

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Ana Rita Valdez Pacheco Coutinho

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO, DESENVOLVIDO NA  
ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS, JUNTO DA TURMA  
DO 8ºG, NO ANO LETIVO 2020-2021**

“A PERCEÇÃO DA PROFESSORA ESTAGIÁRIA E RESPETIVOS  
ALUNOS, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA  
AULA DE EF: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE O INÍCIO E O FINAL DO  
ANO LETIVO”

**Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, orientado pelo Professor Doutor Artur Manuel Romão Pereira e apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra**

outubro de 2021



Ana Rita Valdez Pacheco Coutinho

2019188150

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO,  
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE  
FREITAS, JUNTO DA TURMA DO 8ºG, NO ANO LETIVO  
2020/2021**

“A PERCEÇÃO DA PROFESSORA ESTAGIÁRIA E RESPETIVOS  
ALUNOS, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO  
DA AULA DE EF: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE O INÍCIO E O  
FINAL DO ANO LETIVO”

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

**Orientador: Professor Doutor Artur Manuel**

**Romão Pereira**

**COIMBRA**

**2021**



**Esta obra deve ser citada como:**

Coutinho, A. (2021). Relatório de estágio pedagógico, desenvolvido na escola básica 2/3 Martim de Freitas, junto da turma do 8ºG, no ano letivo 2020/2021. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Ana Rita Coutinho, aluna nº 2019188150 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo nº 27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC - Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº 400/2019, de 6 de maio.

DATA

---

Ana Rita Coutinho

VI

## **Agradecimentos**

Aos meus pais, à minha irmã, à minha tia e ao meu tio que sempre me apoiaram, incentivaram e estiveram comigo nos bons e maus momentos. Deram-me uma força enorme para continuar esta caminhada e ensinaram-me a nunca desistir dos meus sonhos e objetivos.

À professora mestre Diana Melo, tive a oportunidade de conhecer uma pessoa incrível com os seus ideais muito próprios, com uma maneira de ser e estar muito diferente de todas as outras pessoas que já alguma vez conheci. Um obrigado enorme por me fazer crescer como professora, mas acima de tudo como pessoa e fazer-me ver sempre o lado positivo das coisas. Um agradecimento enorme por todos os desafios que nos colocou ao longo deste estágio que promoveram a nossa autonomia e evolução. Terei sempre uma grande admiração e será uma referência para mim tanto como professora, como pessoa.

À Constança, que esteve sempre presente, sempre me incentivou quando estava mais em baixo. Um agradecimento enorme por toda a sua ajuda, trabalho em equipa, partilha de opiniões e conhecimentos. Sem dúvida que foi o meu braço direito nesta caminhada.

Ao professor orientador da universidade, professor Artur Romão pela sua honestidade, pelas reflexões, pelas críticas construtivas e partilha de conhecimento.

Ao grupo de educação física da Escola Básica 2,3 Martim de Freitas, por toda a energia positiva transmitida e por promover um ambiente familiar desde o primeiro dia.





“O que não te desafia não te transforma!”

*Autor desconhecido*



## **Resumo**

O presente relatório de estágio diz respeito a uma profunda reflexão acerca do estágio pedagógico desenvolvido na Escola Básica 2,3 Martim de Freitas, no ano letivo 2020/ 2021, junto da turma G do 8º ano de escolaridade. O principal objetivo do estágio é integrar os professores estagiários na comunidade escolar, dando uma oportunidade ímpar de desenvolver competências docentes em contexto real, através de uma intervenção pedagógica supervisionada e orientada.

Este relatório de estágio encontra-se inserido no âmbito da unidade curricular Estágio Pedagógico, que se encontra no 3º e 4º semestre do plano de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade de Coimbra. Consideramos que o estágio pedagógico constituiu a nossa base de formação e um ano repleto de desafios e aprendizagens.

O relatório de estágio está subdividido em 3 capítulos, sendo que no primeiro é feita a contextualização da prática desenvolvida, onde são referidas as expectativas iniciais e o projeto de formação. O segundo capítulo envolve a análise reflexiva em torno de prática pedagógica desenvolvida ao longo deste ano letivo, enaltecendo todas as aprendizagens consolidadas e estratégias utilizadas ao nível do planeamento, realização e avaliação, com a devida justificação das opções tomadas. Neste capítulo é realizado um balanço em torno do acompanhamento do cargo de coordenador do desporto escolar, é também realizada uma reflexão em relação à atitude ético-profissional e por fim uma reflexão acerca do Ensino à Distância que foi aplicado neste ano letivo.

O terceiro capítulo diz respeito ao aprofundamento do tema/ problema, este estudo foi realizado em torno de: “A perceção da professora estagiária e respetivos alunos, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de EF: estudo comparativo entre o início e o final do ano letivo”. Através do mesmo é possível perceber a perceção que os alunos têm em relação às aulas de educação física bem como identificar as maiores divergências entre as respostas dos alunos e da professora estagiária.

**Palavras-Chave:** Educação Física, Estágio Pedagógico, Reflexão, Estratégias

## **Abstract**

The following report regards a profound reflexion about the educational internship developed in Escola Básica 2,3 Martim de Freitas, during the school year 2020/21 with the class G of year 8 (high school). The main goal of this research is to integrate the associate professors in the school community by giving them the once in a lifetime opportunity of improving their teaching skills in a realistic school context, through an orientated and supervised guidance.

This report is inserted in the curricular subject Educational Internship, located between the 3rd and 4th semester of the study plan of the following Master “Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário” (University of Coimbra). We consider that this educational internship established our ground base of educational training in a year filled with challenges and constant learnings.

Regarding the main structure of the following report there are three major chapters, being the first of them the explanation of the developed method, where the main expectations and the training’s project are both explained. The second chapter regards the reflexive analysis that circles the educational practice improved during the school year, strengthening all the learnings and different strategies used not only in planning and accomplishing, but also in evaluating, with the respective explanation of the choices made. In this chapter is also added a summary surrounding the responsibility of scholar sports coordinator, where a reflexion regarding its ethical-professional attitude is made. Last but not least, there is also a reflexion about the long-distance teaching method applied during this school year, due to the circumstances.

