



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

João Manuel Almeida Carvalho

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO  
NA ESCOLA BÁSICA MARQUÊS DE MARIALVA JUNTO DA  
TURMA F DO 8º ANO, NO ANO LETIVO 2019/2020**

PERCEÇÃO DO GRAU DE SATISFAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA:  
COMPARAÇÃO ENTRE ALUNOS FEDERADOS E NÃO FEDERADOS

Relatório de Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de Educação Física  
nos Ensinos Básico e Secundário orientado pela Prof.<sup>a</sup> Doutora Elsa Ribeiro  
Silva, apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física Da  
Universidade de Coimbra

Outubro de 2021

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

João Manuel Almeida Carvalho  
2018255713

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO  
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA  
MARQUÊS DE MARIALVA JUNTO DA  
TURMA F DO 8º ANO, NO ANO LETIVO  
2019/2020**

Relatório de Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário orientado pela Prof.<sup>a</sup> Doutora Elsa Ribeiro Silva, apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física Da Universidade de Coimbra

Outubro de 2021



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Carvalho, J. (2021). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica Marquês de Marialva no ano letivo de 2019/2020. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

João Manuel Almeida Carvalho, aluno nº2018255713 do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física Da Universidade de Coimbra, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não inscrevendo, por isso, no disposto no artigo nº27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, outubro de 2021

João Manuel Almeida Carvalho



## Agradecimentos

---

No final desta etapa da minha vida, sinto uma gratidão imensa associada à felicidade, que surge com o término do meu percurso académico, no qual conheci pessoas fantásticas que me ajudaram a alcançar o desejo de ser professor. Esses, que estiveram lá nos momentos bons e menos bons, viram-me crescer e incentivaram-me a chegar aqui.

Quero deixar um agradecimento muito especial á minha família, mãe, pai e avós, que me apoiaram de forma incansável não só ao longo do meu percurso académico, mas desde sempre, contribuindo para o meu sucesso, crescimento pessoal e profissional.

A todos os professores com quem me cruzei no meu percurso académico, sem exceção, foram eles quem me motivaram a seguir o ensino.

À minha colega de estágio, pelo respeito e amizade estabelecidos durante o ano, formando uma equipa que se revelou vencedora, muito graças à partilha de ideias e desabafos, tornando esta caminhada mais leve e menos dura.

À professora Clara Neves, pela sua orientação. A mesma revelou-se essencial na minha evolução como professor, não só pelas aprendizagens adquiridas, mas também pelos conselhos profissionais, e não só, que em muitos momentos foram importantes.

À Prof.<sup>a</sup> Doutora Elsa Silva, pelos ensinamentos transmitidos e pelo esforço e disponibilidade demonstrados.

À Direção, Grupo Disciplinar de Educação Física, docentes e funcionários da Escola Básica Marquês Marialva, por me acolherem, fazendo-me sentir em família.

À turma do 8ºF, pela disponibilidade e amabilidade que sempre tiveram comigo, ficando a amizade e contactos para o futuro, prometo que não me esquecerei de vocês.

Aos meus companheiros de guerra, com quem tenho o prazer de partilhar o balneário, muitas lutas e aventuras, em defesa deste mágico losango que trazemos ao peito.

À minha Maria, que tantas vezes me deu na cabeça e se “chateou” comigo, mas que me recebia sempre com um brilho nos olhos e um sorriso e também era dona daquele abraço confortante quando mais precisava. Um grande obrigado pela ajuda, apoio e carinho!

A todos, o meu mais sincero e eterno, Obrigado!

## Resumo

---

O presente relatório representa todo o processo desenvolvido durante o Estágio Pedagógico, este é um momento em que as aprendizagens adquiridas ao longo dos anos de formação académica são aplicadas, existindo assim uma transição da teoria à prática bem como uma alteração de função, de aluno para professor, sendo esta, uma aplicação inserida num contexto real de ensino. Representa a conclusão do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, que foi desenvolvido na Escola Básica Marquês de Marialva, com a turma F do 8º ano de escolaridade, no decorrer do ano letivo de 2019/2020.

Tudo o que este documento descreve vai de encontro às experiências vividas ao longo do Estágio Pedagógico, relatando a componente prática realizada diariamente na escola. Apresenta também as decisões, sucessos e fracassos sentidos durante o Estágio Pedagógico descrevendo as fases do planeamento, realização e avaliação desenvolvidas, tendo em vista, o sucesso, a evolução dos alunos e a sua aprendizagem, bem como a nossa participação no meio escolar.

A informação mais relevante está dividida em quatro grandes áreas: área 1- atividades de ensino aprendizagem; área 2 – atividades de organização e gestão escolar; área 3 – projeto e parcerias educativas e por fim, a área 4 – atitude ético-profissional.

É ainda exposto, o nosso aprofundamento do tema problema, onde é realizado um estudo que tem como principal objetivo verificar se a prática de desporto federado influencia a satisfação dos alunos em relação às aulas de Educação Física.

**Palavras-chave:** Estágio Pedagógico. Educação Física. Reflexão. Desporto Federado.

## Abstract

---

*This report represents the entire process developed during the Teacher Training, this is the period when all the learning acquired over the years of academic training is applied, occurring a transition from theory to practice as well as a change of role, from a student to a teacher, being this application inserted in a real teaching context. Representing the conclusion of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sport Sciences and Physical Education at the University of Coimbra, which was developed at the Marquês de Marialva Basic School, with class F of the 8th grade, during the academic year 2019/2020.*

*Everything that this document describes is in line with the experiences lived during the Teacher Training, reporting the practical component performed daily at school. It presents the decisions, the successes, and the failures felt during the Teacher Training describing the planning stages, implementation, and evaluation developed with a view to the success and evolution of students and their learning, as well as our participation in the school environment.*

*The most relevant information divides into four main areas: area 1- teaching and learning activities; area 2 - school organization and management activities; area 3 - educational project and partnerships, and finally, area 4 - ethical-professional attitude.*

*It also states, our deepening study, where is done a study in which the main objective is to verify if the practice of federated sport influences the students' satisfaction with Physical Education classes.*

**Keywords:** *Teacher Training. Physical Education. Reflection. Federated Sport.*

# Índice

---

Agradecimentos.....	ii
Resumo.....	iii
Abstract.....	iv
Índice.....	v
Introdução.....	11
Capítulo 1 – Contextualização da Prática Desenvolvida.....	12
1. Expetativas Iniciais.....	12
<b>1.1. Dimensão Profissional e Ética</b> .....	12
<b>1.2. Participação na Escola</b> .....	13
<b>1.3. Desenvolvimento e Formação Profissional</b> .....	13
<b>1.4. Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem</b> .....	14
2. Caracterização do contexto.....	15
<b>2.1. A escola e o meio</b> .....	15
<b>2.2. O Grupo disciplinar de Educação Física</b> .....	15
<b>2.3. O núcleo de estágio</b> .....	16
<b>2.4. A turma</b> .....	16
Capítulo II – Análise Reflexiva da Prática Pedagógica.....	18
Área 1 – Atividades de ensino-aprendizagem.....	18
<b>1. Planeamento</b> .....	18
<b>1.1. Plano Anual</b> .....	19
<b>1.2. Unidades Didáticas</b> .....	20
<b>1.3. Planos de Aula</b> .....	21
<b>2. Realização</b> .....	23
<b>2.1. Intervenção Pedagógica</b> .....	23
<b>2.1.1. Instrução</b> .....	23
<b>2.1.2. Gestão</b> .....	26
<b>2.1.3. Clima e Disciplina</b> .....	27
<b>2.1.4. Reajustamento, estratégias e justificação das opções tomadas</b> .....	29
<b>3. Avaliação</b> .....	32
<b>3.1. Avaliação Formativa Inicial</b> .....	33

<b>3.2. Avaliação Formativa</b> .....	34
<b>3.3. Avaliação Sumativa</b> .....	35
<b>3.4. Autoavaliação</b> .....	36
<b>3.5. Parâmetros e Critérios de Avaliação</b> .....	37
<b>4. Questões Dilemáticas</b> .....	37
Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar .....	39
Área 3 – Projeto e parcerias educativas .....	40
Área 4 – Atitude ético-profissional .....	42
Capítulo III – Aprofundamento do Tema Problema .....	45
<b>1. Introdução</b> .....	47
<b>2. Metodologia</b> .....	49
<b>3. Amostra</b> .....	49
<b>4. Instrumentos e Procedimentos</b> .....	49
<b>5. Análise estatística</b> .....	50
<b>6. Apresentação e discussão dos resulta</b> .....	50
<b>6.1. Satisfação dos alunos em Educação Física, comparação entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado</b> .....	50
<b>7. Limitações do Estudo</b> .....	52
<b>8. Conclusões</b> .....	52
<b>9. Referências</b> .....	53
Conclusão .....	55
Referências .....	56
<b>APÊNDICES</b> .....	58
<b>ANEXOS</b> .....	69

## LISTA DE ABREVIATURAS

DT – Diretora de Turma

EBMM- Escola Básica Marquês de Marialva

EF – Educação Física

EP – Estágio Pedagógico

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

TGFU – Teaching Games for Understanding

MED – Modelo de Educação Desportiva

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

NE – Núcleo de Estágio

PNEF – Programa Nacional de Educação Física

PPES – Projeto de Promoção e Educação para a Saúde

UD – Unidade Didática

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> – Testes de Normalidade.....	57
----------------------------------------------	----

## LISTA DE APÊNDICES

<b>Apêndice I</b> - Ficha Biográfica Individual do aluno .....	59
<b>Apêndice II</b> – Questionário de EF .....	62
<b>Apêndice III</b> – Modelo Plano de Aula .....	63
<b>Apêndice IV</b> - Grelha de Avaliação Formativa Inicial (exemplo) .....	64
<b>Apêndice V</b> - Grelha de Avaliação Sumativa .....	65
<b>Apêndice VI</b> - Critérios e Parâmetros de Avaliação.....	66
<b>Apêndice VII</b> – Cartaz “Torneio de Voleibol Feminino 4x4” .....	67
<b>Apêndice VII</b> - Cartaz da atividade Torneio Jr. NBA .....	68

## LISTA DE ANEXOS

<b>Anexo I</b> - Certificado de Participação na Sessão de Apresentação do "Programa de Educação Olímpica" .....	70
<b>Anexo II</b> - Certificado de Participação na IX Oficina de Ideias em Educação Física .....	71
<b>Anexo III</b> - Questionário “Análise da Satisfação em Educação Física” .....	72



## Introdução

---

O presente documento insere-se na unidade curricular de Relatório de Estágio, integrado no plano de estudos do 2ºano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC), no ano letivo 2019/2020.

O Estágio Pedagógico (EP) é o culminar da formação inicial, em que, se coloca em contexto real de ensino os conhecimentos adquiridos ao longo dos anos de formação académica anteriores de forma articulada, entre a teoria e a prática, transitando da teoria à prática e da função de aluno para a de professor.

O Estágio Pedagógico foi desenvolvido na Escola Básica Marquês de Marialva (EBMM), junto da turma F do 8ºano, contando com o acompanhamento e orientação da professora cooperante, Maria Clara Neves e da orientadora da faculdade, Prof.<sup>a</sup> Doutora Elsa Ribeiro Silva.

Este relatório descreve os processos e atividades realizados durante o Estágio, aludindo os sucessos e fracassos, decisões e estratégias que marcaram este trajeto. É efetuada uma análise assente na reflexão pessoal das atividades realizadas, nas decisões tomadas e a sua importância no desenvolvimento das aprendizagens dos alunos.

Neste sentido, sob orientação do documento “Prática Pedagógica Supervisionada III – 2019/2020” (Elsa , Miguel , & Paulo, 2019), o Relatório encontra-se estruturado em três capítulos: Capítulo I – Contextualização da prática; Capítulo II – Análise reflexiva da prática pedagógica; e Capítulo III – Aprofundamento do Tema-Problema.

No primeiro capítulo apresentamos as expectativas iniciais e a caracterização do contexto. No segundo, uma reflexão da componente prática envolvida, focando o planeamento, realização e avaliação, bem como o cargo atribuído relativo à organização e gestão escolar, a projetos concebidos e realizados por nós e por fim, a nossa atitude ético-profissional, refletindo sobre as decisões tomadas e a nossa postura profissional e social. No último capítulo, evidenciámos a investigação desenvolvida, que teve como objetivo comparar o grau de satisfação dos alunos em relação às aulas de EF, entre os alunos que praticam desporto federado e os alunos que não praticam desporto federado.

## 1. Expetativas Iniciais

Neste tópico são tidas em conta as expetativas iniciais para o início das funções como professor estagiário. Este destina-se a apresentar as suas funções, intenções, expectativas e ações que pretendia respeitar, conciliar, adequar e implementar no EP.

Para a apresentação das mesmas são considerados quatro dimensões, entre elas; a dimensão profissional e ética, a participação na escola, o desenvolvimento e a formação profissional e o desenvolvimento do ensino e aprendizagem.

### **1.1. Dimensão Profissional e Ética**

As instituições de formação têm como responsabilidades, a formação de futuros docentes e a certificação profissional dos alunos que a compõem, efetuando a contextualização da ação educativa central para uma regionalização e adequação à comunidade educativa envolvente.

Nesta temática, assumindo um envolvimento com a comunidade escolar, deveremos promover aprendizagens significativas, estimular a autonomia dos alunos para posterior intervenção social, bem-estar e desenvolvimento das competências implícitas no Currículo Nacional do Ensino Básico e Secundário, promover sistemas e ações de inclusão de alunos com dificuldades de integração e aprendizagem.

Nas funções de professor estagiário, incidiremos em diversos mecanismos de autonomia, criatividade e inovação, alguns deles delineados como a criação de sistemas de avaliação adequados, contextualizados, promovendo aprendizagens significativas e recompensando os alunos que trabalham para desenvolver e ultrapassar as suas dificuldades.

## **1.2. Participação na Escola**

A participação na escola é um processo em que as expectativas, mecanismos e ideologias que implementamos deverão ser adequadas ao contexto situacional da escola e, não meramente concretizáveis apenas porque é o que é necessário. Face ao Agrupamento e à Escola, devemos inteirarmo-nos das intenções educativas patentes no Projeto Educativo de Escola, nos Projetos Curriculares anteriores da turma, de forma a adequar as minhas intenções aos pressupostos delineados pela Escola, pelo departamento, pelo grupo de trabalho conjugado com as decisões praticadas pelos restantes Professores de Educação Física.

## **1.3. Desenvolvimento e Formação Profissional**

A Formação Profissional é um processo de longo prazo, que não deverá estagnar para que possamos constantemente refletir sobre as práticas educativas que implementamos.

