						0,0	!	

Apêndice X – Exemplo de Autoavaliação - Voleibol

21/05/2021

Voleibol - Questionário de Autoavaliação do aluno

Voleibol - Questionário de Autoavaliação do aluno

***Obrigatório**

1. Email *

Identificação

2. Nome (primeiro e último) *

3. Ano e Turma *

Competências
Disciplinares - 90%

A avaliação é feita na escala de 1 a 10, sendo que cada grau desta escala corresponde a 2 valores na escala (0-20)
Exemplo - 1 = (1 - 2 valores); 5 = (9 - 10 valores); 7 = (13 - 14 valores); 9 = (17 - 18 valores)

Saber

Avalia teus conhecimentos sobre a matéria lecionada

https://docs.google.com/forms/d/1_BmdJRaCd36CnsQbGW3Zh0GwNjst55T69Q3Wilo8Yw/edit

1/13

4. *

Marcar apenas uma oval.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Saber Fazer

Avalia a tua Competências Motoras e Desportivas (técnicas e/ou táticas de jogo) e a tua Competência Individual de Trabalho

5. Avalia as tuas Competências Motoras nesta unidade de ensino *

Marcar apenas uma oval.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Avalia as tuas Competências de Trabalho Individual = PERSISTÊNCIA NA EXECUÇÃO DAS TAREFAS - 15% *

Indica o grau de Empenho, Esforço e Acção Persistente na Superação das tarefas propostas.

Marcar apenas uma oval.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Avalia agora as tuas Competências de acordo com os Descritores de Nível de Desempenho

Escala de 5 níveis - 1= (0-9 valores), 2 =(10-13 valores), 3= (14-16 valores), 4= (17-18 Valores), 5= (19-20 Valores)

7. Serviço (Colocar a bola em Jogo). *

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Serviço				
Não consegue executar a técnica de serviço, falhando o contacto com a bola	Executa o serviço, com alguns deficiências técnicas, mas raramente ultrapassa a rede. Consegue servir com sucesso em situações de jogo reduzido.	Executa o serviço. Revela dificuldades em dosear a energia transmitida à bola e a direção desta (a bola toca o teto ou ultrapassa os limites laterais/finais do campo), provocando a rutura do jogo.	Coloca a bola no campo adversário, permitindo a continuidade do jogo.	Coloca a bola no campo adversário, com oportunidade e correcção técnica, doseia a energia a imprimir à bola e controla a direção da bola dificultando a receção aos adversários e/ou marcando ponto direto. Após o serviço ocupa a zona de acção futura.

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

Nível

8. Defesa (1ºToque) - Receção *

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Defesa (Receção)				
Não há intervenção sobre a bola; bloqueia o movimento no momento de contacto com a bola	Revela dificuldade em se deslocar apesar de ser visível um pré-dinamismo; Raramente consegue receber a bola; Quando recebe faz um reenvio explosivo provocando a rutura do jogo.	Desloca-se precipitadamente para o local da queda da bola; Não orienta corretamente apoios e as superfícies de contacto para o alvo; Revela indiferenciação das responsabilidades em campo, tendo em conta o local de queda da bola, provocando a rutura do jogo. Apresenta dificuldades em dosear a energia a transmitir à bola.	Reconhecimento do papel atribuído: Recebedor/Não recebedor. Na receção aprecia rapidamente a trajectória da bola e desloca-se para o ponto provável de queda da bola, consegue garantir a continuidade do jogo, mas não permite construir uma finalização eficiente.	Como defesa aprecia rapidamente a trajectória da bola e desloca-se para o ponto provável de queda da bola; Orienta-se de forma colocar a bola no distribuidor garantindo a continuidade das ações de jogo. Após cada acção ocupa a zona de acção futura.