The third and last chapter exploits in a deeper way this report’s theme/problem, namely the “associated teacher’s and student’s perception about the educational intervention in a physical education class: a comparative study between the beginning and the end of the school year”. Throughout this chapter it becomes possible to understand the perception students have when talking about the PE classes and the biggest divergences in their answers and in the associated teacher’s answers.

**Keywords:** Physical Education; Educational Internship, Reflection; Strategies



## **Lista de siglas e abreviaturas**

AEMF – Agrupamento de Escolas Martim de Freitas

AFI – Avaliação Formativa Inicial

CEO – Centro Educativo dos Olivais

CT – Conselho de Turma

DAC – Domínio de Autonomia Curricular

DE- Desporto Escolar

DGS - Direção Geral da Saúde

DP- Diferenciação Pedagógica

DE- Desporto Escolar

E-A – Ensino Aprendizagem

E@D – Ensino à Distância

EB – Escola Básica

EF – Educação Física

EP – Estágio Pedagógico

FPO – Federação Portuguesa de Orientação

GEF – Grupo Disciplinar de Educação Física

JDC – Jogos Desportivos Coletivos

MF- Martim de Freitas

NE – Núcleo de Estágio

NEE- Necessidades Educativas Especiais

PAA – Plano Anual de Atividades

PEI – Programa Educativo Individual

PFI - Plano de Formação Individual

RI – Regulamento Interno

RE – Relatório de Estágio Pedagógico

UD – Unidade Didática



## Índice

Resumo.....	XII
Abstract .....	XIII
Lista de siglas e abreviaturas .....	XV
Introdução.....	1
Capítulo I: Contextualização da prática desenvolvida.....	3
1.1 Expectativas iniciais.....	3
1.2 Plano de Formação Individual.....	4
1.3 Contextualização da prática.....	6
1.3.1 Caraterização da escola.....	6
1.3.2 Os recursos espaciais .....	8
1.3.3 O grupo Disciplinar de Educação Física.....	10
1.3.4 O núcleo de estágio.....	11
1.3.5 Caraterização da turma .....	13
Capítulo II: Análise Reflexiva sobre a prática pedagógica .....	21
Área 1 – Atividades de Ensino Aprendizagem.....	21
2.1 Planeamento.....	22
2.1.1 Plano anual.....	24
2.1.2 Unidades Didáticas .....	31
2.1.3 Unidades de Ensino .....	33
2.1.4 Plano de aula .....	34
2.2 Realização.....	37
2.2.1 Instrução.....	38
2.2.2 Gestão .....	42

2.2.3 Clima / disciplina.....	45
2.2.5 Ensino à Distância .....	47
2.2.6 Desporto Escolar de Atletismo.....	52
2.3 Avaliação .....	52
2.3.1 Avaliação Formativa.....	55
2.3.2 Avaliação Sumativa.....	56
2.3.3 Autoavaliação e Heteroavaliação .....	57
2.4 Questões Dilemáticas .....	58
2.5 Área 2- Atividades de Organização e Gestão Escolar.....	59
2.6 Área 3 - Projetos e Parcerias.....	61
2.6.1 Projeto Eco- Trilho .....	61
2.6.2 Projeto ERA Olímpica.....	62
2.6.3 Orientação na Martim de Freitas .....	63
2.7 Área 4- Atitude Ético – Profissional .....	64
Capítulo III -Aprofundamento do Tema- Problema .....	67
Considerações finais .....	86
Referências bibliográficas .....	88
Referências .....	88
Anexos.....	91

## Índice de Anexos

Anexo I - Vista aérea da EB2,3 MF.....	91
Anexo II - Espaços de EF do 3º Ciclo da EB 2/3 MF.....	92
Anexo III - Matérias Prioritárias por Espaço .....	93
Anexo IV - Mapa dos Espaços/ “Roulement” .....	94
Anexo V - Matérias a trabalhar por Ano de Escolaridade .....	95
Anexo VI - Ficha individual do aluno .....	96
Anexo VII - Exemplo tarefa para aluna com atestado médico.....	98
Anexo VIII - Análise SWOT da Disciplina de EF na Escola EB 2/3 MF .....	100
Anexo IX - 1ª Versão da Calendarização Anual .....	101
Anexo X - Versão Final da Calendarização Anual.....	102
Anexo XI - Modelo Plano de Aula .....	103
Anexo XII - Modelo de Reflexão Crítica/ Relatório de Aula .....	104
Anexo XIII - Modelo Planificação Semanal das Aulas de EF .....	105
Anexo XIV - Instrumento de Avaliação da Modalidade de Voleibol .....	106
Anexo XV - Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área das Atividades Físicas.....	107
Anexo XVI - Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área da Aptidão Física .....	108
Anexo XVII - Critérios de Avaliação após implementação do projeto MAIA.....	109
Anexo XVIII - Exemplo tarefa para a aluna de atestado médico .....	110
Anexo XIX - Programa Educativo Individual.....	111
Anexo XX - Ficha de avaliação coparticipada da aptidão física.....	112
Anexo XXI - Ficha de autoavaliação.....	113
Anexo XXII - Estação 2 do Circuito de Aptidão Física do Eco Trilho .....	115

Anexo XXIII - Divulgação da palestra com a campeã olímpica Rosa Mota no site da escola.....	116
Anexo XXIV - Acordo entre a FPO e a EB 2/3 Martim de Freitas.....	117
Anexo XXV - Mapa da EB 2/3 MF.....	118
Anexo XXVI - “Seminário COMEDIG- Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal”.....	119
Anexo XXVII - Encontro digital extra “E@D... E agora?”.....	120
Anexo XXVIII - Ciclo de boas práticas “Lesões 1- Conhecer e Prevenir”.....	121
Anexo XXIX - LeYa Educação participação na formação "Aula Digital".....	122
Anexo XXX - Congresso Internacional de Avaliação Formativa em Educação - XIII CIAFE.....	123
Anexo XXXI - Membro da organização do XIII CIAFE.....	124
Anexo XXXII - X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física.....	125
Anexo XXXIII - Oportunidades da Educação Olímpica em Contexto Escolar.....	126
Anexo XXXIV - Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) – professor (QIPP-p).....	127
Anexo XXXV - Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) – Alunos (QIPP-a).....	130
Anexo XXXVI - Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário no Momento 1.....	132
Anexo XXXVII - Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário no Momento 2.....	133