A colmatação de algumas lacunas que evidencio deverão ser acompanhadas por dois processos de formação; ao nível da formação inicial com a Supervisão Pedagógica, onde se assume que a Supervisora deverá ser capaz de promover processos de apoio/regulação do ensino e da aprendizagem, reflexão e investigação sobre a ação educativa, mudança e melhoria de práticas pedagógicas e didáticas (sala de aula e extra aula na escola e comunidade escolar) (Alarcão & Roldão, 2008). O segundo processo caracteriza-se como a permanente autonomia na formação especializada segundo as matérias curriculares implícitas no Currículo e no Projeto Curricular de Turma. O conhecimento nunca é autossuficiente para a resolução de todos os problemas pedagógicos e, com a maior diversidade de resolução de situações e decisões será possível, adequar a resposta de forma a respeitar a ação e reforçando as ações dos alunos. Pretendemos, promover o crescimento pessoal e profissional, a qualidade na educação, adquirir conhecimentos adequados ao contexto da comunidade escolar.

## **1.4. Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem**

Em relação a este capítulo, é priorizada uma postura profissional dirigida para os alunos, adequando as boas práticas às relativizações teóricas fundamentais. Desta forma, o meu papel como Professor, não é unicamente como transmissor de conhecimentos, mas sim, a pessoa que cria condições para que os alunos tenham possibilidade de se identificar, compreender, analisar, sintetizar e avaliar o que aprendem e o que irão aprender, reforçando a autonomia e a criatividade. A instrução deverá facilitar processos autónomos e de prática guiada, sendo que a instrução direta apenas deverá ser utilizada em casos excecionais onde uma dada metodologia deva ser introduzida segundo condições organizacionais desfavoráveis.

É pretendido igualmente, assegurar a implementação de estilos de ensino de produção de conhecimento, privilegiando a descoberta guiada, iniciativa do aluno, divergente, autoavaliação, inclusivo, avaliação recíproca e ensino por tarefa. A planificação não deverá ser rígida de forma a permitir a adaptação do ensino e da previsão de aprendizagens ao contexto real. A planificação deverá ser gradual, a nível geral, Projeto Curricular e Plano Anual, a nível intermédio assegura a Unidade Didática e a nível específico o Plano de Aula. O sistema de avaliação selecionado deverá comportar conhecimentos implícitos na formação inicial, privilegiar a avaliação formativa, determinar objetivos individuais diferenciando grupos e alunos, divulgar esses objetivos aos alunos e comunidade escolar de forma que a avaliação seja rigorosa, facilitadora de aprendizagens e promova o sucesso escolar. Sucintamente, com estas práticas o objetivo é promover sentimentos em situações de bom ensino, nomeadamente, felicidade, satisfação, orgulho, confiança, autoestima e motivação.

## 2. Caracterização do contexto

De forma a contextualizar a nossa experiência vivenciada durante o EP é necessário caracterizar e expor o meio envolvente, o contexto escolar, o grupo disciplinar, o núcleo de estágio e a turma.

### 2.1. A escola e o meio

Em 2005 a Escola Básica do 2º e 3º Ciclos de Cantanhede, tornou-se Escola-sede do Agrupamento de Escolas de Cantanhede – AEC. No ano de 2011 a escola passou a designar-se Escola Básica Marquês de Marialva.

Atualmente a escola conta com 728 alunos e proporciona aos seus alunos o 2º e 3º ciclo, como um percurso curricular alternativo – 6º (intenção), 8º e 9º anos (continuidade).

No que concerne ao espaço dedicado à prática desportiva, a escola conta com um Pavilhão Gimnodesportivo e um Polidesportivo Exterior. No campo exterior existem as marcações de uma pista de atletismo, assim como uma caixa de areia. Devido à sua localização conta ainda com as instalações do complexo das Piscinas Municipais de Cantanhede, o que possibilita o ensino de natação. De salientar que a escola dispõe de dois balneários para os alunos, duas arrecadações e um gabinete para os professores.

### 2.2. O Grupo disciplinar de Educação Física

Estando inseridos na escola através da vertente de Estágio com a função de docente, ainda em fase de formação, fomos incluídos dentro do grupo disciplinar de Educação Física (EF), composto por 8 docentes, 3 do sexo feminino e 5 do masculino, grupo este que nos acolheu desde o primeiro dia e nos ajudou em contexto curricular e de extensão curricular.

Este grupo demonstrou ser acolhedor, prestável e com disponibilidade total para nos ajudar, sendo um dos fatores fundamentais que contribuíram para o nosso crescimento enquanto futuros profissionais.

Tendo em conta o apoio proporcionado por este grupo, a figura central e com maior destaque foi a professora Clara Neves, a professora cooperante, que desde cedo nos estimulou a crescer em sentido crítico e reflexivo, através da realização de diversas reuniões, que com o avançar do tempo, acrescentaram maior qualidade ao processo de

ensino-aprendizagem, enriquecendo-nos a nível pessoal, social e profissional. Esta convivência permitiu-nos desenvolver algumas competências e habilidades que nos irão caracterizar enquanto profissionais de Educação Física.

### **2.3. O núcleo de estágio**

O núcleo de Estágio Pedagógico foi constituído por dois elementos, sendo um do sexo feminino e o outro do sexo masculino, que tiveram percursos académicos distintos. A minha formação passou pela Escola Superior de Educação de Coimbra (ESEC) onde me licenciiei em Desporto e Lazer, ingressando depois na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF) e a minha colega fez todo o seu percurso na FCDEF, onde tive a oportunidade de me cruzar com ela.

Apesar de termos percursos diferentes, conseguimos formar uma boa equipa, que se revelou capaz de se ajudar na execução das várias tarefas propostas, partilhando ideias e convicções, realizando reflexões conjuntas de forma crítica face à prestação de cada um, o que resultou num desenvolvimento equilibrado enquanto professor.

A professora cooperante também ajudou neste aspeto, pelo facto de realizarmos diversas reflexões sobre os acontecimentos decorrentes no estágio. Estas reflexões abriram-nos o horizonte para outros pontos importantes de discutir e partilhar diferentes ideias didático-pedagógicas, direcionando-as para as necessidades individuais de cada turma e aperfeiçoando-as consoante as características de cada um.

Com o decorrer do ano letivo, comprovámos ser um núcleo unido e determinado, o que favoreceu a nossa aprendizagem, a nossa evolução e formação pessoal e profissional, tornando-nos assim numa equipa vencedora.

### **2.4. A turma**

De forma a poder conhecer melhor a turma e para melhorar alguns aspetos de ensino-aprendizagem, no início do ano letivo procurámos fazer uma caracterização da turma, através da informação recolhida pelos questionários (apêndice I) que foram fornecidos pela Diretora de Turma (DT).

A turma do 8ºF era composta por 25 alunos, sendo que um deles foi transferido, ainda o 1º Período a turma voltaria a ser composta por 25 alunos devido ao ingresso de uma nova aluna. A mesma também viria a ser transferida no fim do mesmo período, abrindo assim uma nova vaga na turma que viria a ser ocupada por um aluno. Dos 24 alunos iniciais da turma, treze pertenciam ao sexo feminino e onze ao sexo masculino, com idades compreendidas entre os 12 e 14 anos de idade. A totalidade dos alunos residia em Cantanhede e na sua periferia, utilizando tanto transporte particular como público, sendo que, em média, apresentam um tempo médio de deslocação de 12 minutos no percurso casa-escola. Relativamente às questões de saúde, não foram observados casos preocupantes, à exceção de dois alunos que apresentam problemas de coluna e rotura de ligamentos (pós operação), o que poderia condicionar a sua prática desportiva.

Este questionário não era direcionado para a disciplina de Educação Física, o que nos levou a efetuar um outro questionário (apêndice II) de modo a obter mais informações. Das informações obtidas, doze alunos afirmaram que praticavam atividade física desportiva fora da escola, no entanto só sete alunos praticam desporto federado, distribuídos pelas modalidades como o Basquetebol, Futebol, Hóquei em Patins e Natação.

Após as primeiras semanas, foi possível conhecer melhor a turma, a qual se destacou positivamente pelo seu desempenho motor e facilidade em realizar as tarefas propostas nas aulas, o que por um lado facilitou a prática pedagógica e a lecionação das aulas. Por outro, os alunos não eram muito atentos e disciplinados, possuindo alguns comportamentos de desvio perturbadores do bom funcionamento da aula, o que por vezes em momentos de instrução fazia com que fosse necessário que repetir diversas vezes a mesma informação. Neste sentido, foram criadas estratégias e rotinas para que fosse possível minimizar os tempos de instrução e para facilitar transmissão dos diversos conteúdos e exercícios. As regras e rotinas discutidas com os alunos possibilitaram o bom desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem, o que acabou por criar um bom clima relacional entre o professor e alunos.

### Área 1 – Atividades de ensino-aprendizagem

Nesta área, é apresentada uma análise reflexiva de toda a prática pedagógica, realizada durante o EP. É também através da qual o professor analisa quais as melhores estratégias a adotar ao longo do processo visando atingir o sucesso por parte dos alunos.

Segundo Bento (2003), a intervenção pedagógica deve ser dividida em 3 tarefas interligadas, coerentes e lógicas entre si: o planejamento, a realização e a avaliação. Dentro de cada uma das 3 tarefas serão abordados os conteúdos com maior especificidade. Por fim são abordadas as principais dificuldades sentidas durante todo o estágio pedagógico.

#### **1. Planejamento**

Esta é a primeira fase da intervenção pedagógica de um professor. O planejamento permite preparar-nos para dar um rumo ao processo tendo em conta a realidade existente. Em quaisquer momentos e planificações foram tidos em conta os objetivos pretendidos de modo que alcançássemos o sucesso pretendido. Esta definição de objetivos guiou-nos ao longo de todo o ano letivo.

A base de todo este processo, denominado planejamento, foram os alunos, e por isso, as adaptações e alterações efetuadas foram com o principal objetivo de responder às particularidades de cada um. Por isso não deixámos de efetuar uma análise às características dos alunos como também foram analisados os objetivos e conteúdos que consta no Programa Nacional de Educação Física (PNEF) procurando que o planejamento fosse o mais claro, objetivo e flexível quanto possível, para que, caso necessário, sejam efetuados ajustamentos.

Assim, apresentamos a seguir o planejamento nos seus três momentos: o plano anual (planeamento a longo prazo), o plano de Unidade Didática (UD) (planeamento a médio prazo) e o plano de aula (planeamento a curto prazo).

## **1.1. Plano Anual**

O Plano anual é um documento orientador do professor no processo de ensino-aprendizagem ao longo do ano letivo. Segundo Bento (2003), a elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e a preparação do ensino, pois este inclui a organização do ensino ao longo do ano letivo e as respetivas reflexões.

Previamente à elaboração do plano anual, realizámos uma breve pesquisa do histórico de UD que foram abordadas pelos alunos (especialmente no ano letivo anterior), uma análise ao PNEF e ao documento das aprendizagens essenciais para o 8º ano. Consultámos a calendarização do ano letivo 2019/2020, bem como uma recolha dos recursos espaciais, humanos e materiais disponíveis para ser possível adequar as aprendizagens e estratégias pedagógicas do ensino às condições do meio em que nos envolvemos, tendo em vista o alcance dos objetivos estabelecidos.

Após a decisão de quais as modalidades a abordar, tivemos em conta as opções do grupo disciplinar, e em reunião com o Grupo de Educação Física, ficaram definidas as rotações de espaços, com isso, distribuámos as modalidades nos diversos blocos. Possuíamos modalidades em que não nos sentíamos tão preparados, como a orientação e luta, surgindo assim algumas dificuldades. O que nos levou a optar por colocá-las no 3º Período, permitindo que tivéssemos mais tempo para preparar essas Unidades Didáticas. Seleccionámos as modalidades Ginástica de Solo, Ginástica de Aparelhos e Voleibol para 1º Período. Já no 2º Período abordámos as modalidades de Basquetebol e Atletismo, não descurando da realização dos testes FITescola nos três períodos.

Iniciámos o ano letivo de forma atípica, pois o pavilhão da escola encontrava-se em remodelação, não se encontrando pronto para o início do ano letivo. Para ludibriar esta adversidade, lecionámos as primeiras aulas no Parque Verde de Cantanhede. Passada esta situação, prosseguimos o normal funcionamento das aulas de Educação Física, distribuindo as modalidades de forma alternada, ou seja, nas aulas de 90' eram lecionadas as modalidades de Ginástica de Solo e Ginástica de Aparelhos e nas aulas de 45' a modalidade abordada era o Voleibol. Assim, foi possível manter os alunos com altos índices de estimulação e motivação para a prática, não os saturando com um período de lecionação de apenas uma modalidade. Esta abordagem revelou-se uma “aposta ganha”, pois foi benéfica para o desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos.

Com a interrupção da lecionação presencial devido à ativação do Estado de Emergência implementado pelo Governo e Presidente da República como medida de combate à pandemia COVID-19, foi necessário repensar o planeamento, visto que o número de aulas (agora síncronas) e as condições para a realização das mesmas foram alteradas. Para o 3º Período estava prevista a lecionação de Orientação e luta. Dadas as novas condições, decidimos apenas abordar as mesmas de forma teórica e apresentar as mesmas aos alunos ainda que de uma forma breve, direcionando o nosso foco para a condição física dos alunos, evitando uma vertente exclusivamente teórica e conseguir manter assim os seus índices de atividade, procurando combater o sedentarismo, pois o tempo de atividade dos alunos diminuiu drasticamente.

Em suma, o planeamento anual é um documento importante para a organização do professor, pois obriga-nos a um trabalho preparatório e de análises de documentos que regem a Educação Física. Permite também antever ações e fornecer uma ideia geral de quantas aulas teremos disponíveis para cada bloco de matéria, para construir as respetivas Unidades Didáticas visando o sucesso dos alunos, ou seja, a sua aprendizagem.

## **1.2. Unidades Didáticas**

As Unidades Didáticas (UD) correspondem a uma forma de planeamento a médio prazo e são elaboradas tendo a função de orientar o processo de ensino-aprendizagem considerando as características da turma e as matérias a lecionar. São assim consideradas fundamentais no processo de ensino e aprendizagem, porque apresentam aos professores e alunos um planeamento mais claro e específico (Bento, 2003). Com esta estrutura clara e detalhada, pretende-se simplificar a intervenção pedagógica do professor.

Para a elaboração das unidades didáticas, consultámos os programas oficiais (PNEF e Aprendizagens Essenciais), e tendo em conta as características da turma, foram definidos objetivos tendo em atenção vários itens, como: a estrutura de conhecimentos, os conteúdos técnicos e táticos, os recursos (materiais e espaciais), as características da turma, as aulas existentes para cada unidade, as estratégias, as progressões a aplicar, a extensão e sequência dos conteúdos e a avaliação.