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

Nível

9. Distribuidor (2ºToque) *

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Distribuidor (2ºToque)				
Não há intervenção sobre a bola; bloqueia o movimento no momento de contacto com a bola	Não há intenção de se deslocar para intervir; Raramente consegue fazer o 2.º toque provocando a rutura do jogo.	Desloca-se para a bola mobilizando os membros superiores no reenvio; Assume um posicionamento e orientação incorretos em relação ao alvo; A Indiferenciação de responsabilidades, tendo em conta o local de queda da bola provoca indecisões e rutura do jogo; não assegura a ação futura.	Reconhecimento do papel atribuído; Como distribuidor aprecia rapidamente a trajetória da bola e desloca-se para o ponto provável de queda da bola, consegue dar continuidade ao jogo, mas não assegura a ação futura.	Como distribuidor aprecia rapidamente a trajetória da bola e desloca-se para o ponto provável de queda da bola; Orienta-se de forma a permitir a finalização do ataque próximo do espaço da rede; Coloca a bola em condições ótimas de finalização. Após cada acção ocupa a zona de acção futura.

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5
Nível	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Ataque (3ºToque) em passe, batimento a uma mão ou remate *

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Ataque (3ºToque)				
Não há intervenção sobre a bola; bloqueia o movimento no momento de contacto com a bola	Revela dificuldade em se deslocar apesar de ser visível um pré-dinamismo; Raramente consegue bater a bola para o campo adversário (3.º toque) provocando a rutura da ação atacante e perda de ponto.	Desloca-se para se colocar debaixo da bola. mas não orienta os apoios e as superfícies de contacto para o alvo tomando ineficazes as ações de ataque, terminado com a bola frequentemente fora da área de jogo. A Indiferenciação de responsabilidades em jogo e a não previsão da ação futura provocam indecisões e a rutura do jogo.	Reconhecimento do papel atribuído; Aprecia rapidamente a trajectória e desloca-se para bater a bola numa zona próxima da rede dando continuidade ao jogo. Não lê o jogo e utiliza sempre o mesmo tipo de batimento na finalização do ataque.	Desloca-se com rapidez, posiciona-se correctamente. Realiza com correcção e oportunidade as técnicas mais adequadas à situação de ataque. Após cada acção ocupa a zona de acção futura.

Marcar apenas uma oval.

	1	2	3	4	5
Nível	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Nível de Jogo

11. De acordo com os descritores autoavalia o teu nível de desempenho em Jogo *

Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4	Nível 5
Nível de Jogo				
Não se desloca; Não se posiciona para devolver a bola (evitando que esta caia no chão); Não consegue sustentar um jogo de cooperação.	Não há intenção de se deslocar para intervir; quando a bola vai ao seu encontro, tenta devolvê-la de imediato para o campo adversário. Consegue sustentar o jogo de cooperação, durante um curto espaço de tempo.	Desloca-se, mas posiciona-se incorrectamente em relação à trajetória da bola e/ou ao alvo. Consegue sustentar um jogo de cooperação. Provoca a rutura da construção do ataque, devolvendo a bola para o campo adversário ao 1º ou 2º toque.	Desloca-se, posicionando-se correctamente, coopera com a equipa (3 toques) para dar continuidade às ações de jogo e devolver a bola para o campo adversário. Após cada ação (receber/atacar/defender), ocupa a zona de ação futura	Sincronização entre os deslocamentos realizados e as trajetórias da bola. constrói em equipa o ataque (3 toques), colocando a bola em situações vantajosas para os colegas e/ou desvantajosas para o adversário criando-lhes frequentemente dificuldade na resposta. Após cada ação (receber/atacar/defender), o jogador ocupa a zona de ação futura.

Marcar apenas uma oval.