### **Índice de Tabelas**

Tabela 1- Avaliação Formativa Inicial ( níveis de desempenho) .....	18
Tabela 2 - Dimensão Instrução: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento .....	72
Tabela 3 - Dimensão Planeamento e Organização: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiário no 1º e 2º momento .....	73
Tabela 4 - Dimensão Relação Pedagógica: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento .....	75
Tabela 5 - Dimensão Disciplina: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento .....	77
Tabela 6 - Dimensão Avaliação: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento .....	79

### **Índice de Figuras**

Figura 1- Atividades de Ensino Aprendizagem.....	21
--	----

### **Índice de Gráficos**

Gráfico 1 - Perceção dos alunos e professora estagiária no 1º momento.....	81
Gráfico 2 - Perceção dos alunos e professora estagiária no 2º momento.....	82
Gráfico 3 - Soma das médias obtidas nas várias dimensões no 1º e 2º momento .....	83

## **Introdução**

O estágio pedagógico (EP) é uma unidade curricular presente no terceiro e quarto semestre do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) na Universidade de Coimbra (UC), sendo que foi realizado ao longo do ano letivo 2020/2021 na Escola Básica 2,3 Martim de Freitas junto da turma G do 8º ano de escolaridade.

Após e ao longo do EP foi elaborado este Relatório de Estágio Pedagógico (RE), tendo em conta todas as aprendizagens desenvolvidas ao longo do ano letivo. Este estágio pedagógico promoveu o contacto direto com a realidade escolar e com vida profissional de um professor de educação física (EF).

Segundo Miranda (2008) o estágio pedagógico constitui-se num espaço privilegiado de interface da formação teórica com a vivência prática. Esta interface teórico-prática compõe-se de uma interação constante entre o saber e o fazer, entre os conhecimentos académicos disciplinares e o enfrentamento dos problemas decorrentes da vivência de situações práticas do cotidiano da escola.

Consideramos que este processo é muito benéfico na formação de professores, nomeadamente para a evolução do professor estagiário. Esta oportunidade de experienciar a prática pedagógica sendo esta supervisionada, promove a aquisição de aprendizagens e experiências fundamentais para poder ingressar no mercado de trabalho.

Segundo Ilha et al. (2009) o estágio é um momento importante na formação do professor, portanto ele deve ser pensado buscando a interação entre os conhecimentos específicos da profissão desenvolvidos durante a formação inicial, a experiência vivida e o conhecimento educacional, possibilitando a melhoria das práticas educacionais e a produção de conhecimentos a partir das necessidades formativas.

Com a realização deste documento pretendemos transparecer as nossas aprendizagens, as nossas principais dificuldades sentidas e reflexões ao longo deste ano letivo repleto de desafios.

De realçar que a situação pandémica acrescentou um desafio extra neste ano de estágio com a desvirtuação daquilo que normalmente eram as aulas de EF devido ao

cumprimento obrigatório das normas de segurança e higiene impostas pelo governo e Direção Geral da Saúde (DGS).

Inicialmente iremos realizar um enquadramento de todo o processo e do meio em que estamos inseridos, para que depois seja possível refletir de uma forma mais eficaz acerca dos processos desenvolvidos na intervenção pedagógica.

No último capítulo deste documento pretendemos aprofundar o tema-problema: “A perceção da professora estagiária e respetivos alunos, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de EF: estudo comparativo entre o início e o final do ano letivo”.

## **Capítulo I: Contextualização da prática desenvolvida**

Neste primeiro capítulo é realizado um enquadramento da prática desenvolvida neste ano de estágio, portanto servirá como base para entender melhor as reflexões acerca da prática pedagógica relatadas ao longo deste documento.

### **1.1 Expectativas iniciais**

O EP constituiu uma etapa fundamental na nossa formação enquanto futuros professores, no sentido em que é feito um *transfer* e aplicação das aprendizagens desenvolvidas até ao momento, bem como constituirá uma base para o nosso futuro.

Foi com grande expectativa que aguardámos este momento de ter a possibilidade de lecionar aulas de EF. Apesar da pouca experiência profissional neste âmbito, arriscámos enfrentar esta etapa tão importante e exigente.

Relativamente às expectativas iniciais perspectivávamos um ano repleto de desafios com um grau exigência bastante elevado, sendo que apesar de todas as dificuldades queríamos aproveitar ao máximo esta oportunidade mantendo sempre o nosso compromisso com as nossas próprias aprendizagens, com as aprendizagens dos nossos alunos e com núcleo de estágio (NE).

A vontade de aprender desde sempre foi elevada tanto através da nossa própria experiência, na procura de informação e na partilha de conhecimentos com outros professores mais experientes.

Os alunos são o nosso principal foco e a comunidade educativa permite-nos aplicar os nossos conhecimentos sabendo que as aprendizagens dos alunos estão dependentes da nossa prestação enquanto agentes de ensino, portanto dar o nosso melhor foi sempre a chave de todo o processo.

Através da realização deste EP pretendemos ser mais autónomos, mais cultos, capazes de colocar em prática os nossos conhecimentos, ser mais eficientes na transmissão de conhecimento e aplicar corretamente estratégias de ensino tendo em conta os nossos alunos.

Este EP foi encarado com enorme motivação e determinação, reconhecendo sempre as dificuldades e limitações inerentes à nossa intervenção tendo em conta a pouca experiência.

Um fator muito importante aliado às expectativas iniciais esteve relacionado com a situação pandémica, pois já sabíamos que à partida esta iria trazer muitas condicionantes às aulas de EF.

## **1.2 Plano de Formação Individual**

Uma das primeiras tarefas solicitadas após o início do EP foi a elaboração do Plano de Formação Individual (PFI), o principal objetivo da realização do mesmo prendeu-se com a realização de uma reflexão em torno da nossa competência pedagógica e na projeção das nossas ações. Sendo a estrutura deste plano realizada com base nas diretrizes definidas no “Guia de Estágio”, abrangendo as três áreas do EP: planeamento, realização e avaliação.