As Unidades Didáticas foram assim discutidas e construídas em conjunto, pelo núcleo de estágio, existindo a necessidade de as adaptar a cada turma. Sabendo, no entanto, que o planeamento e a UD são documentos dinâmicos, após a avaliação formativa inicial poderia

surgir a necessidade de os reestruturar e adequar os objetivos gerais e específicos às necessidades e competências individuais e coletivas da turma, distribuindo os alunos em grupos de nível distintos (diferenciação pedagógica) sendo possível prever a necessidade de recorrer a diferentes estratégias, progressões pedagógicas, modelos e estilos de ensino, de maneira a que fossem respeitadas as dificuldades individuais e os ritmos de aprendizagem de cada um, conferindo ao ensino um maior desenvolvimento e coerência. A elaboração de cada Unidade Didática obrigou a um trabalho de pesquisa, não só em livros, mas também junto de colegas mais afetos a cada modalidade, pois surgiram dificuldades em relacionarmos-nos com a matéria de ensino, por vezes por serem modalidades que não tínhamos aprofundado tanto anteriormente, devido à falta de conhecimento acerca das mesmas.

Concluindo, a elaboração e aplicação das UD foi um dos maiores desafios do estágio, principalmente a seleção dos objetivos específicos para cada nível encontrado na turma e a elaboração da extensão e sequência de conteúdos. As UD também testaram a nossa criatividade e capacidade de captar e motivar os alunos aquando da lecionação de UD's menos apelativas para os mesmos.

### **1.3. Planos de Aula**

Os planos de aula correspondem ao último momento do planeamento do docente, sendo este o planeamento a curto prazo que se repete de aula em aula, auxiliando a realização as mesmas. O plano de aula distingue-se por apresentar um maior grau de especificidade, precisão e concretização (Bento, 2003), este para além de ser claro, coerente e flexível deverá também adequar-se às características dos alunos e aos recursos que temos à nossa disponibilidade.

Segundo Quina (2009) ,utilizámos um modelo de plano de aula tripartido, composto por três momentos distintos, a parte inicial, a parte fundamental e a parte final (apêndice III). Este modelo baseou-se no modelo utilizado no 1º ano do mestrado, sendo que sofreu algumas alterações. Este modelo, como referido anteriormente, era dividido em 3 partes, através de uma sequência lógica: a parte inicial, a parte fundamental e a parte final. Posto isto, à parte da estrutura tripartida supramencionada, existia: o cabeçalho, que era composto por informações para a contextualização da sessão: o nome do professor, o número da aula, a data e hora, o ano e a turma em questão, o período letivo, o local e a duração da aula, a

UD correspondente assim como o número da aula da UD, a função didática, o material necessário, e, por fim, os objetivos para a aula; assim como a fundamentação/justificação das opções tomadas (tarefas e a sua sequência). Relativamente à estrutura tripartida (parte inicial, fundamental e final), esta era constituída por tempo (parcial e total), objetivos específicos de cada exercício, a descrição e organização das tarefas, as componentes críticas dos gestos solicitados para realizar as tarefas, critérios de êxito e as estratégias/estilos de ensino.

Na parte inicial, era realizada uma reflexão relativamente aos conteúdos abordados na aula anterior e posteriormente era dedicada ao aquecimento, onde se pretendia o aumento da frequência cardíaca e temperatura corporal, preparando assim as estruturas osteoarticulares para as exigências da parte fundamental da aula. A parte fundamental, era destacada a prática dos alunos, onde estes realizavam as tarefas propostas. Era dado ênfase às tarefas principais para a existência de aquisição de competências, cognitivas e motoras e onde o professor se focava nos *feedbacks*, na organização e gestão de espaço e nas progressões necessárias para o sucesso dos alunos, relacionadas com os objetivos tentando levar os alunos a alcançar os mesmos.

De referir que as tarefas selecionadas na parte fundamental, tinham uma sequência lógica e eram ajustadas aos diferentes níveis existentes na turma através da utilização de condicionantes, maximizando, dentro do possível, o tempo de empenhamento motor dos alunos.

A parte final correspondiam ao momento de retorno à calma e de revisão dos conteúdos abordados na aula, onde era realizado um balanço da mesma e esclarecimento de possíveis dúvidas.

Sabemos que o planeamento está sujeito a sofrer alterações, portanto o plano de aula poderia também sofrer reajustamentos, alterações no decorrer da aula consoante o desenvolvimento da mesma ou em função do desempenho dos alunos. Assim, as tarefas poderiam não ser cumpridas na sua totalidade.

Em suma, o plano de aula é fundamental no que diz respeito ao planeamento, este tem como principal função o desenvolvimento de competências dos alunos, sendo direcionado para os conteúdos abordados nas unidades didáticas, plano anual e PNEF, tendo em consideração vários fatores como o ciclo de ensino, as aptidões e características da turma.

Os principais desafios nesta componente, prenderam-se com a previsão correta do tempo necessário para a realização de cada exercício, pois muitas vezes o tempo que prevíamos ser ideal para cada exercício revelava-se escasso. Outra tarefa desafiante foi a seleção dos exercícios, que por vezes não era a mais correta. Para superar estas dificuldades contámos com a professora orientadora que teve um papel fundamental na reflexão e apresentação de outros pontos de vista, o que nos permitiu evoluir e tomar as decisões mais adequadas.

## **2. Realização**

Findo o planeamento, encontramos-nos na fase onde existe uma maior interação professor-aluno, denominada realização ou ação. Fruto dessa maior interação, surge também uma grande proximidade criando um clima propício à transmissão de conhecimentos que levaram ao aperfeiçoamento e desenvolvimento das suas habilidades e capacidades

Neste ponto pretendemos demonstrar a nossa ação docente apresentar as estratégias e opções tomadas, bem como as decisões de ajustamento resultantes das reflexões e da nossa experiência, através do aprofundamento das dimensões pedagógicas propostas por Siedentop (2008), instrução, gestão, clima e disciplina.

### **2.1. Intervenção Pedagógica**

Neste ponto serão apresentadas as quatro dimensões da intervenção pedagógica (instrução, gestão, clima e disciplina), bem como uma reflexão crítica da nossa experiência, em relação ao contexto que experienciamos.

O professor de EF no processo de ensino desempenha três grandes funções, que passam por organizar, orientar, instruir e controlar os alunos (Siedentop, 2008).

#### **2.1.1. Instrução**

Esta dimensão concilia as estratégias de intervenção pedagógica que o professor utiliza para transmitir informação aos alunos sobre as tarefas a realizar. Esta pode acontecer em três momentos distintos da aula, na preleção inicial, que se realiza na parte inicial da aula, apresentando os objetivos e conteúdos, sabendo que, é importante a existência de ligação dos conteúdos a abordar na presente aula com os conteúdos abordados na aula anterior, de modo a sequenciar os mesmos de forma lógica facilitando a aprendizagem desses novos

conteúdos. Na parte fundamental da aula, através da explicação, demonstração dos exercícios e na transmissão de *feedback* como coadjuvação à aprendizagem do aluno e na parte final da aula através do balanço das aprendizagens.

Relativamente à preleção, foi notória a evolução ao longo do ano letivo. No início da prática pedagógica a preleção apesar de ser curta, revelava-se algo confusa e pouco clara para os alunos, dando origem a comportamentos de desvio por parte dos mesmos fazendo com que existisse um tempo gasto em explicações ao longo da aula que não seria expectável. Estes aspetos foram sendo melhorados ao longo do tempo, com o intuito de tornar a preleção mais clara e objetiva, promovendo aos alunos uma maior compreensão dos objetivos e conteúdos da aula. Fomos capazes de, desde cedo, optar por locais longe de distrações com posicionamento estratégico para a realização da preleção (alunos de costas para focos de distração como outras aulas; alunos em formação de meia-lua permitindo ao professor ver todos os alunos), assim como de adotar uma postura assertiva, chamando os alunos à razão ou questionando os mesmos sobre a matéria quando estes se distraíam do foco, que naquele caso seria o professor. Positivamente, há ainda a salientar a capacidade de projetar a voz de maneira que a turma fosse capaz de ouvir o professor, bem como a facilidade de interação com os alunos.

No início de cada aula, fazíamos uma pequena revisão dos conteúdos abordados na aula anterior, contextualizando e enquadrando o aluno no processo. Para além disso, este mesmo momento da aula, também procedíamos ao questionamento verificando se os alunos acompanhavam a matéria.

Na parte final das aulas tentámos cativar os alunos para a aula seguinte, adotando um discurso que incentivasse os alunos a refletirem criticamente sobre o seu desempenho na aula, com o objetivo de desenvolverem o domínio cognitivo e a capacidade de análise e reflexão crítica. Aqui também recoríamos ao questionamento para entender se os alunos foram capazes de assimilar os conteúdos abordados e para perceber onde sentiram maiores dificuldades, isto com o intuito de obter formas de as ultrapassar. A utilização deste instrumento revelou-se uma aposta ganha, pois permitia perceber quando os alunos entendiam a matéria, nestes momentos incentivávamos os alunos a responderem, reforçando a ideia de que não havia mal errar e elogiando as respostas positivas, tal como Siedentop (2008) nos diz.

Quanto à demonstração, é realizada no início de cada exercício e é, muitas vezes, um instrumento facilitador da instrução, permitindo que os alunos percebessem o exercício

mais rápido. Na sua utilização tivemos a preocupação de realizarmos primeiro uma demonstração lenta e posteriormente realizar o movimento à velocidade que se pretendia, aproximando assim o movimento ao contexto real. Assim, conseguíamos captar a atenção dos alunos para os aspetos mais importantes a reter, dando diversos *feedbacks* ao longo da demonstração, proporcionando assim, uma informação auditiva e visual. Ao longo do ano letivo, sempre que possível tentámos escolher como modelo um aluno que estivesse mais familiarizado com a modalidade que estava a ser lecionada. Os alunos eram colocados de forma estratégica para que conseguissem observar tudo o que se pretendia.

Quanto ao *feedback*, a sua utilização apresentou resultados positivos no que diz respeito à evolução do aluno na sua aprendizagem através da sua aplicação correta e adequada. Citando Piéron (1999), o *feedback* consiste na transmissão de informação aos alunos, por forma a ajudá-los nos diversos aspetos e eliminar os comportamentos incorretos para obterem resultados pretendidos. Quando o erro detetado era individual, era fornecido *feedback* individual sem necessidade de retirar o aluno da tarefa, por outro lado, se o mesmo erro estivesse a ser cometido por um grupo de alunos, a nossa opção passava por parar a tarefa e realizar questionamento, com o grupo de alunos, recorrendo à descoberta guiada para que os mesmos encontrassem soluções. Quanto aos *feedbacks* sobre as componentes técnicas, utilizámos os *feedbacks* visuais, verbais e quinestésicos, de forma prescritiva e avaliativa.

Relativamente ao ciclo do *feedback*, segundo Piéron (1999), para este ser completo, o professor deverá observar e identificar o erro, tomar a decisão de reagir ou não, se reagir, deve prescrever *feedback* pedagógico, ficar a observar as próximas ações do aluno, para verificar se houve mudanças no comportamento do mesmo e depois voltar a prescrever *feedback* pedagógico. Após reflexão com o nosso orientador, percebemos que existia a necessidade de acompanharmos a prática do aluno após fornecimento de *feedback*, de modo a fechar o ciclo e verificarmos que a ação realizada pelo aluno era corrigida e realizada corretamente após o *feedback*. Este aspeto foi uma dificuldade que sentimos, e que pudemos contar com a ajuda da orientadora.

Com o avançar do ano letivo, com o maior conhecimento, e com as reflexões realizadas com o núcleo de estágio e a professora orientadora, podemos afirmar que fomos melhorando o tipo de informação, conseguindo identificar melhor que erros queríamos eliminar e o tipo de *feedback* mais adequado a cada situação, aumentando assim a nossa qualidade no processo de ensino-aprendizagem. Inicialmente as preleções não incidiam nos

pontos fulcrais, os *feedbacks* eram muitas vezes avaliativos e prescritivos, as demonstrações não eram bem aproveitadas, pois muitas vezes eram feitas depois de uma instrução já extensa e já não eram eficazes. Após as reflexões das aulas, com a ajuda do professor cooperante, foi-nos possível ultrapassar estas dificuldades e aumentar a qualidade do processo de ensino aprendizagem. Verificámos também que o *feedback* interrogativo se revelou de extrema importância, obtendo maior retorno também dos alunos, nomeadamente quanto ao seu conhecimento, dificuldades, podendo deste modo reajustar as tarefas para que as mesmas incidissem nas suas necessidades.

Devemos referir que a instrução, em qualquer das suas formas, se manifestou como sendo um dos nossos maiores instrumentos, pois esta foi o ponto fulcral na interação professor-aluno. Esta quando bem executada, torna as aulas mais fluidas e agradáveis, melhorando o clima e facilitando a gestão e o processo de ensino aprendizagem dos alunos, que ficam mais motivados e empenhados nas tarefas.

### **2.1.2. Gestão**

No que concerne à dimensão gestão, esta contempla ações como a organização das tarefas, a formação de grupos, a transição dos alunos entre tarefas e a arrumação do material, com o intuito de consumir o mínimo possível de tempo de aula. Neste sentido, um planeamento cauteloso permitirá reduzir o tempo de organização de aula, o que possibilita aumentar o tempo de prática efetiva e consequente aprendizagem (Piéron, 1999).

Posto isto, uma gestão eficaz de uma aula corresponde ao conjunto de comportamentos do professor que origine elevados indicadores de envolvimento por parte dos alunos nas atividades e, em contrapartida, resulte numa redução do número de comportamentos inadequados.

Desde o início do ano letivo, uma das nossas grandes preocupações foi a criação de rotinas. À medida que fomos conhecendo a turma, deixámos de fazer a chamada, contabilizando os alunos que estavam presentes, averiguando os que estavam em falta, reduzindo assim o tempo gasto na parte inicial da aula. Também o local de reunião no início da aula era sempre o mesmo, com os alunos estrategicamente orientados na minha direção e longe de focos de distração. Os alunos sabiam também que o aquecimento específico era dado por um aluno responsável (mudava todas as aulas seguindo a lista da turma) e que tinham de seguir as indicações do professor. Esta criação de rotinas permitiu-nos inculcar a autonomia,

responsabilizando os alunos com tarefas como organizar e arrumar o material, libertando o professor para outras tarefas, como por exemplo o esclarecimento de dúvidas.