1 2 3 4 5

Competências
Transversais

A avaliação deste item é feita na escala de 1 a 4 que correspondem na escala de 0 a 20 valores a: 1 = (1-9) 2 = (10-13) 3= (14-17) 4=(18-20)

SABER SER E ESTAR - 10%

12. RESPONSABILIDADE E INTEGRIDADE - Respeitar-se a si mesmo e aos outros; saber agir eticamente, consciente da obrigação de responder pelas próprias ações; ponderar as ações próprias e alheias em função do bem comum. *

	Respeito pelo Professor	Respeito pelos colegas
Nível 4	Respeito o professor, tenho um atitude correta na aula.	Respeito os meus colegas e ajudo-os a superarem as suas dificuldades apoiando-os e incentivando-os.
Nível 3	Respeito o professor, apesar de, às vezes, as minhas atitudes não serem as melhores.	Respeito os meus colegas e as suas dificuldades.
Nível 2	Algumas atitudes minhas em relação ao professor são inadequadas.	Tenho frequentemente atitudes críticas em relação às execuções dos meus colegas.
Nível 1	Algumas atitudes minhas em relação ao professor são reprováveis.	Utilizo linguagem pouco apropriada para com os meus colegas

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
Respeito pelo Professor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Respeito pelos colegas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13. LIBERDADE - Manifestar a autonomia pessoal centrada nos direitos humanos, na democracia, na cidadania, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum. *

	Autonomia	Material
Nível 4	Cumpro de forma autónoma todas as regras da aula e das tarefas, respeitando o bem comum.	Manuseio o material letivo de forma adequada.
Nível 3	Nem sempre cumpro de forma autónoma todas as regras da aula e das tarefas.	Quando o professor não está a ver, utilizo o material para brincar.
Nível 2	Só cumpro as regras da aula depois da professora me repreender várias vezes.	Por vezes utilizo o material desrespeitando a função para a qual foi criado.
Nível 1	Raramente cumpro as regras da aula.	Utilizo-o de forma não adequada, apesar de saber que posso estragar o material.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
Autonomia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Manuseamento do Material didático	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14. CIDADANIA E PARTICIPAÇÃO - Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor. *

Cidadania e Participação	
Nível 4	Mantenho-me a trabalhar e tento executar com atitude, empenho e correção técnica/tática. Respeito os meus colegas e ajudo-os a superarem as suas dificuldades apoiando-os e incentivando-os.
Nível 3	Mantenho-me a trabalhar. Executo a tarefa, como foi proposta.
Nível 2	Mantenho-me a trabalhar, mas não me preocupo em executar a tarefa como proposta.
Nível 1	Paro a tarefa. Começo a brincar e a desestabilizar os meus colegas ou a conversar.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
Cidadania e Participação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15. CURIOSIDADE, REFLEXÃO E INOVAÇÃO - Querer aprender mais; desenvolver o pensamento reflexivo, crítico e criativo; procurar novas soluções e aplicações. *

Curiosidade, Reflexão e Inovação	
Nível 4	Reflico sobre o feedback do professor procuro corrigir a minha prestação e aplicar os conceitos transmitidos em novas situações
Nível 3	Reflico sobre o feedback do professor procuro corrigir a minha prestação.
Nível 2	Entendo o feedback do professor, mas não me esforço por alterar a minha execução
Nível 1	Não ligo ao feedback do professor, continuo a executar como quero

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
Querer Aprender mais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16. EXCELÊNCIA E EXIGÊNCIA - Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros. *

Excelência e Exigência	
Nível 4	Mantenho-me a trabalhar e tento executar com atitude, empenho e correção técnica/tática. Realizo as tarefas com rigor e procuro sempre a superação das minhas dificuldades.
Nível 3	Executo de forma empenhada as tarefas propostas na aula.
Nível 2	Executo as tarefas propostas na aula sem atitude.
Nível 1	Executo de forma displicente, perturbando a execução dos colegas.

Marcar apenas uma oval por linha.