O objetivo deste documento foi os professores estagiários exporem as suas expectativas iniciais, realizarem uma autoanálise de competências, identificarem as suas fragilidades de desempenho, definirem objetivos de aperfeiçoamento de aprendizagens a realizar, definirem estratégias e formas de avaliar a progressão.

De destacar que a capacidade reflexiva será fundamental na concretização dos objetivos de formação e para que seja possível haver uma evolução.

Algumas fragilidades detetadas inicialmente foram a pouca experiência, capacidade de liderança, a projeção da voz e o domínio pouco aprofundado de algumas matérias de ensino.

Relativamente ao planeamento foram encontradas dificuldades na elaboração do planeamento anual, unidades didáticas (UD) e unidades de ensino (UE), pois o modelo de ensino utilizado foi o modelo por etapas sendo que as aulas eram multimatérias.

Neste ano atípico devido à situação pandémica não foi possível realizar a avaliação formativa inicial dos Jogos Desportivos Coletivos (JDC), esta foi mais uma condicionante que dificultou muito o planeamento das aulas, a realização da sequenciação e extensão de conteúdos e a definição dos objetivos a atingir numa fase inicial do ano letivo.

Outra dificuldade encontrada prendeu-se com o excessivo tempo utilizado para a elaboração do plano de aula, devido à estruturação da aula ter em conta a abordagem de várias modalidades em simultâneo, ou seja, a gestão da aula requer um cuidado e atenção muito especiais para obter êxito utilizando este modelo de ensino. Um outro aspeto muito importante que sentimos algumas dificuldades foi a escolha da tarefa, para que esta fosse ajustada aos alunos no sentido de realmente promover a sua aprendizagem.

Relativamente à dimensão realização, os conselhos, as críticas e reflexões do NE após as aulas foram fundamentais de forma a melhorar a nossa intervenção pedagógica.

A turma era constituída por 28 alunos, o que indica que eram bastantes alunos e por vezes sentimos dificuldade a chegar a todos, as fragilidades identificadas inicialmente eram a projeção da voz, a captação da atenção de todos os alunos, utilização de mais feedbacks cruzados e fechar sempre o ciclo de feedback.

Outra dificuldade sentida esteve relacionada com o controlo da turma, nomeadamente quando os alunos eram divididos em grupos de trabalho distintos para realizar várias tarefas e modalidades diferentes entre si em simultâneo.

Tivemos bastantes dificuldades em aplicar a diferenciação pedagógica principalmente numa fase inicial do ano letivo, sabemos que esta é muito importante para promover aprendizagens significativas aos alunos.

A nossa capacidade de observação, ajustamento e gestão foram aspetos que inicialmente também sentimos que tínhamos que melhorar bastante.

Em relação à dimensão avaliação, as dificuldades sentidas estiveram relacionadas com a aplicação dos instrumentos de avaliação tendo em conta todas as condicionantes da situação pandémica e o facto destes instrumentos nem sempre estarem ajustados ao contexto real e dificultar assim a sua aplicação.

As estratégias encontradas para superar as nossas dificuldades foram a observação de um número elevado de aulas de outros professores mais experientes, da professora orientadora e da nossa colega de estágio, sendo que após todas as aulas foram realizadas reflexões sobre as mesmas. Estas reflexões constituem um aspeto fundamental na promoção do conhecimento, na partilha de estratégias e identificação de aspetos a

melhorar. Defendemos que esta capacidade reflexiva é muito importante para que haja evolução.

### **1.3 Contextualização da prática**

De forma a realizar um enquadramento e perceber o contexto em que o estágio pedagógico decorreu, torna-se fundamental realizar uma caracterização do meio, reconhecer os recursos espaciais existentes, conhecer e perceber as dinâmicas do grupo disciplinar de EF (GEF) e do NE. Consideramos que estes são aspetos importantes para que possamos realizar uma intervenção pedagógica adequada e ajustada à realidade escolar na qual estamos inseridos.

#### **1.3.1 Caracterização da escola**

De modo a realizar esta caracterização da escola recorreremos a alguns documentos tais como: o Regulamento Interno (RI) do Agrupamento de Escolas Martim de Freitas (AEMF), o Projeto Educativo, o documento A “Normas de funcionamento e convivência na escola (2020-2021)” e o documento B “Coordenação de atitudes- critérios de atuação do professor (2020-2021)”. De realçar que estes documentos e outro tipo de informações escolares se encontram no site do agrupamento da escola [www.agrupamentomartimdefreitas.com](http://www.agrupamentomartimdefreitas.com).

A Escola Básica (EB) 2/3 Martim de Freitas (MF) localiza-se no distrito de Coimbra, na freguesia de Santo António dos Olivais. Esta é a escola sede do AEMF, que é constituído por dois jardins-de-infância (Olivais e Montes Claros), por cinco Escolas Básicas do 1º ciclo (Conchada, Coselhas, Santa Cruz, Olivais, Montes Claros) e pela Escola Básica de 1.º, 2.º e 3.º ciclos Martim de Freitas (AEMF, 2016).

Existe ainda o Centro Educativo dos Olivais que é uma instituição judiciária de acolhimento de jovens, dentro da escolaridade obrigatória, em regime fechado. Apesar deste não pertencer ao AEMF, existe um protocolo fundado com o Ministério da Justiça e assim é de responsabilidade do AEMF a colocação de docentes neste centro.

O agrupamento tem unidades de apoio a alunos com Perturbações do Espectro de Autismo, sediadas na Escola Básica do 1º ciclo de Coselhas e na Escola Básica 2/3 MF, que são uma mais-valia do Agrupamento e da Escola pois permitem que o Agrupamento

seja uma referência, dando respostas pedagógicas e didáticas a este tipo de alunos (AEMF, 2016).