No âmbito da organização do nosso planeamento e a escolha de exercícios, procurámos iniciar a aula com tarefas de complexidade reduzida e complexificar com o decorrer da mesma. No caso dos desportos coletivos, recorreremos maioritariamente a exercícios de jogo reduzido, realizando jogo formar no final de cada aula, o que fez com que a introdução de conteúdos fosse encorajadora ao desenvolvimento dos alunos, revelando-se também um ponto positivo para a gestão da aula, com transições entre tarefas mais fluídas, estando os alunos em constante prática e evitando momentos “mortos”. O nosso posicionamento face à atividade da aula revelou ser um aspeto primordial para o bom funcionamento da nossa atividade pedagógica, não só por garantir a segurança dos alunos, mas pelo fato de os ter todos no nosso campo de visão, o que restringia assim as brincadeiras e comportamentos desajustados.

Em jeito de reflexão, podemos afirmar que a criação de rotinas e um planeamento pensado na realização foi um fator potenciador do aproveitamento do tempo de aula e da promoção do processo de ensino-aprendizagem, encorajando os alunos à prática, aproveitando e maximizando o tempo de empenhamento motor, aumentando o acompanhamento aluno a aluno e conseqüente quantidade de *feedbacks*, o que acabou por nos libertar mais e ter uma prática docente voltada para as aprendizagens dos alunos, desenvolvendo e reajustando os conteúdos e estratégias para que o nosso foco primordial se centrasse na aquisição de conhecimento e de novas habilidades e não no controlo dos alunos.

### **2.1.3. Clima e Disciplina**

Acreditamos que o clima e disciplina são duas dimensões que se encontram interligadas, ou seja, quando existe um clima de aula positivo, tendencialmente os episódios de comportamentos inapropriados não existirão ou serão reduzidos.

Segundo Quina (2009), a interação professor-aluno influencia o clima da aula. Esta relação quando é estimulante e positiva promove o desenvolvimento dos alunos, facilitando assim as aprendizagens dos mesmos. De acordo com Marques (2004), um bom clima contribui para a satisfação pessoal, para o empenho nas tarefas propostas pelo professor e para a maturação emocional dos alunos.

De modo a garantir a estabilidade da aula, tentámos definir com clareza as regras que a compunham, motivando os alunos para a realização de comportamentos apropriados e potenciámos as interações pessoais. Tentámos seguir a perspetiva de Siedentop (2008), mantendo todos os comportamentos adequados e enquadrados com o objetivo de construir um cenário educacional específico.

No início do ano, a turma apresentava alguns problemas de indisciplina, sendo que eles se distraíam muito facilmente e, por vezes, isto levava a comportamentos fora da tarefa ou a comportamentos de desvio. No início este fator foi muito desafiante para nós, sendo professores em fase de formação e com pouca experiência profissional. Inicialmente, adotámos uma postura mais assertiva, originando demasiados momentos de repreensão aos alunos. No entanto, estes momentos nem sempre tiveram os efeitos desejados a tendência era estar sempre a repreender os alunos e a chamá-los à atenção, esta estratégia caiu um pouco por terra, pois criava um clima menos adequado à aula e causava algum atrito com os alunos, proporcionando mau ambiente. Com as aprendizagens adquiridas nos primeiros meses, aprendemos a selecionar os comportamentos fora da tarefa que careciam de atenção e que muitas das vezes a melhor estratégia não era repreender, mas sim desvalorizar e aguardar que estes voltassem à tarefa.

Ao longo das aulas fomos adquirindo um melhor conhecimento dos alunos permitindo a previsão e intervenção adequada e eficaz na resposta aos problemas. Tal como o reforço positivo, o conhecimento dos alunos apresentou efeitos positivos na relação professor-aluno, sendo uma relação de respeito mútuo, confiança, compromisso e cordial promovendo o processo de ensino-aprendizagem.

Em suma, assumimos que as dimensões clima e disciplina estão interligadas e que apesar dos alunos terem as suas próprias características, nós enquanto professores, devemos assumir desde início uma postura cuidada e responsável pelos comportamentos destes e devemos delinear as estratégias mais adequadas para conseguirmos resolver o problema em questão, de forma a criar um clima acolhedor e potenciador ao desenvolvimento dos mesmos.

#### **2.1.4. Reajustamento, estratégias e justificação das opções tomadas**

Devido à imprevisibilidade, incerteza e complexidade do ensino, ao longo das aulas, fomos obrigados a promover alterações que se mostraram indispensáveis para o bom desenrolar da aula e para a consecução dos objetivos delineados. O ensino é muitas vezes caracterizado por numerosas tomadas de decisão, sendo que algumas são automáticas e outras reflexas (Piéron, 1999).

Deste modo, ao longo do ano letivo e com o decorrer das aulas, foi sendo necessário recorrer a decisões de ajustamento, principalmente ao nível do planeamento de aula. A perceção do insucesso de uma atividade e a necessidade de a modificar ou de a retirar da aula obrigou-nos, em certos momentos, a tomar este tipo de decisão. No entanto, estas alterações e tomadas de decisão nem sempre se mostraram fáceis de executar, sobretudo numa fase inicial do EP. Esta dificuldade derivou essencialmente da falta de experiência e da reduzida capacidade de perceção e reflexão, de forma a adaptar a aula às situações imprevistas.

Aqui, destacamos o ajuste da extensão e sequência de conteúdos. Apesar de ser definida no início das UD, houve a necessidade de a ajustar, devido ao desempenho dos alunos não ser o esperado, fazendo assim com que a consolidação de alguns conteúdos fosse retardada, ao passo que outros não chegaram a ser abordados, no caso da UD de atletismo. Pelo contrário, na UD de voleibol e ginástica, foi possível consolidar os conteúdos mais cedo que o previsto, devido ao elevado desempenho dos alunos. Como foi referido anteriormente, ao longo das aulas houve a necessidade de ajustar o tempo e espaço de aula, tendo sempre em conta o melhor para o desenvolvimento dos alunos.

No decorrer das aulas, fomos utilizando os diversos estilos de ensino, tendo em conta o grupo de alunos ao qual se destinava e os objetivos pretendidos, proporcionando uma maior fluidez e critério a toda a aula. Inicialmente, tendo em conta as características da turma, centrámo-nos muito no estilo de ensino por comando, de modo a ter um maior controlo da turma. Posteriormente com maior conhecimento da turma, vimos ser possível adotar outros estilos como o ensino por tarefa, utilizado em muitas das modalidades lecionadas e por descoberta guiada, utilizado em todas as modalidades, no qual o nosso foco estava no questionamento aos alunos, levando-os à apresentação de respostas desejadas (Nobre, Estilos de Ensino, 2017), fomentando a autonomia dos mesmos.

Complementarmente, com vista a melhorar o processo de ensino-aprendizagem, decidimos aplicar dois modelos de ensino, o “Teaching Games for Understanding” (TGFU) e o “Modelo de Educação Desportiva” (MED). O modelo TGFU propõe o ensino a partir de problemas táticos em contexto de jogo e dá ênfase à aprendizagem cognitiva antes do desempenho motor. Este expõe o aluno a uma situação de jogo com os seus problemas táticos e é estimulado a procurar soluções, com a ajuda do professor.

O TGFU foi utilizado no decorrer das unidades didáticas, nomeadamente o voleibol, traduzindo-se numa das nossas opções de ensinar os conteúdos através do jogo reduzido e formal, para que os alunos mantivessem o maior empenhamento motor possível, desta forma, evitávamos exercícios analíticos, o que poderia levar a uma desmotivação por parte dos alunos.

O MED, utilizado na ginástica, procura transformar a prática da Educação Física escolar em experiências desportivas autênticas para os alunos através de diversos objetivos, tais como, socializar através do desporto, envolver os alunos na organização das atividades, transformar as unidades didáticas em épocas desportivas e desenvolver o sentido de afiliação e o trabalho de equipa (Mesquita, Farias, Oliveira, & Pereira, 2009). Este modelo foi utilizado ao longo do ano letivo, para incentivar os alunos à competição, fortalecimento das relações interpessoais, e aprofundamento das regras de arbitragem e desenvolvimento do jogo formal. Na unidade didática de ginástica, utilizámos este modelo para que os alunos desenvolvessem a sua própria sequência gímnica por forma a ser apresentada e avaliada pelos colegas. Criámos pequenos grupos de trabalho, onde tiveram de elaborar as suas sequências, pesquisar sobre as principais regras e desempenhar o papel de juizes ao longo das aulas, sendo que corrigiam os colegas nos momentos de execução. Desta forma, conseguimos desenvolver o seu espírito criativo, dar-lhes autonomia e responsabilidade, pela sua sequência, estimulando o espírito competitivo e a união de grupo.

Ainda sobre as relações entre pares, o espírito de entreajuda e os altos índices de empenhamento motor, tivemos também o cuidado de realizar aquecimentos específicos por modalidade e criar estações de trabalho, centradas no trabalho da condição física, tendo como principal objetivo o desenvolvimento da aptidão cardiovascular e a mobilização muscular e articular adequada à modalidade em questão. Desta forma, pensamos que conseguimos melhorar a sua condição física e fomentar o gosto pela prática regular de atividade física, dando-lhes alguns conhecimentos para a prática fora da escola, de forma autónoma.

Algumas decisões tomadas ao longo do ano focaram-se na distribuição dos alunos por grupos de nível (introdutório, elementar e avançado). Para conseguirmos uma diferenciação pedagógica o mais criteriosa possível, focámo-nos na adequação das tarefas às capacidades dos alunos, aplicando um conjunto de meios e processos de ensino-aprendizagem que, de forma diferenciada, os conduzissem à evolução. Por exemplo, no caso do Voleibol, criámos grupos homogéneos, desta forma o grupo que se encontrava no nível introdutório, realizava pequenos jogos reduzidos de forma a compreenderem melhor a tática envolvida. Enquanto os alunos de nível avançado jogavam o jogo formal. Com o decorrer das aulas e com a evolução dos alunos, os grupos foram-se dissipando e formámos grupos heterogéneos. Com o decorrer do ano, optámos também pela criação de grupos homogéneos e heterogéneos, desta forma esta estratégia permitiu, que os alunos evoluíssem numa prática idêntica à sua e por outro lado, que se consciencializassem de que o jogo evidenciava ritmos, velocidades e características distintas àquelas que estavam acostumados a praticar.

Devido à interrupção letiva presencial, surgiu a necessidade de reajustar a forma como abordámos as aulas, visto que estas passariam a ser à distância. Neste sentido, nas últimas duas semanas do segundo período, tendo já os dados necessários para realizar a avaliação, optámos por enviar tarefas práticas aos alunos. Elaborámos planos de exercícios adequados à turma, para que estes se mantivessem ativos. No terceiro período, para além das tarefas práticas, planeámos aulas teóricas que foram dadas em formato digital e no final de cada aula os alunos teriam de realizar uma tarefa prática. Deste modo, conseguimos abordar os conteúdos das unidades didáticas que estavam previstas para este período.

Em suma, importa referir que as decisões foram sempre tomadas com a consciência de fazer o melhor para o processo de ensino, mas sabemos que nem sempre estas decisões foram as mais eficazes ou as mais acertadas, como é normal, erramos algumas vezes, mas acredito que tenhamos acertado muitas mais e que superámos sempre os constrangimentos apresentados, muitas vezes eram decisões de ajustamento, sob decisões de ajustamento. Antes, durante e depois da intervenção pedagógica, surge a necessidade de perceber que conhecimentos e aprendizagens é que os alunos tinham e adquiriram novas, para isso, é necessário avaliar.

### **3. Avaliação**

Acreditamos que a avaliação pode ser entendida como um processo cognitivo, que envolve uma apreciação de grande complexidade. O conceito de avaliação é definido por Nobre (2015), como “pesada e penosa”, sendo esta “o resultado de um confronto, mandatado ou não, entre uma realidade que se percebe e percebe e uma perspectiva ideal dessa mesma realidade.”

Segundo Bento (2003), a avaliação deve ser entendida como mais um instrumento de aprendizagem, não serve apenas para atribuir uma nota, para efeitos da classificação. Durante o processo de avaliação, ou seja, nas aulas com o objetivo de avaliar, estas não devem deixar de ser aulas que servem para ensinar, e, na nossa opinião, mais do que os outros fatores, é esta a maior dificuldade, pois é difícil estar a avaliar e a dar feedback ao mesmo tempo.

No nosso entender, o momento de avaliar correspondeu a um grande desafio pois, o ato de observar o que ocorre numa aula é bastante complexo. A existência de um elevado número de alunos foi um obstáculo no que respeita à capacidade de observação e identificação da ação, sendo ela correta ou incorreta. Assim, existiu a necessidade de realizar um estudo completo dos conteúdos técnicos e táticos específicos de cada modalidade com o objetivo de que a avaliação fosse coerente.

No geral, consideramos a avaliação como um instrumento essencial para o processo ensino-aprendizagem pois, fornece ao professor informações relativas às dificuldades e às capacidades dos alunos. Esta avaliação é indispensável para guiar o processo de ensino ou o trabalho futuro que irá ser desenvolvido para cumprir com os objetivos finais.

Concluindo, a avaliação é um processo que permite ao professor retirar informações do estado do planeamento e da realização, da evolução dos alunos e até para refletir sobre a sua prática pedagógica. Permite assim ao professor analisar e orientar o processo de ensino e aprendizagem, quer dos alunos, quer o seu próprio trabalho. Utilizamos então três formas de avaliação distintas, avaliação formativa inicial, avaliação formativa e avaliação sumativa.

### **3.1. Avaliação Formativa Inicial**

No início do ano letivo, ficou definido que na primeira aula de cada unidade didática se realizaria a avaliação formativa inicial de modo a identificar o nível dos alunos e estabelecer metas a atingir e ajustar as atividades que os alunos iriam realizar para desenvolverem as suas capacidades (Gonçalves, Albuquerque, & Aranha, 2010). Então a avaliação formativa inicial permite ao professor efetuar um planeamento mais adequado às características dos alunos da sua turma, podendo trabalhar sob as dificuldades dos mesmos e potenciar o seu desenvolvimento.

De forma a recolher as informações pretendidas sobre o nível de competências de cada aluno, criámos um documento orientador sucinto, claro, objetivo e de fácil registo que nos permitisse avaliar através da observação direta (Apêndice IV).

Para este documento, destinámos uma chave de fácil preenchimento e perceção, assente de 1 a 3, sendo que o nível 1 representa uma ação que o aluno “não realiza”, o nível 2 representa uma ação que o aluno realiza, mas que ainda representa bastantes dificuldades e o nível 3 representa uma ação que o aluno “realiza bem”. Posteriormente, cada nível de prestação correspondia a um grupo de nível (diferenciação pedagógica): nível introdutório (1), nível elementar (2) e nível avançado (3).

Como referido anteriormente, a avaliação inicial de cada modalidade foi realizada na primeira aula de cada unidade didática. De forma a evitar algum constrangimento aos alunos e para que pudéssemos obter dados reais da sua prestação, optámos por apresentar tarefas em jogo reduzido e formal nas modalidades coletivas (basquetebol, voleibol e futebol) e na observação dos gestos técnicos nas modalidades individuais (ginástica, atletismo, orientação e luta).