	Nível 1	Nível 2	Nível 3	Nível 4
Excelência e Exigência	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Conclui a tua autoavaliação

Faz o balanço das tuas autoavaliações

17. Atribui uma classificação que reflita o trabalho que desenvolveste e as competências que adquiriste *

18. Explica porque consideras que essa classificação é a adequada *

Informações / sugestões que queiras partilhar


Este espaço é teu

19. Partilha a tua experiência nesta Unidade de Ensino *

20. Faz uma apreciação ao trabalho desenvolvido pelo professor nesta Unidade de Ensino *

Obrigada pela tua participação

Apêndice XI – Critérios de Avaliação de Educação Física

		MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO ESCOLA SECUNDÁRIA DE AVELAR BROTERO 2020/2021 GRUPO DISCIPLINAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA		CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO Cursos: C. Humanísticos - 12º Ano Educação Física	
DOMÍNIOS	OBJETIVOS A ATINGIR/APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	COMP. PERFIL ALUNO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO	PESO %	
SABER ESTAR	<p>Responsabilidade e integridade – Respeitar-se a si mesmo e aos outros; saber agir eticamente, consciente da obrigação de responder pelas próprias ações; ponderar as ações próprias e alheias em função do bem comum.</p> <p>Liberdade – Manifestar a autonomia pessoal centrada nos direitos humanos, na democracia, na cidadania, na equidade, no respeito mútuo, na livre escolha e no bem comum.</p> <p>Excelência e exigência – Aspirar ao trabalho bem feito, ao rigor e à superação; ser perseverante perante as dificuldades; ter consciência de si e dos outros; ter sensibilidade e ser solidário para com os outros.</p> <p>Curiosidade, reflexão e inovação – <i>Querer aprender mais; desenvolver o pensamento reflexivo, crítico e criativo; procurar novas soluções e aplicações.</i></p> <p>Cidadania e participação – Demonstrar respeito pela diversidade humana e cultural e agir de acordo com os princípios dos direitos humanos; negociar a solução de conflitos em prol da solidariedade e da sustentabilidade ecológica; ser interventivo, tomando a iniciativa e sendo empreendedor.</p>	<p>A, U/a, b</p> <p>B, C, D, I</p> <p>B, E, F/a, b, d</p> <p>E, F/a, d, e</p> <p>B, C, D, F/b, c, e</p>	<p>• Registos de observação</p>	10	
SABER FAZER/SABER (NO CONTEXTO DE CADA UNIDADE DIDÁTICA)	<p>- Área da Aptidão Física - O aluno deve ser capaz de:</p> <p>- Elevar o nível geral das capacidades condicionais e coordenativas, particularmente de resistência geral de longa e média duração, da força resistente, da força rápida, da flexibilidade, da velocidade de reação, de execução, de deslocamento e das destrezas gerais e específicas enquadradas na Zona Saudável da Aptidão Física, para a sua idade e género. Conhecer os processos de elevação e manutenção da aptidão física e a interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as atividades físicas;</p> <p>- Área das Atividades Físicas - O aluno deve ser capaz de:</p> <p>- Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo de jogo, nos <u>Jogos Desportivos coletivos</u> (JDC) realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções (defesa e ataque); Compreender e aplicar, como praticante e/ou árbitro os regulamentos específicos de cada modalidade;</p> <p>- Compor, realizar e analisar da <u>Ginástica Acrobática/Aparelhos</u> as destrezas elementares em esquemas individuais e/ou grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação;</p> <p>- Apreciar, compor e realizar nas <u>Atividades Rítmicas e Expressivas</u> sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e/ou grupo;</p> <p>- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas - Ténis, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro</p> <p>- Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares de uma das seguintes UD <u>Natação/Atletismo/Orientação/Patinagem/Exploração da Natureza/Jogos tradicionais</u></p> <p>Área dos Conhecimentos - O aluno deve ser capaz de:</p> <p>Conhecer e utilizar os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras, de acordo com a sua aptidão atual e o estilo de vida, cuidando o doseamento da intensidade e duração do esforço, respeitando em todas as situações os princípios básicos do treino.</p> <p>Analisar criticamente aspetos gerais da ética na participação nas Atividades Físicas Desportivas, relacionando os interesses sociais, económicos, políticos e outros com algumas das suas "perversões", nomeadamente:</p> <p>- Especialização precoce e exclusão ou abandono precoces;</p> <p>- Violência (dos espectadores e dos atletas) vs. espírito desportivo;</p> <p>- Corrupção vs. verdade desportiva.</p> <p>Persistência na realização das tarefas (Empenho) (15%)</p>	<p>C, E, F; G/I; J; c; d</p> <p>B; C, D, E; F; G; H; I; J; /a; b; c</p> <p>B; C, D, E; F; G; H; I; J; /a; b; c</p> <p>B; C, E, F; G; H; J; /a; b; c</p> <p>B; C, E, F; G; H; J; /a; b; c</p> <p>B; C, D, E; F; G; H; I; J; /a; b; c</p> <p>B; C, E, F; G; H; I; J; /a; b; c</p> <p>B, C, D, E; F; G; I; J/ a; c; d, e</p>	<p>- Aplicação da Bateria de Testes FfEscola</p> <p><u>Avaliação Formativa e Sumativa em:</u></p> <p>- Situação de jogo;</p> <p>- Exercício crítico.</p> <p>Outros Instrumentos</p> <p>- Fichas de Trabalhos;</p> <p>- Relatórios</p> <p>- Questionamento</p> <p>Trabalho de projeto</p> <p>Sessões de Formação</p> <p>Testes Escritos</p>	90	
<p>Notas: - As classificações atribuídas no final de cada período são resultantes do processo de avaliação contínua.</p> <p>- Se por impedimentos (recursos espaciais, materiais e condições atmosféricas), não for possível lecionar algumas das matérias previstas, as mesmas serão substituídas por outras, sem prejuízo dos alunos.</p>					
Legenda	<p>Áreas de competência do Perfil dos alunos: 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> <p>Valores: a – responsabilidade e integridade; b – Excelência e exigência; c – curiosidade, reflexão e inovação; d – cidadania e participação; e – liberdade.</p>				