A Escola é constituída por seis blocos e um pavilhão gimnodesportivo (Anexo I-Vista aérea da EB 2,3 MF). A escola possui inúmeras salas adaptadas às necessidades específicas das diferentes atividades e clubes: laboratórios de TIC, de Educação Visual, de Dança e de Música. Dispõe ainda de um refeitório, bar de alunos, bar de professores, papelaria e sala de formação, entre outras.

No que respeita a espaços desportivos, para além do pavilhão gimnodesportivo, tem ainda 4 ringues, sendo que três deles estão destinados especificamente para as aulas de EF do segundo e terceiro ciclos. Possuindo também uma sala específica de ginástica, que foi construída no presente ano letivo, sendo que a sua utilização foi possível a partir do 3º período.

Existe ainda uma biblioteca escolar, que é vista como um elemento fundamental nas dinâmicas pedagógicas da escola, contribuindo preponderantemente para a dinamização das competências de escrita e leitura dos alunos. No mesmo edifício da biblioteca, está sediado o Centro de Formação Minerva que responde às necessidades de formação do pessoal doente e não docente.

De realçar que o 8ºG, a turma pela qual fomos responsáveis por lecionar as aulas de EF no presente ano letivo teve como sala de aula definida a sala 51 do Bloco E, esta que se caracterizava por ser ajustada à realidade da turma pois era proporcional em termos dimensionais. Uma vez que a turma era constituída por 28 alunos, não existia mesas extra livre, os alunos estavam organizados por ordem alfabética, existiram apenas alguns ajustes devido a características individuais nomeadamente para os alunos que se distraem facilmente e para os alunos que são acompanhados pela educação especial, um aspeto que poderia ser melhor nesta sala era o projetor, visto que por vezes sentimos dificuldades na projeção de algumas apresentações.

Todos os membros da comunidade educativa foram desde o primeiro dia impecáveis connosco promovendo sempre um ambiente positivo, familiar e de entreajuda, fundamental para nos sentirmos bem e desta forma promover o nosso sucesso e aprendizagens.

### 1.3.2 Os recursos espaciais

Relativamente aos recursos espaciais da escola EB 2/3 MF, existem para a prática de EF seis espaços disponíveis. Este ano letivo houve um aumento do número de espaços, uma vez que foi construída uma sala de ginástica (espaço 3).

Os espaços dedicados às aulas de EF são (Anexo II- Espaços de EF do 3º Ciclo da EB 2/3 MF):

- Pavilhão gimnodesportivo (denominado “Rosa Mota”, dividido por dois professores, sendo que o espaço 1 corresponde a 2/3 do pavilhão e o espaço 2 a 1/3 do mesmo);
- 3 campos exteriores (espaços 4, 5 e 6);
- Uma sala de dança;
- Uma sala de ginástica;
- Uma sala de aula.

No 3º ciclo contamos com 5 espaços disponíveis: 2 espaços exteriores (espaço 4 e 5), o espaço 1 que corresponde a 2/3 do pavilhão, o espaço 2 que corresponde a 1/3 do pavilhão e o espaço 3 a sala de ginástica.

O espaço 4 é o espaço exterior que possui um campo de jogos, 5 tabelas de basquetebol e 1 caixa de areia com 2 pistas de corrida de balanço para o salto em comprimento. O espaço 5 encontra-se atrás do bloco E e é constituído por um campo de jogos com 2 tabelas de basquetebol, possui junto ao espaço duas pistas para corrida de velocidade e uma rampa. De realçar que o espaço 5 é apenas para o 3º ciclo, tendo o 2º ciclo ficado com utilização exclusiva do espaço 6. Para cada espaço foram definidas as matérias prioritárias a abordar tendo em conta as características dos mesmos (Anexo III – Matérias Prioritárias por Espaço).

Com o intuito de organizar as turmas pelos espaços, no início do ano letivo, foi elaborado um mapa de rotações (Anexo IV- Mapa dos Espaços/ “Roulement”) em função das turmas, dos horários e dos professores. A sua elaboração procurou respeitar a alternância de matérias e a sua distribuição harmoniosa ao longo do ano letivo, sendo que é pretendido que os professores passem pelos diferentes espaços o mesmo número de vezes.

Foi definido que cada rotação em cada espaço teria a duração de três semanas, no entanto esta dinâmica sofreu alterações no 3º período e as rotações passaram a ser de duas semanas apenas. Isto porque o 2º período foi interrompido devido à situação pandémica e o calendário escolar consequentemente também sofreu algumas alterações, portanto no 2º período estivemos sete semanas em confinamento e as aulas foram lecionadas recorrendo ao Ensino à Distância (E@D). No 3º período ficou então definido entre o GEF que as rotações entre os espaços seriam de duas em duas semanas, para que os professores tivessem a oportunidade de passar em cada espaço pelo menos uma vez com a sua turma.

Sempre que as condições climatéricas são adversas, o ciclo que tem na sua rotação os espaços 1 e 2 tem prioridade na entrada do pavilhão para um espaço interior livre, outro critério definido foi que dentro do mesmo ciclo a turma que estiver no espaço com nº mais baixo tem prioridade sobre a outra turma.

A sala de aula de EF está situada junto à arrecadação do pavilhão gimnodesportivo e esta permite dar um suporte à disciplina na sua vertente teórica, visto que dispõe de um quadro e meios informáticos (computador e projetor) que permitem lecionar a parte teórica da disciplina, no entanto devido à situação pandémica não foi possível utilizar esta sala devido à pequena dimensão da mesma. Por isso sempre que o professor lecionar a aula teórica esta é realizada na sala de aula da turma.

Outro recurso espacial utilizado foi a sala de dança, esta que é dedicada às aulas de Complemento à Educação Artística de Dança, apesar da sala não ser muito grande possui bastantes janelas e uma parede de espelhos, portanto sempre que necessário pode ser adaptada para dar uma aula de EF.

De realçar que cada espaço dedicado às aulas de EF possui matérias prioritárias a lecionar no mesmo, portanto o material necessário para abordagem dessas matérias é prioritário nesses espaços e os professores devem ter atenção ao material que necessitam para lecionar as suas aulas tendo em conta o espaço onde se encontram.