Após a recolha de dados, procedemos à realização de um relatório sobre as mesmas, concentrando-nos numa reflexão fundamentada e estruturada sobre os dados recolhidos, posicionando-nos face aos objetivos a atingir e competências a desenvolver.

Ao longo do ano letivo, pudemos verificar que este tipo de avaliação foi benéfico tanto para o planeamento, como para o desenvolvimento dos alunos. Contudo, numa fase inicial este processo apresentou-se de difícil realização, pelo fato de ainda não conhecermos a turma e de ser tornar difícil associar os nomes às caras dos alunos.

Devemos referir, que os nossos sistemas de avaliação tiveram por base as indicações apresentadas por Rosado & Colaço (2002), em que definimos primeiro os objetivos, todas as variáveis e indicadores a medir, concentrando-nos na observação de vários comportamentos que posteriormente conseguissem representar o nível de cada aluno nas diferentes habilidades e competências. As aulas destinadas a estes momentos, foram semelhantes a todas as outras aulas abordadas, em que dávamos sempre *feedback* e instrução aos alunos, para que estes conseguissem evoluir e aprender, tornando assim este momento de avaliação num momento de aprendizagem, enriquecendo o processo de ensino-aprendizagem e aumentando as possibilidades de sucesso.

### **3.2. Avaliação Formativa**

A avaliação formativa é o momento em que ajustamos a ação pedagógica aos processos e às dificuldades de aprendizagem observadas. Segundo o Decreto-Lei n. °129/2018, de 6 de julho, “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.”

Esta avaliação acontece maioritariamente de forma informal, ou seja, sem um registo numa grelha de avaliação formativa, onde são transmitidas as informações recolhidas aos alunos e posteriormente serve para refletir sobre o modo de adaptar alguns exercícios com vista a atingir as metas propostas inicialmente. A meio da unidade didática havia sim um momento formal de avaliação formativa, onde, à semelhança da avaliação formativa inicial, era construída uma grelha com os principais componentes. Feita a avaliação formativa procurávamos perceber se os alunos apresentavam melhorias em relação à avaliação formativa inicial e fornecíamos informações úteis de componentes críticas específicas que estes poderiam melhorar, com o intuito de obtiverem a melhor nota possível na avaliação sumativa.

Em suma, devemos referir que a avaliação formativa assumiu um papel preponderante no processo de ensino-aprendizagem, uma vez que nos permitiu avaliar não só o desenvolvimento das aprendizagens dos alunos, como as estratégias, modelos e estilos de ensino aplicados no âmbito da ação pedagógica. Através de todas estas informações

recolhidas, foi possível reconsiderar os processos e modificar estratégias, de forma a potenciar e desenvolver as novas competências e habilidades nos alunos.

### **3.3. Avaliação Sumativa**

Acreditamos que a avaliação sumativa é de carácter ajuizador, tendo por base o Decreto-lei nº55/2018 de 6 de julho, “traduz-se na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação.” Assim, o objetivo desta avaliação passa por fornecer informações ao professor relativamente ao desempenho e evolução dos alunos, ou seja, fornece informações sobre as aprendizagens que os alunos atingiram ou adquiriram e as dificuldades que ainda podem existir no final de cada UD.

Como referido, esta avaliação ocorre no final de cada UD, ou seja, no final do processo ensino-aprendizagem e pretende aferir um valor, positivo ou negativo, das capacidades e conhecimentos obtidos pelos alunos. Deste modo, pretendeu-se realizar o balanço final do processo de ensino-aprendizagem e conseqüentemente informar os alunos acerca dos objetivos efetivamente atingidos.

Comparativamente aos restantes momentos avaliativos, apesar da avaliação sumativa os contemplar, esta representou em si uma particularidade distinta, uma vez que nos permitiu aferir resultados quantitativos de aprendizagem, ajustados e conferidos de acordo com as informações recolhidas ao longo dos momentos avaliativos antecedentes.

Deste modo, esta avaliação foi realizada nas duas últimas sessões de cada unidade didática, sendo efetuada dentro das mesmas normas que as restantes avaliações, em condições idênticas de aula. Assim, nas modalidades coletivas (basquetebol, voleibol e futebol), foram analisadas e confirmadas as competências em situações de jogo reduzido (em cooperação e competição), já nas modalidades individuais (ginástica, atletismo, luta e orientação), foram observadas técnicas individuais executadas em tarefas semelhantes às realizadas nas aulas anteriores. Na unidade didática de ginástica de solo foi efetuada uma sequência gímnica final, trabalhada em grupos e individualmente ao longo das várias aulas.

À semelhança do que tinha acontecido anteriormente, para confirmarmos todos os dados recolhidos, construímos uma grelha de avaliação sumativa (apêndice V) que completou a grelha da avaliação anterior, visando a integração de todos os conteúdos abordados no

decorrer da unidade didática. Utilizamos uma chave semelhante à anterior, no entanto, sendo esta uma avaliação quantitativa, os três níveis (1 – Não realiza; 2 – Realiza com dificuldade; 3 – Realiza bem), correspondiam aos intervalos de classificação: Não realiza – nível 1 e 2; Realiza com dificuldades – nível 3 e 4; Realiza bem – nível 5. É importante referir que o resultado final desta avaliação foi calculado através da ponderação dos quatro domínios, sendo eles o domínio das áreas das atividades físicas (60%), avaliado através da prática efetiva das modalidades, a área da aptidão física (10%), avaliada através dos testes FITescola, área dos conhecimentos (5%), avaliada através de testes e/ou trabalhos escritos e desenvolvimento pessoal/relacionamento interpessoal (25%) que contempla a assiduidade, pontualidade, empenho, disciplina e cooperação nas aulas.

Para nos ajudar em todo o processo avaliativo, realizámos um relatório de avaliação sumativa, onde foram expressas todas as reflexões e observações relativas às competências dos alunos.

Em suma, cada instrumento de avaliação utilizado cumpriu com o seu propósito e facilitou o processo. Nos diversos momentos de avaliação nunca foram esquecidos os objetivos do ensino, tendo sido transmitidos *feedback* aos alunos com vista ao seu desenvolvimento. Ao longo da unidade didática tentámos refletir sobre as nossas ações e sobre as prestações dos alunos, com objetivo que as nossas ações e decisões tivessem em vista o desenvolvimento do potencial de todos os envolvidos.

### **3.4. Autoavaliação**

O momento de autoavaliação, segundo Reis (2014), é o ato de autorreflexão e autocrítica das ações e práticas de um determinado indivíduo, que lhe permite autorreconhecer e aprender revendo a sua prática.

Neste sentido, destacamos o momento em que o aluno foi capaz de refletir sobre si e de reconhecer as suas fraquezas e necessidades a fim de percebê-las e de ser capaz de encontrar meios para as ultrapassar, num momento de introspeção, que resulta na autoavaliação.

Desta forma, a autoavaliação foi efetuada em dois momentos distintos na unidade didática. Um deles foi efetuado a meio da unidade didática e o outro no fim da mesma. Esta foi realizada em pequenos grupos e com a nossa ajuda.

Apesar de todas as intenções, a nossa experiência mostrou-nos que os alunos têm consciência das suas ações, no entanto, por vezes não tomam uma atitude para melhorarem. No entanto, considerámos que estes momentos foram fundamentais para ajudar na reflexão e desenvolvimento do espírito crítico, tornando-os indivíduos capazes e dotados de pensamento orientado para a melhoria, mas também para a formação de indivíduos autónomos.

### **3.5. Parâmetros e Critérios de Avaliação**

A avaliação enquanto instrumento que ajuíza, forma e regula os processos de ensino-aprendizagem, a mesma se assenta num conjunto de critérios e parâmetros apresentados aos alunos no início do ano letivo e durante os momentos de autoavaliação.

Estes critérios e parâmetros foram determinados pelo grupo disciplinar (apêndice X). A média da classificação final de cada aluno, assentou na ponderação do domínio do desenvolvimento pessoal/relacionamento interpessoal (25%) e área das atividades físicas (60%), aptidão física (10%) e conhecimentos (5%), respeitando assim um conjunto de competências que dizem respeito à unidade curricular e que foram desenvolvidas durante as aulas.

## **4. Questões Dilemáticas**

Durante a nossa prática pedagógica existiu a necessidade de realizar reflexões onde, inevitavelmente, apareciam questões e dilemas que necessitavam de ser respondidos. Assim, este tópico é reservado para isso.

Um dos primeiros dilemas com que nos debatemos consistiu na diferenciação pedagógica, no sentido de se a deveríamos utilizar ou não durante o ano letivo. De acordo com Heacox (2006), a diferenciação pedagógica tem como objetivo principal encontrar um conjunto de estratégias ótimas de forma a dar resposta às diversas necessidades educacionais presentes no contexto de aula. Assim, durante as reuniões com o NE e o professor cooperante trocámos ideias relativamente ao problema e, de maneira a clarificar, definimos pontos positivos e negativos na utilização desta diferenciação pedagógica.

Fazendo um balanço dos pontos positivos, verificámos que através desta diferenciação pedagógica proporcionávamos oportunidades, com qualidade, de aprendizagem aos alunos e que tínhamos a possibilidade de ajustar o ensino às necessidades dos alunos. Não sendo propriamente um aspeto negativo, a necessidade de, na fase do planeamento, criar tarefas diversificadas conforme os níveis da turma requeria um esforço redobrado, consumindo algum tempo. Adicionalmente, este método poderia apresentar resultados indesejados, como a insatisfação dos alunos. Esta insatisfação surgiria pelo sentimento de inferioridade, requerendo ao professor a explicação sobre as vantagens e os objetivos desta diferenciação. A diferenciação pedagógica foi uma estratégia utilizada ao longo da nossa prática pedagógica, tendo os alunos beneficiado e alcançado objetivos.

Outra temática discutida correspondeu ao controlo da turma no que diz respeito à disciplina. Questionávamo-nos se, desde o início, deveríamos adotar uma postura mais rígida com o intuito de controlar a turma ao máximo. No entanto, através de momentos de reflexão, em conjunto com o professor cooperante e o NE, concluímos que não devemos ser rígidos em todos os momentos das aulas, que existe a necessidade de os alunos perceberem que a disciplina é importante para o bom funcionamento da aula e aquisição de aprendizagens, mas que também são necessários momentos descontraídos, tendo os alunos noção de que devem manter o controlo. O relacionamento entre professor-aluno beneficia com esta postura flexível.

Outra grande questão estava relacionada com o *feedback*, pois de maneira a não interromper muito a tarefa evitando prejudicá-la, por vezes, aguardávamos pelo final da mesma para fornecer a informação necessária aos alunos, esta não surtia o mesmo efeito sendo dada no momento em que os alunos estavam em prática. Fomos tentando gerir ao longo das aulas a melhor forma de fornecer esta informação sem prejudicar os alunos. Assim, quando verificávamos que estávamos perante um erro recorrente na grande maioria da turma, optávamos por parar a tarefa e explicar novamente as componentes críticas necessárias, se fosse uma questão pontual emitíamos o *feedback* para o aluno que estava a executar a tarefa.

No decorrer do ano letivo surgiu outro aspeto, sendo ele relacionado com o ensino à distância. Este tema era novo para todos, portanto ficámos um pouco apreensivos de como as aulas iriam decorrer e de como seria a abordagem às mesmas. Após diversas reuniões, em diversos níveis, foram-nos dadas informações que deveríamos de continuar a dar aulas da melhor forma possível, pois numa fase inicial verificou-se que nem todos os alunos

tinham acesso a um computador e ou internet. A escola e os diretores de turma recolheram este tipo de informação junto dos alunos e transmitiram-nos diversas informações, entre as quais como deveríamos fazer chegar a informação aos alunos por outros meios, se necessário. Nas duas últimas semanas do segundo período, como já referido anteriormente, optámos por dar tarefas práticas e tivemos conhecimento que nem todos os alunos, naquele momento, dispunham dos meios necessários para receber a informação. Posteriormente, no início do terceiro período, fomos informados que essas situações tinham sido solucionadas e que todos os alunos da turma dispunham dos meios necessários e que poderíamos continuar com a lecionação das aulas. Neste sentido e não sabendo como seria a reação dos alunos, inicialmente tivemos um pouco de receio que se foi dissipando ao longo do tempo e as aulas decorreram com a normalidade possível, sem nunca descuidar a qualidade das mesmas.

Em suma, verificamos que o professor ao longo da sua prática pedagógica vai-se deparando com dilemas e situações que o levam a questionar-se e adaptar-se à sua realidade. Acreditamos que com a prática pedagógica, cada professor através da sua experiência, conseguirá de forma mais célere tomar melhores decisões e adaptá-las melhor a cada contexto de ensino.

## Área 2 – Atividades de organização e gestão escolar

Neste ponto apresentamos o trabalho desenvolvido durante o tempo letivo, como previsto no Estágio Pedagógico, de um acompanhamento a um cargo de gestão à escolha do estagiário visando a prática de trabalhos em colaboração com outros e a aplicação dos conhecimentos adquiridos ao longo da unidade curricular de Organização e Administração Escolar.

Decidimos acompanhar o cargo de Diretor de Turma (DT), pelo enorme interesse e curiosidade em compreender quais as suas funções e rotinas no que concerne à gestão da turma, dos alunos e consequentemente o processo académico dos mesmos, realizando a ligação entre professor-aluno e professor-encarregado de educação. Assim, optámos pelo acompanhamento do professor da nossa turma, 8ºF pelo facto de nos encontrarmos ligados à mesma.

No decorrer do ano letivo, nesta assessoria ao cargo de diretor de turma, realizámos tarefas em conjunto com o professor assessorado como a elaboração dos documentos e atas relativas às reuniões do conselho de turma, os contactos com os pais, a recolha de dados referentes às classificações dos alunos, a preparação das reuniões de avaliação, as justificações de faltas e todo o trabalho desenvolvido durante os tempos presentes no horário do professor que dizem respeito à direção de turma. Estivemos também presentes em algumas reuniões com os encarregados de educação, em que era sempre pedida a devida autorização para que pudéssemos participar na reunião, de modo a não causar nenhum tipo de constrangimento aos encarregados de educação.

No início do ano letivo e em conjunto com o professor assessorado, definimos os objetivos a alcançar inseridos no projeto do cargo de assessoria ao DT. Por forma a realizar uma análise reflexiva sobre o trabalho desenvolvido durante o ano letivo, elaborámos um relatório sobre todas as ações desenvolvidas relativas a este cargo.