ANEXOS

Anexo I – Certificado de participação no X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física



UNIVERSIDADE DE COIMBRA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA
MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

12 111 9 0
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

X FÓRUM INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA

ENSINAR E FORMAR EM EDUCAÇÃO FÍSICA DURANTE A PANDEMIA

CERTIFICADO

ASSISTIU AO X FÓRUM INTERNACIONAL DAS CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA, ORGANIZADO PELA FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA, PORTUGAL.

COIMBRA, 16 DE ABRIL DE 2021

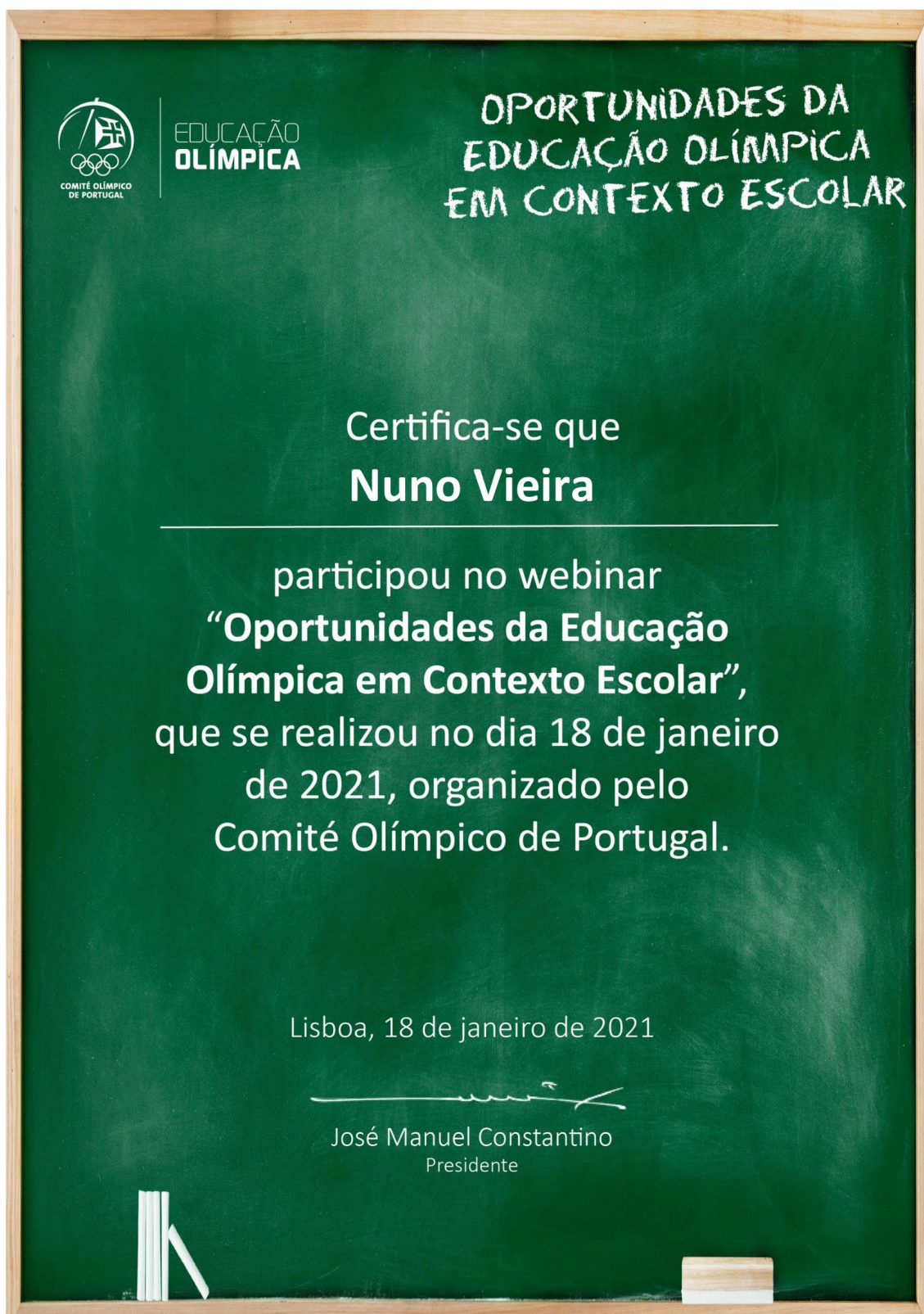
A COORDENADORA DO MEEFEBS

Assinado por: **ELSA MARIA FERRO RIBEIRO DA SILVA**
Num. de Identificação: BI05333351
Data: 2021.04.15 21:21:38+01'00'