A EB 2,3 Martim de Freitas privilegia o modelo de ensino por etapas e aulas multimatérias, portanto para cada aula são utilizados recursos materiais distintos e diversificados entre si de modo a responder a este método de ensino.

A escola apresenta diversidade de recursos materiais necessários para lecionação das matérias nucleares (andebol, atletismo, badminton, basquetebol, dança, futebol, ginástica acrobática, de aparelhos e no solo, hóquei em patins, jogos tradicionais, orientação, patinagem, ténis e voleibol) e algumas matérias alternativas onde se destacam: escalada, hóquei em campo, ginástica rítmica, judo, luta e rãguebi. No entanto em termos quantitativos e qualitativos esta apresenta algumas carências. Sendo que estes fatores acabaram por condicionar a metodologia de trabalho aplicada em contexto real.

### **1.3.3 O grupo Disciplinar de Educação Física**

O Decreto-Lei 75/2018 define que o Regulamento Interno (RI) é um documento que orienta o funcionamento do Agrupamento de escolas. Através da leitura do artigo 43 vemos que a articulação e a gestão curricular estão garantidas pelos departamentos curriculares, sendo que estes englobam os grupos disciplinares e as áreas disciplinares. De forma a promover a autonomia pedagógica e curricular, o RI define o número de departamentos existentes, sendo que cada departamento possui um professor que exerce funções de coordenador de departamento curricular.

Analisando o RI do AEMF, percebemos que o mesmo possui sete departamentos curriculares, onde o grupo de recrutamento 620 (Educação Física) integra o Departamento Curricular de Expressões. (AEMF, 2018)

O grupo disciplinar de EF (GEF) é uma estrutura de apoio ao Departamento Curricular de expressões, orientado por um coordenador e constituído pelos docentes que lecionam a disciplina de EF. Neste ano letivo de 2020/2021 o grupo disciplinar é coordenado pelo mesmo professor que exerce as funções de Coordenador de Departamento.

A constituição do grupo disciplinar de EF é de nove professores e duas professoras estagiárias.

O grupo disciplinar reunia no horário destinado ao trabalho de articulação, sempre após as reuniões de Conselho Pedagógico, ou quando solicitado, tanto pelo Diretor, como pelo coordenador de departamento ou coordenador do grupo disciplinar. As primeiras reuniões de departamento de expressões e do grupo disciplinar aconteceram após o

primeiro Conselho Pedagógico, portanto ainda antes de iniciar o ano letivo de modo a preparar o mesmo.

Nós estivemos presentes em todas as reuniões do grupo disciplinar, sendo que esta dinâmica teve um efeito positivo no sentido de aumentar o nosso conhecimento em relação à dinâmica de funcionamento do mesmo. Desde sempre o grupo acolheu-nos bem e colocou-nos à vontade para partilhar a nossa opinião, sentimos que as nossas intervenções foram valorizadas apesar da nossa pouca experiência.

Consideramos importante a nossa presença nestas reuniões, uma vez que todas as dinâmicas relacionadas com o processo de ensino-aprendizagem (E-A) da EF da escola são discutidas entre os vários elementos do grupo. Estas reuniões foram muito importantes no sentido de “uniformizar” o processo de ensino da EF na escola, monotonizar os conteúdos a abordar em cada ano de escolaridade (Anexo V- Matérias a trabalhar por Ano de Escolaridade) para que todos os professores trabalhem no sentido de alcançarem os objetivos propostos pelo grupo.

Caraterizámos as reuniões com um clima muito positivo, interativo em que todos os presentes tiveram oportunidade de intervir e partilhar as suas opiniões. Tal como advogam Fonseca (2002) e Morgado (2003 e 2004), nas escolas onde predomina um clima promotor da colaboração identificam-se melhorias na qualidade do ensino e da escola, a colaboração entre professores retira-os do individualismo a que muitas vezes se entregam (citados por Silva, 2015).

#### **1.3.4 O núcleo de estágio**

O NE constituiu-se por duas professoras estagiárias e uma professora orientadora.

Ao longo do ano letivo prevaleceu sempre o espírito de cooperação, união, partilha e compromisso entre todas as envolvidas no EP.

Nós acompanhámos sempre a professora orientadora de perto, envolvendo-nos também nas várias atividades em que a professora orientadora esteve inserida. Desta forma tornou-se ainda mais enriquecedor este estágio no sentido de podermos observar atentamente e participar em atividades que normalmente um professor de EF também realiza fora do contexto de aula.

A professora orientadora lecionou aulas de EF à sua turma sendo que esta também pertencia à sua direção de turma. Portanto, ao longo do ano letivo a professora deu-nos bastante abertura com algumas situações relacionadas com a direção de turma e sua relação para a EF. Nós estivemos presentes na maioria das aulas lecionadas pela professora à sua turma o que por si só promoveu mais aprendizagens, destacando o facto de após cada aula realizarmos uma reflexão acerca da mesma.

Uma outra característica deste ano letivo é que o NE inicialmente era constituído por três professores estagiários, no entanto um professor estagiário desistiu ainda numa fase inicial do ano letivo.

Esta situação fez com que alterássemos a nossa dinâmica e o sucedido foi assumirmos entre nós, NE, e uma colega do Centro Educativo dos Olivais (CEO) a lecionação das aulas de EF à turma do nosso colega que acabou por desistir. Nas aulas de 50 minutos uma das professoras estagiárias assumia mais a turma, já nas aulas de 100 minutos as aulas eram lecionadas entre todos os elementos do NE e a colega do CEO. Sentimos que esta dinâmica trouxe inúmeras vantagens para a turma, visto que esta era caracterizada pelo seu mau comportamento e aproveitamento escolar, sentimos assim uma grande evolução nos alunos nestes aspetos e também sentimos sempre uma grande motivação por parte dos alunos durante as aulas de EF. A lecionação das aulas com 4 professoras fez com que os alunos sentissem mais a nossa presença, conseguimos estar mais focados em cada um dos alunos e fornecer mais feedbacks com mais qualidade. Apesar de termos sentido uma progressão enorme na turma, esta dinâmica também foi muito boa para nós enquanto professoras estagiárias, pois este desafio extra constituiu mais uma oportunidade para treinar e evoluir na nossa intervenção pedagógica.