O acompanhamento ao cargo de DT permitiu-nos ver todo o trabalho necessário para o bom desenvolvimento das atividades curriculares. Um DT tem de conseguir realizar todo o trabalho burocrático, como também tem de conseguir trabalhar em colaboração com os pares, alunos e encarregados de educação, tendo sempre o objetivo de conseguir as melhores condições de aprendizagem dos alunos e a maior qualidade de aprendizagem.

### Área 3 – Projeto e parcerias educativas

A área em questão serve para a exposição dos eventos desenvolvidos pelo núcleo de estágio no decorrer do Estágio Pedagógico. Estes eventos tiveram o propósito de promover a aquisição de conhecimentos e competências no que concerne à gestão de eventos, tais como a organização, realização e planeamento. Assim, foram organizados dois eventos em contexto escolar.

As atividades desenvolvidas durante este ano letivo tiveram lugar na Escola Básica Marquês de Marialva e no pavilhão Marialvas. A primeira centrou-se nos alunos da própria escola e a segunda foi dirigida para alunos de outras escolas, assim como para os da própria escola.

A primeira atividade a ser desenvolvida foi o “Torneio de Voleibol Feminino 4x4” em parceria com o professor responsável pelo Grupo/equipa de Desporto Escolar de Voleibol,

visando promover a atividade física perante os jovens e incentivá-los a inscreverem-se no grupo do Desporto Escolar de Voleibol. A atividade teve também o intuito de captar alunas para que fosse possível formar uma equipa para competir. Divulgámos o evento em várias turmas, indo às respetivas salas, e espalhando cartazes pela escola (Apêndice VII), sendo que as inscrições seriam efetivadas com o respetivo professor de Educação Física. A atividade decorreu no dia 2 de outubro de 2019, no pavilhão da escola durante o período da tarde (14h30 às 17h). Pudemos contar com a participação de 4 equipas, e cada uma delas possuía, no máximo, 5 elementos, fazendo um total de 17 alunas. Face aos elementos disponíveis, os jogos foram reduzidos e condicionados de forma a controlar várias variáveis. O sistema de jogo utilizado o sistema de campeonato todos contra todos, para que todas as equipas jogassem entre si, permitindo assim, a realização de maior número de jogos possíveis. O planeamento desta atividade teve início do ano letivo e permitiu-nos estimular o desenvolvimento das competências e capacidades pretendidas como a coordenação, gestão, prevenção e promoção, com a eficácia e em benefício do evento e do público-alvo. Sabemos que existiram alguns lapsos e os mesmos foram refletidos e discutidos entre o núcleo de estágio e o professor responsável pelo grupo/equipa de Desporto Escolar de Voleibol, para que os mesmos não se repetissem no futuro. Contudo o evento correu bem, sendo que cumpriu com o seu objetivo de captar alunas para a equipa de voleibol.

A segunda atividade a ser desenvolvida foi o Torneio Jr. NBA em parceria com o Projeto de Promoção e Educação para a Saúde (PPES). A atividade decorreu no Pavilhão Marialvas, no dia 4 de março de 2020, no período da tarde (14h30 às 17h30). Com esta atividade, pretendíamos elaborar uma atividade desportiva que estivesse em concordância com o gosto da população alvo, proporcionando-lhes um momento de lazer, diversão e convívio com os colegas da escola, como de outras escolas. Um dos principais objetivos passou também por passar a imagem clara em relação à importância e benefícios do exercício físico e do desporto, procurando estimular a comunidade escolar a iniciar ou manter a prática desportiva como hábito do dia-a-dia, e pretendeu também promover hábitos de sustentabilidade do ambiente. Nesta atividade também estiveram presentes os valores do projeto olímpico.

A Jr NBA é uma liga de basquetebol que procura promover a prática do basquetebol replicando o sistema competitivo da liga americana. Os jogos decorreram consoante o regulamento fornecido pela Jr NBA e foram arbitrados por alunos representantes das

escolas e tiveram apoio de alguns alunos do 1º ano de Mestrado de Ensino. Esta atividade consistiu na realização de uma fase de grupos, inserida na Primeira Liga Zona Centro – Jr NBA. Recebemos as escolas que se encontram na competição (Escola Secundária Adolfo Portela, Agrupamento de Escolas de Águeda, Escola Básica da Mealhada e Colégio Nossa Senhora da Assunção) e procedemos à realização dos jogos inscritos no calendário competitivo. Sabendo da importância da interação com a comunidade escolar, realizámos uma parceria com PPES permitindo assim contar com a colaboração da turma do 9ºH, turma de fotografia e de alguns alunos do 8ºano, bem como o apoio de vários alunos que enriqueceram e deram “mais vida” à atividade, tal foi possível através da divulgação do evento em algumas turmas e distribuição de cartazes (Apêndice VIII) pela escola. O projeto de Educação Olímpica, inserido nesta atividade, procurou promover o olimpismo e prática desportiva através dos valores olímpicos. Tem como principal objetivo contribuir para a formação dos alunos ao nível do olimpismo/valores para a vida. O planeamento desta atividade começou cedo e permitiu-nos estimular o desenvolvimento das competências e capacidades pretendidas como a coordenação, gestão, prevenção e promoção, com a eficácia e em benefício do evento e do público-alvo. Sabemos que existiram alguns lapsos e os mesmos foram refletidos e discutidos entre o núcleo de estágio para que os mesmos não se repetissem no futuro. Contudo o evento correu bem, sendo que cumpriu com o seu objetivo.

Em suma, os eventos dinamizados enriqueceram-nos bastante e estimularam positivamente o desenvolvimento das nossas capacidades e competências pessoais, sociais e profissionais enquanto professores estagiários de EF. Tal não seria possível sem o empenho e dedicação do núcleo de estágio, o grupo de Educação Física, da nossa orientadora e coordenadora de estágio.

## Área 4 – Atitude ético-profissional

O professor é um profissional que tem a função de ensinar, de promover aprendizagens, fazendo-se valer dos seus conhecimentos, adquiridos ao longo da sua formação teórica e prática, para além desta função, tem também uma responsabilidade social de promover valores. E enquanto profissionais devemos assumir uma atitude ético-profissional. Na nossa atitude tivemos de inculcar e transparecer comportamentos de responsabilidade e rigor e, acima de tudo comprometermo-nos com a comunidade escolar com uma conduta

profissional adequada. Neste sentido, desde o início do Estágio Pedagógico, fomos conscientes da importância da nossa postura e da responsabilidade que estávamos a assumir enquanto docentes de Educação Física.

No primeiro dia que entramos na escola, a professora cooperante teve a gentileza de nos mostrar a escola e de nos apresentar a todos os funcionários e direção da escola.

A partir do momento em que assumimos o papel nas aprendizagens dos alunos, tomámos consciência de que nos tornávamos um modelo a seguir pelos alunos e por isso, devíamos desde o início adequar a nossa postura ao contexto em nos encontrávamos, demonstrando valores de respeito, seriedade, responsabilidade, igualdade e companheirismo, conduzindo os alunos a atitudes e comportamentos éticos e morais adequados não só à comunidade escolar, mas também, à comunidade em geral, de modo a que os mesmos fossem capazes de integrar a sociedade como cidadãos aptos e dotados de valores.

Desde o início da nossa prática pedagógica tentámos demonstrar uma postura assídua, pontual, respeitadora e de exigência, para que posteriormente pudéssemos exigir dos nossos alunos o mesmo. Nos primeiros momentos de intervenção foi desafiante passar a desempenhar o papel de professor, uma vez que nos encontramos no início de carreira, sem experiência profissional. As nossas atitudes e ações tiveram de ser refletidas e trabalhadas, em núcleo de estágio e com a professora cooperante, quanto à linguagem verbal, à linguagem corporal e à postura. Após estas reuniões fomos adquirindo outras competências e à-vontade com a turma e toda a comunidade escolar.

Pensamos, assim, que a ética profissional de um professor se vai criando e desenvolvendo ao longo da sua prática, as experiências vividas ao longo do seu percurso profissional, fazem com que este consiga evoluir, enquanto pessoa e profissional. Consideramos que as reuniões realizadas com o núcleo de estágio e as conversas informais com os outros professores tiveram um papel importante para a nossa evolução enquanto professores, levando-nos a refletir de modo que a nossa prática pedagógica e intervenção fossem assim as mais adequadas.

Consideramos que no campo da ética profissional, um professor deve ter uma participação ativa nas atividades da comunidade escolar, com o intuito de oferecer à escola e aos alunos momentos de partilha de informação e de fortalecimento das relações interpessoais. Assim, de forma a completar a nossa formação como professores, colaborámos, participámos e

organizámos atividades para a comunidade escolar. Colaborámos no dia Europeu do Desporto na Escola e no Corta-Mato, assim como organizámos dois torneios distintos.

Com o intuito de aprofundar e complementar a nossa formação enquanto professores, procurámos durante o ano integrar diversas formações, que nos proporcionassem um maior nível de conhecimentos. Tivemos oportunidade de estar presentes na sessão de apresentação do Programa de Educação Olímpica e participámos na IX Oficina de Ideias em Educação Física (Anexo I e II, respetivamente)

Em suma, toda a experiência vivenciada com as aulas, reuniões e atividades de formação, tiveram o seu contributo para o crescimento e evolução da nossa identidade profissional enquanto docentes, abrangendo uma grande diversidade de temas não só a nível profissional mas também pessoal e social. Tivemos sempre a consciência de que as nossas atitudes ético-profissionais teriam um papel preponderante na vida dos alunos, uma vez que um professor deve ser aquele que consegue partilhar conhecimentos, difundir informação, fazer o seu aluno crescer, demonstrar-lhe apoio, preocupação e compreensão, transferindo-lhe condutas apropriadas a uma sociedade educada e civilizada.

**ANÁLISE DA SATISFAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: ESTUDO  
COMPARATIVO ENTRE ALUNOS PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE  
DESPORTO FEDERADO**

**SATISFACTION SURVEY IN PHYSICAL EDUCATION: A COMPARATIVE  
STUDY BETWEEN FEDERATED AND NON-FEDERATED STUDENT  
ATHLETES**

**João Manuel Almeida Carvalho**

**Prof.<sup>a</sup> Dr. Elsa Maria Ferro Silva**

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

**Resumo:** Este estudo tem o intuito de perceber qual o nível de satisfação dos alunos em Educação Física, procura também averiguar se existem diferenças entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado. Foi aplicado um questionário à turma F do 8º ano, da Escola Básica Marquês de Marialva. Os resultados do estudo mostram-nos que, no geral, os alunos estão satisfeitos com as aulas de Educação física, mostram-nos também que não existem diferenças significativas. No entanto a prática de desporto organizado fora do contexto escolar (federado ou não federado) deve ser estimulada como forma de promover uma melhor qualidade das motivações e envolvimento nas aulas de Educação Física.

**Palavras-chaves:** Educação Física, Educação Física Escolar, Desporto Federado

**Abstract:** *This study aims to understand the level of satisfaction of students in Physical Education, and also to find out if there are differences between the students who practice federated sports and those who do not. A questionnaire was applied to class F of the 8th year at Escola Básica Marquês de Marialva. The results of this study show us that, in general, students are satisfied with Physical Education classes, and also that there are no significant differences. However, the practice of organized sports outside the school context (federated or non-federated) should be encouraged as a way to promote a better quality of motivations and engagement in Physical Education classes*

**Keywords:** *Physical Education, School Physical Education, Federated Sport*

## 1. Introdução

A educação tem como objetivo preparar os jovens para o mundo de amanhã, e assim terem argumentos para enfrentar uma sociedade moderna cada vez mais agressiva e competitiva, no que diz respeito ao mundo laboral. No processo de ensino-aprendizagem a Educação Física é uma disciplina, cujo contributo é essencial para o desenvolvimento da personalidade do ser humano. Bento (1989) diz-nos que o desporto é uma verdadeira escola de auto-rendimento, adquirindo esta atividade pessoal uma importância extraordinariamente séria para o desenvolvimento da personalidade. Podemos então perceber que o ensino, e em particular a EF, é verdadeiramente importante no contributo para a formação do indivíduo ao nível da sua educação, e com isso da sua personalidade, e que tem um papel decisivo no desenvolvimento, não só da parte física da criança, mas também da parte cognitiva da mesma.

A área da Educação Física (EF) tem vindo a assumir um papel cada vez mais importante nos dias que correm. Esta importância acentua-se na medida em que estamos a viver numa sociedade onde cada vez mais impera o sedentarismo e a inatividade física. Segundo os dados do Special Eurobarometer (2018), 46% da população europeia não faz exercício físico, sendo que apenas 7% pratica exercício de forma regular.

Em Portugal, a percentagem de população sedentária ou com baixos níveis de atividade física é francamente alta. O Special Eurobarometer (2018), reporta que 68% dos portugueses não pratica nenhuma atividade desportiva ou realiza exercício físico, pautando-se em apenas 5% os que praticam regularmente.

Posto isto e devido à importância que a disciplina curricular de Educação Física tem, é importante perceber qual a satisfação que os alunos apresentam perante a mesma. Esta importância ganha relevo quando a evidência sugere que, com o decorrer da idade, os níveis da atividade física dos jovens tende a diminuir (Corbin & Pangrazi, 2004).

Para que a aprendizagem dos alunos seja eficaz, é necessário que os mesmos se encontrem satisfeitos e motivados durante o processo de ensino-aprendizagem, os autores Calvo, Sanchez, Marcos Oliva e Alonso (2012) destacam a necessidade de fomentar a satisfação das necessidades psicológicas básicas, especialmente as relações sociais e a competência, proporcionando maiores sensações de diversão e uma maior intenção de persistência na prática desportiva.

Na Educação Física, a motivação e satisfação são de grande importância pois, de acordo com Murray (1983) citado por Marante (2008), as diferenças presentes na motivação poderão ser um fator explicativo para os diferentes níveis de desempenho e de envolvimento que os alunos apresentam no decorrer destas aulas.

No contexto escolar estão inseridos indivíduos com características distintas tornando-se inevitável no decorrer do processo educativo, que o professor se depare com um conjunto diferente de pessoas e por consequência, características individuais. Estas diferenças podem-se destacar, por exemplo, em função dos gêneros, experiências passadas ou vivências dos mesmos relativamente ao desporto.

A participação dos mesmos em atividades físicas organizadas fora do contexto das aulas de Educação Física será um dos fatores que poderá influenciar a motivação/satisfação dos alunos Koka & Vira (2012). Esta hipótese já foi levantada por diversos autores que procuraram investigar esta possibilidade, tendo já sido publicados alguns estudos sobre a mesma (Goudas, Dermitzaki, & Bagiatis, 2001; Koka & Hein, 2003; Koka & Vira, 2012). Os resultados destes três estudos não foram consistentes, sendo que dois apontam para uma diferença entre os alunos envolvidos em atividades físicas organizadas e os não envolvidos, no que diz respeito à motivação para as aulas de Educação Física (Goudas, Dermitzaki, & Bagiatis, 2001; Koka & Hein, 2003). Em concreto, os resultados destes dois estudos sugerem que os que praticam atividade física organizada fora do seio escolar revelam valores superiores de motivação intrínseca, bem como expectativas de resultados mais favoráveis e maior perceção de competência.