ORGANIZAÇÃO
ELSA RIBEIRO-SILVA (COORD.) • CATARINA AMORIM • LIDIANE PICOLI LIMA • MARIANA SOUSA

Anexo II – Certificado de participação no webinar Oportunidades da Educação Olímpica em Contexto Escolar



Anexo III – Certificado de participação no seminário COMEDIG – Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal



COMEDIG
Competências
de Literacia
Digital e Mediática
em Portugal
6 novembro 2020

Faculdade de Psicologia e de Ciências
da Educação da Universidade de Coimbra

CERTIFICADO

Certifica-se que **José Nuno Pinto Vieira** participou no **seminário COMEDIG – Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal**, organizado no âmbito do projeto COMEDIG (PTDC/CED-EDG/32560/2017), que teve lugar no dia 6 de novembro de 2020.

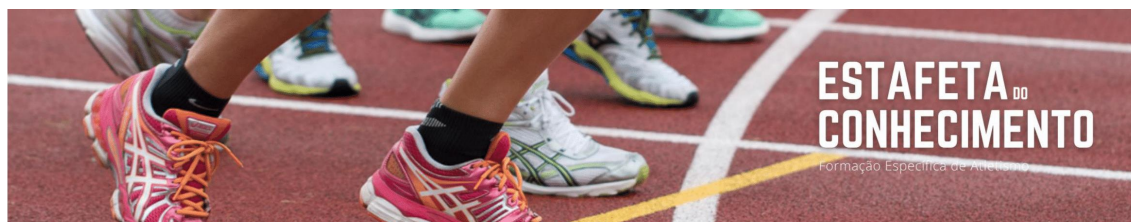
Coimbra, 6 de novembro de 2020.