Além da lecionação das aulas à nossa turma e da turma do 8ºF, enquanto NE também ficamos responsáveis por lecionar o Desporto Escolar (DE) de Atletismo. Apesar do contexto entre lecionação das aulas e os treinos do DE ser distinto sentimos que foi uma experiência bastante gratificante e enriquecedora.

Os treinos caracterizaram-se pela grande motivação de todos os alunos presentes nos mesmos, um ambiente descontraído, um clima muito positivo, um grande espírito competitivo e pela realização de muitos jogos lúdicos.

A lecionação destes treinos, inicialmente, foi mais da responsabilidade da professora orientadora, mas com o passar do tempo nós fomos assumindo estes treinos com uma breve preparação dos mesmos.

Uma capacidade que sentimos que foi bastante trabalhada neste contexto, foi a tomada de decisões de ajustamento dos exercício tendo em conta o número de alunos, pois raramente sabíamos ao certo quantos alunos iriam comparecer.

### **1.3.5 Caraterização da turma**

Este EP realizou-se junto da turma G do 8º ano de escolaridade, sendo que a turma é composta por 28 alunos, 12 género masculino e 16 do género feminino.

A maior parte dos alunos nasceu em 2007, apenas 6 alunos nasceram no ano de 2006, portanto a idade dos alunos nesta turma está compreendida entre os 12 e 15 anos. A turma apresentava 6 alunos que já tinham tido uma retenção no seu percurso escolar sendo que um deles foi no ano letivo transato.

O primeiro contacto com a turma deu-se no dia de apresentação (16 de setembro) em que o diretor de turma deu as boas-vindas aos alunos e referiu o funcionamento e as regras impostas pela escola devido à pandemia. Apesar de não ter havido muita interação direta com os alunos nesse dia, foi positivo este primeiro contacto pois tivemos a oportunidade de observar os alunos, analisar alguns comportamentos e a disposição que ocupavam na sala de aula.

A primeira aula lecionada à turma foi na sala de aula e funcionou como aula de apresentação, nesta aula os alunos preencheram uma ficha de caracterização individual (Anexo VI – Ficha individual do aluno). Esta ficha permitiu analisar aspetos importantes do perfil de cada aluno, promovendo um conhecimento mais concreto e detalhado da turma.

O preenchimento desta ficha por parte dos alunos seguida de uma análise das mesmas e dos documentos facultados pelo diretor de turma com algumas informações da turma, constituíram um ponto de partida para caraterizar a turma e desta forma utilizar estratégias de ensino mais ajustadas aos nossos alunos de modo a fomentar o todo o processo de E-A.

Existem seis alunos na turma que apresentam problemas de saúde, sendo que três têm asma e os outros bronquite, epilepsia e problemas cardíacos.

Nesta turma do 8ºG temos que 6 alunos nunca praticaram qualquer modalidade fora do meio escolar, 17 alunos não praticam nenhuma modalidade de momento, mas 11 destes 17 já praticaram anteriormente de forma federada. Portanto, apenas 5 alunos praticam neste momento alguma modalidade fora do contexto escolar.

Acreditamos que devido à situação pandémica alguns alunos tenham alterado os seus hábitos desportivos, tornando-se menos ativos.

De destacar que os 6 alunos não praticam nenhuma modalidade, nem nunca praticaram, constituem, quanto a nós, o reflexo de parte da nossa sociedade, uma vez que muitas pessoas nunca praticaram nem têm interesse em praticar exercício físico.

Algumas das modalidades mencionadas pelos alunos como já praticadas a nível federado foram o futebol, badminton, ginástica e o basquetebol. Num contexto menos formal, alguns alunos praticaram hip-hop, dança, judo, equitação e ciclismo.

Nesta turma apenas três alunos frequentaram anteriormente o DE, sendo que um deles frequentou boccia e badminton e os outros dois alunos participaram no grupo-equipa de badminton. Neste aluno letivo a aderência foi semelhante, tivemos um aluno a frequentar o grupo equipa de Boccia, badminton e atletismo e dois outros alunos a participar no badminton.

De referir que nesta turma um aluno foi proposto para o Quadro de Distinção e Louvor e um outro aluno foi eleito para o Quadro de Valor Desportivo, ambos no ano letivo transato. Sendo que no presente ano letivo tivemos um aluno eleito para o Quadro de Valor Desportivo.

Relativamente aos alunos apoiados pela Ação Social Escolar temos que a turma apresentava três alunos que usufruíam do escalão A, um aluno com escalão B e um aluno com escalão C.

A turma possuía três alunos que usufruíram de medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão. Sendo que um deles apresentava necessidades educativas especiais (NEE), apresentando um diagnóstico de Perturbações do Espectro do Autismo.

Este aluno com Perturbações do Espectro do Autismo apresentava dificuldades moderadas e graves das aprendizagens básicas. Apresentando grandes dificuldades na capacidade de concentrar a atenção, envolvendo, portanto, dificuldade em adquirir aprendizagens.

O aluno requer vigilância permanente por parte do professor ou um adulto, necessitando condução física parcial e bastantes orientações por parte de um adulto para realizar as atividades físicas e escolares. Nas nossas aulas de EF nunca esteve presente um professor de Educação Especial para ajudar a orientar o aluno durante as mesmas. De realçar que este aluno em atividades do seu agrado conseguia manter-se mais focado na tarefa.

Um fator que foi tido em conta e levou a uma especial atenção foi que por vezes quando este aluno era confrontado ou contrariado apresentava dificuldade em controlar o seu comportamento e frustração. Naturalmente, este aluno usufruiu de adaptações relativamente ao processo de avaliação que foram definidas no seu Programa Educativo Individual (PEI).

De realçar que no 3º período, após o período de confinamento, sentimos grandes diferenças a nível comportamental neste aluno pois este tornou-se mais agressivo para com os seus colegas sem razão aparente, apresentando bastantes dificuldades em controlar o seu comportamento, foi por isso necessário uma maior atenção e cuidado com este aluno durante o 3º período.