Por sua vez, no seu estudo, os autores Koka e Vira (2012) observaram que os alunos que faziam atividade física organizada fora do seio escolar apresentavam valores superiores de satisfação das necessidades básicas de autonomia, competência e relacionamento positivo; resultados que vão ao encontro aos anteriores. Uma possível explicação vinculada pelos autores prende-se com o fato de estes alunos poderem achar as aulas de EF demasiado fáceis, face a todo o repertório motor que foram adquirindo ao longo da sua vivência desportiva afetando assim a sua motivação (Koka & Viira, 2012).

Os resultados destes estudos parecem sugerir a existência de diferenças entre estes dois grupos de alunos, sendo que com o estudo apresentado, procurámos perceber qual o nível de satisfação dos alunos em Educação Física, procurámos também perceber se existem diferenças entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado.

## **2. Metodologia**

Neste estudo foi utilizada uma metodologia de investigação quantitativa e foram utilizadas técnicas de estatística descritiva como: média, desvio padrão, frequências absolutas e relativas; e técnicas de comparação entre médias de variáveis independentes através do programa IBM SPSS STATISTICS 26 realizando o teste de U de Mann-Whitney.

## **3. Amostra**

A amostra é composta por 21 alunos turma do 8ºF da Escola Básica Marquês de Marialva, 10 do sexo masculino e 11 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos. Entre estes alunos 8 praticam desporto federado e 13 não praticam desporto federado.

## **4. Instrumentos e Procedimentos**

Para a realização do presente estudo foi utilizado e aplicado um questionário denominado Questionário para análise da Satisfação em Educação Física (CASEF), da autoria de Moreno, Sánchez, Rodríguez, Prieto e Murcia, que integram a Unidade de Investigação de Educação Física e Desporto da Universidade de Múrcia, traduzido para português (Anexo III). Este é constituído por 22 itens, maioritariamente de resposta múltipla, onde em algumas questões os inquiridos tinham a possibilidade de seleccionar mais do que uma resposta.

O questionário foi aplicado na ausência do professor de Educação Física diminuindo assim a possibilidade de uma interferência indireta nos resultados. Aos participantes foi informado o objetivo do estudo, a possibilidade de desistência de participação, as instruções de preenchimento e o intuito dos dados obtidos tendo a utilização, única e exclusivamente, para fins académicos e estatísticos. De maneira a garantir o anonimato dos participantes e professores, foi-lhes indicado o não registo de qualquer tipo de informação que permitisse a sua identificação.

Foi ainda garantido o consentimento informado pelos encarregados de educação dos menores.

## 5. Análise estatística

A decisão sobre a técnica a aplicar depende de vários fatores, nomeadamente o tipo de variáveis, tamanho da amostra e distribuição dos dados. Sabemos que as variáveis a analisar são independentes e que a nossa amostra é de 21 alunos. Para perceber qual a técnica adequada é efetuada a análise da normalidade (tabela 1) que nos permite obter informações sobre a distribuição dos dados.

**Tabela 1** – *Testes de Normalidade*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estatística	gl	Sig.	Estatística	gl	Sig.
És Federado?	,397	21	,000	,620	21	,000

a. Correlação de Significância de Lilliefors

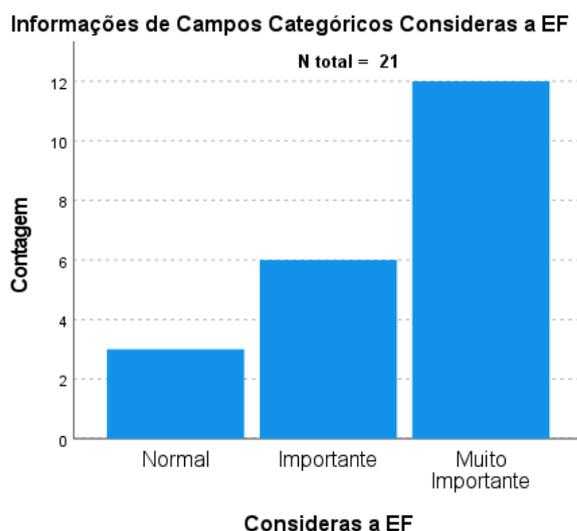
Como  $n < 50$ , o teste de normalidade a ter em conta é o teste de Shapiro-Wilk. Segundo este mesmo teste, o  $\text{Sig} < 0,05$ , então estamos perante uma variável de distribuição não normal. Após a análise dos testes de normalidade, podemos perceber que o teste mais adequado a realizar é o teste de Mann-Whitney, pois os dados são não paramétricos.

## 6. Apresentação e discussão dos resulta

### 6.1. Satisfação dos alunos em Educação Física, comparação entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado

A averiguação da satisfação dos alunos em Educação Física foi feita através das respostas dos alunos ao questionário acima referido. Procedemos à análise das respostas à pergunta “Consideras a Educação Física...” (figura 1), este era um item de escolha múltipla em que as 4 opções disponíveis eram, respetivamente, 1 – Nada importante; 2 – Normal; 3 – Importante e 4 – Muito importante.

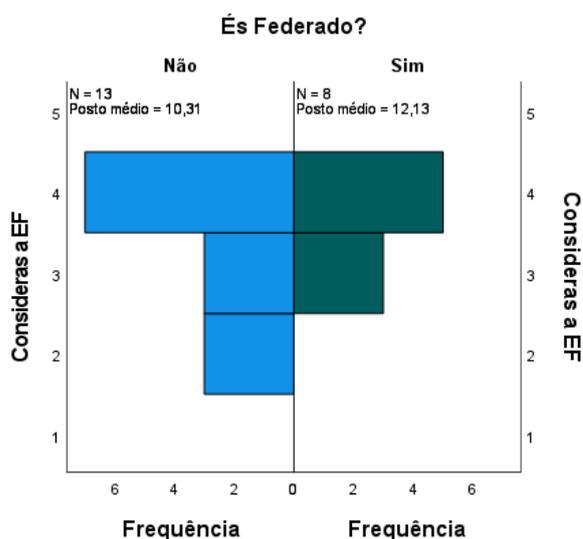
**Figura 1** – Respostas dos alunos à pergunta “Consideras a Educação Física...”



Para a análise desta questão foi utilizado o teste U de Mann-Whitney, comparando assim os grupos, não revelando a existência de diferenças estatisticamente significativas na satisfação dos alunos em Educação Física em função da prática ou não de desporto federado por parte dos alunos. (figura 2)

**Figura 2** – Comparação da satisfação em EF entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado

Amostras Independentes de Teste U de Mann-Whitney



Os resultados demonstram que, de uma forma generalizada, os alunos estão satisfeitos com as aulas de Educação Física, revelando assim mais emoções positivas do que negativas, no que diz respeito à satisfação nas aulas em questão. Verificou-se então, que não existiram diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos da amostra, para os itens do questionário.

Os resultados apresentados não vão ao encontro a nenhum dos dois tipos de resultados encontrados na investigação prévia, onde uns evidenciaram que os alunos que praticam desporto federado apresentam maiores índices de motivação/satisfação visto que os alunos gostam da matéria e disciplina em questão. Já outros constataram que os alunos federados se encontravam menos motivados, pois as tarefas eram demasiado fáceis para os alunos que praticam desporto federado, originando a perda de interesse por parte dos mesmos.

Os resultados apresentados não evidenciam a existência de diferenças significativas entre os dois grupos dentro da turma.

## **7. Limitações do Estudo**

No decorrer do estudo, fomos sendo confrontados com algumas situações que nos causaram alguns constrangimentos. Também somos conscientes das nossas limitações que de certo modo evidenciaram algumas lacunas.

O primeiro constrangimento foi conseguir a participação da turma em questão. Por ser um estudo que envolvia o preenchimento de um questionário por parte dos alunos, não foi fácil conseguir a autorização dos encarregados de educação, alguns não autorizaram e/ou os alunos não entregaram o consentimento, impedindo-os de participar. Apesar disso após algumas conversas e explicações sobre a importância deste estudo, conseguimos cativar a maior parte dos alunos a participar.

A maior dificuldade e que afetou de forma direta a conclusão pretendida neste estudo foi o facto de ter sido declarado estado de emergência (março 2020) e com isto as escolas terem sido encerradas. Sabíamos que a amostra recolhida era escassa e pretendíamos que fosse alargada a todo o 8º ano, mas, devido às razões acima evocadas, não nos foi possível intervir por forma a aprofundar o estudo.

## **8. Conclusões**

Com este estudo não observámos diferenças significativas na satisfação em Educação Física, entre alunos praticantes e não praticantes de desporto federado. No entanto, não cremos que seja possível afirmar que elas não existem, apenas acreditamos que com uma

amostra significativamente maior, os resultados poderiam ser diferentes e passíveis de tirar mais e melhores conclusões.

No entanto, a prática de desporto organizado fora do contexto escolar (federado ou não federado) deve ser estimulada como forma de promover uma melhor qualidade das motivações e envolvimento nas aulas de Educação Física, esta tarefa faz parte também do papel do professor.

## 9. Referências

Bento, J. O. (1989). A criança no treino e o desporto de rendimento. *Revista Kinesis*, 5(1), 9-35.

Calvo, T. G., Sánchez Miguel, P. A., Marcos, F. M., Oliva, D. S., & Alonso, D. A. (2012). Análisis del grado de diversión e intención de persistencia en jóvenes. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 7-13.

Corbin, C., & Pangrazi, R. (2004). Physical Activity for Children: Current Patterns and Guidelines. *Journal of Physical Activity and Health*, 2-6.

Eurobarometer, S. (2018). Sport and Physical Activity.

Goudas, M., Dermitzaki, I., & Bagiatis, K. (2001). Motivation in physical education is correlated with participation in sport after school. *Psychological Reports*, 88, 49-496.

Koka, A., & Hein, V. (2003). The impact of sports participation after school on intrinsic motivation and perceived learning environment in secondary school physical education. *Kinesiology*, 35(1), 5-13.

Koka, A., & Viira, R. (2012). Participation in afterschool sport: Relationship to perceived need support, need satisfaction, and motivation in physical education. *Kinesiology*, 44(2), 199-208.

Marante, W. O. (2008). Motivação e educação física escolar: uma abordagem multidimensional. *Dissertação de Mestrado*.



## Conclusão

---

Tendo em conta o Estágio Pedagógico realizado durante o referente ano letivo, foi possível colocar em prática os conhecimentos adquiridos, durante o ciclo de estudos do presente mestrado, como também desenvolver novas competências que contribuíram para que ocorresse uma evolução quer a nível pessoal quer a nível profissional.

O término deste relatório de estágio permitiu a reflexão sobre o percurso, as etapas concluídas e as aprendizagens adquiridas ao longo do EP, sendo que este momento caracterizou-se pela sua extrema importância para a formação de futuros profissionais. O facto de estarmos num contexto real, facultou-nos a oportunidade compreender, observar, vivenciar todo o processo referente à nossa futura profissão, sendo que a cada momento estava associada uma nova aprendizagem.

Este documento pretende narrar, refletir e demonstrar todos os momentos de aprendizagem que o EP proporcionou.

Infelizmente, atravessámos um momento que nos privou da conclusão na íntegra do nosso EP, ou seja, no terreno. Apesar das circunstâncias especiais deste ano letivo (COVID-19), conseguimos lecionar todas as unidades didáticas previstas, embora de uma forma um pouco diferente, o que nos trouxe novas aprendizagens e conhecimentos para conseguirmos superar obstáculos futuros.

Nesta fase de reflexão, considerámos imprescindível o contributo de todos os que participaram e influenciaram esta etapa, desde alunos, à colega de estágio, amigos, professores e orientadoras ajudando-nos a direcionar as nossas ações para que a nossa prática melhorasse a cada dia, para que os nossos erros se transformassem em aprendizagens e evoluções e para que no fim, todas as nossas ações conjugassem valores éticos, morais, afetivos, profissionais. Não deixando de referir em especial a turma com a qual estivemos envolvidos, que no geral colaborou sempre connosco e proporcionou um clima adequado para o desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem.

Concluimos assim um ano de muito trabalho e aprendizagem, um ano nostálgico que deixou (ainda mais) o gosto pela lecionação das aulas, deixando o desejo de ser um profissional de qualidade, onde procuraremos novas oportunidades e desafios para crescer, aprender, evoluir e enriquecer os nossos conhecimentos.

## Referências

---

- Alarcão, I., & Roldão, M. d. (2008). *Supervisão. Um contexto de desenvolvimento profissional dos professores*. Mangualde: Edições Pedagógicas.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Elsa, S. R., Miguel, F., & Paulo, N. (2019). *Prática Pedagógica Supervisionada em Educação Física III*. Coimbra: FCDEF-UC.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2010). *Avaliação: um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem*. Maia: Edições ISMAI-Centro de Publicações do Instituto Superior da Maia.
- Heacox, D. (2006). *Diferenciação Curricular na Sala de Aula: Como efectuar alterações curriculares para todos os alunos*. Porto: Porto Editora.
- Marques, A. (2004). O ensino das atividades físicas e desportivas - fatores determinantes de eficácia. *111(19)*, 24-27.
- Mesquita, I., Farias, C., Oliveira, G., & Pereira, F. (2009). A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25-38.
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos*. Coimbra: Tese de doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física, na especialidade de Ciências da Educação Física, apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos*. Tese de doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física na especialidade de Ciências da Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra.
- Nobre, P. (2017). Estilos de Ensino. Em R. A. Martins, G. Dias, & P. C. Mendes, *Ténis: estratégia, percepção e ação* (pp. 145-155). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona: INDE.
- Quina, J. d. (2009). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Educação.
- Reis, M. (2014). *Autoavaliação em perspectiva colaborativa para a melhoria da prática docente*. Brasília: Universidade de Brasília.
- Rosado, A., & Colaço, C. (2002). *Avaliação das aprendizagens: Fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Omniserviços.
- Serrazina, L. (1999). Reflexão, conhecimento e praticas lectivas em Matemática num contexto de reforma curricular no 1º ciclo. *Quadrante*, 8(1&2), 139-167.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Barcelona: INDE Publicaciones.