A Organização

Armanda Tatos



Anexo IV – Certificado de participação na I Formação Específica de Atletismo Estafeta do Conhecimento



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Certifica-se que

José Nuno Pinto Vieira

participou, na I Formação Específica de Atletismo "Estafeta do Conhecimento", promovida pelo NECDEF-AAC em parceria com a Federação Portuguesa de Atletismo, realizada em regime exclusivamente online, nos dias 21 e 22 de Novembro de 2020.


Diogo Salgado Braz

DIOGO SALGADO BRAZ
Presidente NECDEF-AAC

22 NOVEMBRO 2020
Coimbra



Anexo V – Questionário “A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física”



U C

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA
 MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO
 Elsa Ribeiro-Silva

QUESTIONÁRIO

“A intervenção pedagógica do aluno de *Educação Física*”

Código: _____

Com este questionário procuramos perceber a forma como pensas, sentes e vives as aulas de Educação Física. Este questionário é anónimo e não existem respostas certas ou erradas, pelo que te pedimos que sejas o mais sincero possível.

ATENÇÃO - NÃO coloques o teu nome nem nenhuma informação que te identifique.

Para responder, basta colocar um (x) na opção que consideras mais adequada.

Data de resposta: _____
 Sexo: Masculino Feminino
 Idade: _____
 Turma: _____

1ª PARTE - GRUPO I

O professor nas aulas de Educação Física...

		Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
		1	2	3	4	5
1.	... planifica a matéria, de forma lógica.					
2.	... apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.					
3.	... apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.					
4.	... informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).					
5.	... cumpre o horário da aula.					
6.	... é assíduo.					
7.	... mantém a turma controlada.					
8.	... informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.					
9.	... dá ritmo e entusiasmo às aulas.					
10.	... conhece a matéria que está a ensinar.					
11.	... aceita as novas ideias dos alunos.					
12.	... gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.					
13.	... dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.					
14.	... é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.					
15.	... é justo nas avaliações.					
16.	... por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.					
17.	... encoraja os alunos.					
18.	... dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.					
19.	... estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.					
20.	... estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.					
21.	... corrige os alunos ao longo da aula.					
22.	... relaciona-se muito bem com os alunos.					
23.	... por vezes, permite comportamentos de indisciplina.					
24.	... estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.					
25.	... preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.					
26.	... preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.					
27.	... preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.					
28.	... previne comportamentos de indisciplina.					
29.	... coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.					
30.	... faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.					
31.	... utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).					

1



32. ... apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.
33. ... foca a sua avaliação nas matérias dadas.
34. ... é claro quando corrige os alunos.
35. ... dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.
36. ... trata os alunos com respeito.
37. ... utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.
38. ... utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.
39. ... utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.
40. ... certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.
41. ... corrige o alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados
42. ... mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.
43. ... motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).
44. ... utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.

	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	1	2	3	4	5

GRUPO II
1ª PARTE - Opinião do aluno

1. Considero ser importante ter aulas de Educação Física.
2. Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes.
3. Penso que as coisas que aprendo em Educação Física ser-me-ão úteis ao longo da vida.

2ª PARTE - Sentimentos

1. Das seguintes opções, o que sentes quando pensas em relação a Educação Física (coloca um círculo **apenas em uma** opção):

a) Aprendizagem b) Gosto c) Monotonia d) Pavor e) Prazer f) Inação g) Diversidade h) Repetição i) Obrigação
j) Necessidade l) Outro: _____

1.1. Apresenta a razão principal desse sentimento: _____

1.2. Propõe a principal mudança que gostavas de ver nesta disciplina: _____

Obrigado pela colaboração!