**Decretos-Lei:**

Decreto-Lei n. °55/2018, Diário da República, 1.ª série — N.º 129 — 6 de julho de 2018

Decreto-Lei n. °129/2018, Diário da República, 2.ª série — N.º 129 — 6 de julho de 2018

## **APÊNDICES**

## Apêndice I – Ficha Biográfica individual do aluno



Agrupamento de Escolas Marquesa de Marialva  
Cantanhede

Ficha Biográfica

Direção de Turmas - 2019/2020

### I. Aluno

Nome: \_\_\_\_\_ Nº: \_\_\_\_ Ano/Turma \_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Morada: \_\_\_\_\_

Telefone/Telemóvel: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

### II. Encarregado de Educação

Nome: \_\_\_\_\_ Parentesco: \_\_\_\_\_

Telef./Telem. -casa: \_\_\_\_\_ Telef./Telem. -trabalho: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

### III. Agregado Familiar

1.

Parentesco	Pai	Mãe	Irmao(s)		
Idade					

2. Habilitações Literárias dos Pais (Assinalar com um X)

	Pai	Mãe		Pai	Mãe
1º ciclo do Ensino Básico			Frequência do Ensino Superior		
2º ciclo do Ensino Básico			Bacharelato		
3º ciclo do Ensino Básico			Licenciatura		
10º/11º/12º ano			Mestrado		
			Doutoramento		

3. Profissão dos pais

Pai: \_\_\_\_\_ Mãe: \_\_\_\_\_

### IV. A Saúde

1. Tem dificuldades: visuais  auditivas  motoras  outra(s)

Qual/Quais? \_\_\_\_\_

2. Alergias: \_\_\_\_\_

3. Doença crónica: Não  Sim  Qual? \_\_\_\_\_

4. Cuidados especiais de saúde: \_\_\_\_\_

5. Contacto a estabelecer em caso de urgência (muito importante): \_\_\_\_\_

## V. Deslocação Casa/Escola

1. Como vens para a escola? A pé  De autocarro  De carro  bicicleta

2. Quanto tempo demoras a chegar à escola? \_\_\_\_\_

## VI. Vida Escolar

1. Já repetiste algum ano? Não  Sim  Em que ano(s)? \_\_\_\_\_

2. Onde costumavas estudar?

Em casa  Na escola  Em casa de amigos  Noutro local  Onde? \_\_\_\_\_

3. Como gostas mais de estudar? Sozinho  Em grupo

4. Tens alguém que te ajude a estudar? Não  Sim  Quem? \_\_\_\_\_

5. Os teus pais costumam \_\_\_\_\_

	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes
<del>ver</del> as tuas fichas de trabalho / avaliação				
<del>acompanhar</del> as tuas fichas de trabalho / avaliação				
<del>conversar</del> contigo sobre a tua vida escolar				

6. Qual a reação dos teus pais aos teus resultados escolares? \_\_\_\_\_

7. Quais as disciplinas de que gostas mais? \_\_\_\_\_

8. Quais as disciplinas de que gostas menos? \_\_\_\_\_

9. Tipo de atividades preferidas nas aulas:

trabalho individual  trabalho de grupo  aulas expositivas  fichas de trabalho

pesquisa  outros  Quais? \_\_\_\_\_

10. Costumas frequentar a biblioteca escolar? Sim  Não

11. Como te sentes quando tens resultados negativos? \_\_\_\_\_

12. Tens vontade em prosseguir os estudos para além da escolaridade obrigatória (18 anos)? \_\_\_\_\_

Indica razões para tal \_\_\_\_\_

13. Tens acesso a computador fora da escola? Sim  Não

14. Tens acesso a Internet fora da escola? Sim  Não

## VII. Extra-Escola

1. Em tempo de aulas, qual a hora habitual de te deitares? \_\_\_\_\_ E de te levantares? \_\_\_\_\_
2. Tomas sempre o pequeno almoço? Sim  Não
3. Onde costumavas almoçar? \_\_\_\_\_
4. Os teus familiares costumam interessar-se pelos teus problemas pessoais? Sim  Não
5. Onde costumavas encontrar-te com os amigos? \_\_\_\_\_

### VIII. Tempos Livres

Ocupas os teus tempos livres a ... (Assinala, com números, por ordem de ocupação – 1.º o que te ocupa mais tempo, etc. )

- |                   |                          |                     |                          |                |                          |
|-------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|----------------|--------------------------|
| ouvir música      | <input type="checkbox"/> | ir à discoteca      | <input type="checkbox"/> | navegar na Net | <input type="checkbox"/> |
| ver televisão     | <input type="checkbox"/> | estar só            | <input type="checkbox"/> | ajudar os pais | <input type="checkbox"/> |
| ir ao cinema      | <input type="checkbox"/> | estar com amigos    | <input type="checkbox"/> | ~~~~~          | <input type="checkbox"/> |
| praticar desporto | <input type="checkbox"/> | passar              | <input type="checkbox"/> | ~~~~~          | <input type="checkbox"/> |
| ler               | <input type="checkbox"/> | jogar no computador | <input type="checkbox"/> | ~~~~~          | <input type="checkbox"/> |

Há alguma ou algumas informações que consideres de interesse trazer ao nosso conhecimento?

---



---

### IX. Auto-retrato

1. Que profissão gostarias de ter? \_\_\_\_\_
2. Que profissão gostariam os teus pais que tu tivesses? \_\_\_\_\_
3. Num pequeno texto tenta dizer o que pensas sobre ti [o que achas de melhor e o que pensas de menos bom sobre o aluno e pessoa que és (qualidades e defeitos)].

---



---



---



---

Cartanbede, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

O/A aluno/a \_\_\_\_\_

O/A Encarregado/a de Educação \_\_\_\_\_

## Apêndice II – Questionário de EF



Agrupamento de Escolas **Marquês de Marialva**  
**CANTANHEDE**

Praticas desporto fora da escola?				
	Sim	Não	Qual?	Es federado?

### Apêndice III – Modelo Plano de Aula

Plano Aula			
Professor(a):		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Período:	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.:	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula:
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			

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

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

**Apêndice IV – Grelha de Avaliação Formativa Inicial (exemplo)**

<b>Ficha de avaliação inicial de Basquetebol</b>									
<b>Nome</b>	<b>Drible de proteção</b>			<b>Marcação/Desmarcação</b>			<b>Lançamento na passada</b>		
	<b>NR</b>	<b>RcD</b>	<b>R</b>	<b>NR</b>	<b>RcD</b>	<b>R</b>	<b>NR</b>	<b>RcD</b>	<b>R</b>
Aluno 1									
Aluno 2									
Aluno 3									
Aluno 4									
Aluno 5									

- ✓ A tabela deverá ser preenchida com uma cruz: NR (Não Realiza); RcD (Realiza com Dificuldade); R (Realiza)



## Apêndice VI – Critérios e Parâmetros de Avaliação

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - 3º CICLO – (8º ano)			
Domínios	Ponderação por domínios	Descritores específicos da disciplina em articulação com o perfil do aluno	Instrumentos/Produções de avaliação
ÁREAS DAS ATIVIDADES FÍSICAS	80%	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conhece e aplica as ações inerentes às várias modalidades/disciplina.</li> <li>Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável da Aptidão Física do programa <u>Fitascola</u>, para a sua idade e sexo.</li> <li>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde.</li> <li>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.</li> <li>Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</li> <li>Conhece e aplica os regulamentos das várias modalidades/disciplina.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grelhas de observação/registo.</li> <li>Avaliação prática.</li> <li>Bateria <u>Fitascola</u>.</li> <li>Participação oral.</li> <li>Fichas de avaliação/Trabalhos escritos/relatórios.</li> </ul>
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	10%		
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	5%		
Desenvolvimento pessoal/ Relacionamento Interpessoal	25%	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa nas tarefas propostas (sua/casa), empenhando-se para ultrapassar dificuldades. (8%)</li> <li>Adequa comportamentos, cumprindo normas e regras da sala/atividades da aula (pontualidade, metria), organização e responsabilidade). (8%)</li> <li>Revela atitudes de cooperação, partilha e aceitação dos diferentes pontos de vista (trabalho de grupo/parce). (5%)</li> <li>Realiza as tarefas de forma autónoma. (8%)</li> </ul>	

- A classificação dos instrumentos de avaliação é expressa na escala de 0 a 100%;

- A classificação final em cada período resulta da média de todas as classificações obtidas até ao momento, tendo em conta o peso atribuído a cada domínio e traduz-se num nível de 1 a 5.

## Apêndice VII – Cartaz “Torneio de Voleibol Feminino 4x4”



 **Desporto Escolar**

**AGRUPAMENTO  
ESCOLAS  
MARQUÊS  
MARIALVA**



# **TORNEIO**

**VOLEIBOL FEMININO 4x4**

**2 de Outubro – 14:30**

**Forma a tua equipa e  
inscreve-te com o teu prof. de EF**

Cartaz para o Torneio Jr. NBA. O fundo é dividido verticalmente em azul à esquerda e vermelho à direita. No centro, há uma silhueta branca de um jogador de basquete segurando uma bola. O texto 'jr. nba' está sobreposto à silhueta, com 'jr.' em azul e 'nba' em vermelho. À esquerda, o slogan 'Vem apoiar a tua escola!' está escrito verticalmente em branco. No topo, há logotipos do Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva e do Projeto de Promoção Educação para a Saúde. Abaixo, o local 'Pavilhão Marialvas' e a data '4 de março - 14h30' são exibidos. Uma lista de equipas com seus respectivos estabelecimentos de ensino segue. Na base, há logotipos dos patrocinadores: 'de', 'UNIVERSIDADE DE COIMBRA', 'C. N.º 150000000' e 'INSTITUTO DE QUALIFICAÇÃO DE COIMBRA'.

**Vem apoiar a tua escola!**

Agrupamento de Escolas Marquês de Marialva  
Projeto de Promoção Educação para a Saúde

**jr. nba**

**Pavilhão Marialvas**  
**4 de março - 14h30**

Equipas:

- Miami Heat (EB Marquês de Marialva)
- Atlanta Hawks (AE Águeda)
- Charlotte Hornets (EB Mealhada)
- Orlando Magic (EB Adolfo Portela)
- Washington Wizards (Col. Nossa Sra. Da Assunção)

Com o apoio de:

de  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA  
C. N.º 150000000  
INSTITUTO DE QUALIFICAÇÃO DE COIMBRA

## **ANEXOS**

**Anexo I – Certificado de Participação na Sessão de Apresentação do “Programa de Educação Olímpica”**



# CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO 8 2

## IX Oficina de Ideias em Educação Física

Certifica-se que \_\_\_\_\_ esteve presente neste evento, realizado pelo Núcleo de Estágio Pedagógico em Educação Física da Escola Secundária Avelar de Brotero, no âmbito da unidade curricular de Estágio Pedagógico, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, sob o tema “A Avaliação como meio de ensino”.

O Diretor da FCDEF-UC

(Prof. Doutor José Pedro Ferreira)

O Diretor da ESAB

Coimbra, 22 de Abril de 2020



## Anexo III – Questionário “Análise da Satisfação em Educação Física”



### QUESTIONARIO

#### “Análise da satisfação em Educação Física”

Através deste questionário pretende-se obter resultados que possam contribuir para um maior conhecimento do pensamento do aluno acerca da Educação Física, por isso, pedimos a tua colaboração, respondendo às perguntas

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

Para responder, basta assinalar a(s) opção(ões) que consideras mais adequada(s).

1. Idade: \_\_\_\_\_
2. Sexo:
  - a) Masculino
  - b) Feminino
3. Ano de escolaridade: \_\_\_\_\_
4. O teu professor(a) de Educação Física é:
  - a) Homem
  - b) Mulher
5. Quais as disciplinas que mais gostas? Enumera-as por ordem de preferência:
  1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
6. Quais as disciplinas que menos gostas? Enumera-as por ordem de preferência:
  1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
7. Consideras a Educação Física:
  - a) Muito importante
  - b) Importante
  - c) Normal
  - d) Nada importante
8. O que mais gostas em Educação Física? (resposta múltipla)
  - a) Condição Física e Saúde
  - b) Jogos e desporto
  - c) Expressão Corporal
  - d) Atividades no meio natural
9. O que menos gostas em Educação Física? (resposta múltipla)
  - a) Condição Física e Saúde
  - b) Jogos e desporto
  - c) Expressão Corporal
  - d) Atividades no meio natural
10. Gostarias de ter outra disciplina ou fazer outra coisa na hora de Educação Física?
  - a) Sim
  - b) Não
11. Se Educação Física fosse uma disciplina opcional, irias selecioná-la?
  - a) Sim
  - b) Não
12. Gostarias de ter mais horas de Educação Física?
  - a) Sim
  - b) Não
13. Gostas das aulas de Educação Física?
  - a) Sim
  - b) Não



14. Qual a tua opinião sobre as aulas de Educação Física? (resposta múltipla)
- a) Considero fáceis
  - b) São motivantes
  - c) Considero-as úteis
  - d) O professor incentiva-me a praticar fora da aula
  - e) É mais importante que o resto das disciplinas
  - f) São suficientes
15. Que objetivo pensas que a Educação Física deve ter? (resposta múltipla)
- a) De saúde
  - b) De competição
  - c) De educação
  - d) De Diversão
16. A Educação Física pode ajudar-te a:
- a) Relacionar-te com os outros
  - b) Melhorar a tua condição física/saúde
  - c) Ser mais inteligente
  - d) Ser mais coordenado
  - e) A respeitar os outros, o material e ao redor
17. Que atitude tem em aula, normalmente, o teu professor(a) de Educação Física? (resposta múltipla)
- a) Boa
  - b) Agradável
  - c) Justa
  - d) Compreensiva
  - e) Democrática
  - f) Alegre
18. Gosto muito que o meu professor(a): (resposta múltipla)
- a) Participe na aula
  - b) Me incentive nas tarefas difíceis
  - c) Me corrija na aula
  - d) Me chame pelo meu nome
  - e) Vá vestido com roupa desportiva
  - f) Pratique desporto
  - g) Tenha boa presença
19. Que titulação tem o teu professor(a) de Educação Física? (resposta múltipla)
- a) Mestre Especialista em Educação Física
  - b) Licenciado em Educação Física
  - c) Outra especialidade
20. Praticas alguma atividade físico-desportiva fora da escola? (resposta múltipla)
- a) Não (segue para a pergunta 21)
  - b) Sim
- 20.1 Quantos dias por semana? \_\_\_\_\_
- 20.2 Quanto tempo geralmente dedicas diariamente? \_\_\_\_\_h
- 20.3 És Federado? (resposta múltipla)
- a) Sim
  - b) Não
21. Ao teu redor, quem pratica atividade físico-desportiva? (resposta múltipla)
- a) Os meus pais
  - b) Os meus irmãos/ãs
  - c) Os meus amigos
22. Consideras que o Desporto e a Educação Física devem ocupar um lugar importante na cultura do teu país? (resposta múltipla)
- a) Não
  - b) Sim



OBRIGADO PELA TUA COLABORAÇÃO!