Os restantes dois alunos que usufruíram de medidas de suporte à aprendizagem, beneficiaram de acomodações curriculares. Um deles apresentava défice de atenção e da consciência fonológica e o outro aluno apresentava dislexia de grau moderado, necessitando de antecipação e reforço das aprendizagens. Portanto, em termos físicos estes alunos não necessitaram de qualquer adaptação no entanto, de forma a controlar as aprendizagens dos mesmos uma estratégia de ensino utilizada com mais frequência foi o questionamento direcionado para estes alunos após a instrução, de modo a ter a certeza que estes tinham compreendido o que era pretendido. Relativamente ao teste escrito este não necessitou de adaptações uma vez que foi sempre constituído por questões de escolha múltipla, verdadeiro/falso, representação esquemática e resposta curta.

De destacar que no dia 3 de outubro (ainda no 1º período) obtivemos a informação que foi detetada uma doença autoimune: trombocitopenia (diminuição do valor das plaquetas) numa aluna da nossa turma, o que a proibiu de realizar as aulas práticas de EF o resto do ano letivo, desta forma a aluna esteve o ano letivo todo com atestado médico.

De modo a promover a inclusão desta aluna nas aulas e esta ter a oportunidade de continuar a aprender tal como os seus colegas arranjámos algumas estratégias de ensino e algumas adaptações tais como: preparação de tarefas para a aluna realizar durante as aulas, nomeadamente tarefas que exigiam a concentração da aluna, de modo a promover a sua capacidade de realizar observações críticas, identificando os erros que os seus colegas realizavam, por exemplo, e desta forma ajudá-los dando-lhes feedbacks. Muitas vezes esta aluna também nos ajudou na organização do material e no controlo de algumas tarefas e estações durante as aulas (Anexo VII – Exemplo tarefa para aluna com atestado médico).

Outro fator muito importante para promover a aprendizagem desta aluna foi o posicionamento da mesma e nosso posicionamento em relação a ela, pois apesar de termos muitas vezes os 27 alunos em prática, esta aluna necessitava de ouvir sempre as instruções da professora. Este foi um aspeto que nem sempre foi fácil de cumprir pois nas trocas entre exercícios, algumas vezes não confirmávamos se esta aluna estava atenta às informações que estavam a ser debitadas.

Esta turma apresentava uma diversidade de personalidades e características individuais bastantes heterogéneas o que promoveu um grande desafio para a concretização dos objetivos propostos. De realçar que a turma esteve sempre muito dividida entre rapazes e raparigas, os rapazes gostavam mais de conviver entre eles e as raparigas igualmente entre si, sendo que o relacionamento entre algumas raparigas da turma nem sempre era agradável e muitas vezes chocavam entre si, promovendo por vezes um clima menos positivo durante as aulas.

Uma das estratégias utilizadas ao longo do ano letivo de modo a promover uma maior interação entre todos os alunos foi a alternância dos grupos de trabalho de forma a que todos os alunos convivessem entre si, aprendessem a lidar e a respeitarem-se uns aos outros.

Em suma temos que dos 28 alunos, 26 não tinham qualquer limitação física para as aulas de EF. Tivemos um aluno portador de autismo que em termos físicos e cognitivos era limitado e uma aluna que esteve com atestado médico o ano letivo praticamente todo.

Esta turma do 8ºG teve como a menção qualitativa no conselho de turma (CT) em termos de comportamento e de aproveitamento “suficiente” ao longo de todo o ano letivo.

Gostaríamos de destacar que no 3º período, ou seja, após o período de confinamento, alguns alunos não se conseguiram adaptar de novo à rotina diária. Tal como já referimos anteriormente o aluno portador de autismo tornou-se mais agressivo no seu comportamento para com os seus colegas e além deste, duas alunas entraram em depressão sendo que uma delas acabou por não voltar à escola no 3º período e a outra aluna apenas regressou na reta final do mesmo, mas não realizou as aulas de EF. Isto condicionou as aulas de EF no 3º período, por um lado o mau comportamento fez com que os restantes alunos tivessem medo desse aluno, ficando um clima menos positivo e a baixa das duas alunas (duas alunas exemplares e sempre muito motivadas a realizar as aulas de EF), também afetou negativamente o clima das aulas.

A situação pandémica fez com que a dinâmica das aulas de EF fosse alterada. O cumprimento das normas de segurança desvirtuou a realização de muitas atividades e exercícios a realizar nas aulas, principalmente atividades que envolviam contacto e ou proximidade entre alunos, desta forma não foi possível abordar os JDC de invasão, logo não foi possível realizar a AFI dos mesmos. As primeiras semanas serviram acima de tudo para incutir as novas regras de segurança nas aulas, para criar dinâmica e estabelecer rotinas nas aulas de EF tendo em conta a nova realidade. Apesar de ser tudo novo para os alunos, também foi uma novidade para nós enquanto professores estagiários e, portanto, esta primeira fase constituiu para a experimentação de diferentes dinâmicas de forma a aferir quais se adaptavam melhor tendo em conta as regras de segurança e as necessidades dos nossos alunos.

Para que fosse possível realizar a avaliação formativa inicial (AFI) de todas as modalidades numa fase inicial do ano letivo as rotações deveriam ter sido mais curtas e a turma devia rodar por todos os espaços nas primeiras semanas, no entanto tal acabou por

não acontecer devido à situação pandémica e ao sistema de rotação pelos espaços definido pela escola (3 semanas em cada espaço).

De seguida será apresentada uma tabela com os dados da turma tendo em conta a AFI realizada nas diferentes modalidades.

Tabela 1- Avaliação Formativa Inicial (níveis de desempenho)

		Pré Introdutório (PI)	Introdutório( I)	Elementar (E)	Avançado (A)
JDC	Andebol*				
	Basquetebol*				
	Voleibol	18	8		
	Futsal*				
Ginástica	Solo	12	14		
	Aparelhos**				
Atletismo	C. Resistência	7	6	7	5
	C. Velocidade	28			
	S. Comprimento	17	6	3	
	Estafetas	28			
Badminton		12	14		
Orientação***					

\* Não foi realizada a AFI dos JDC de invasão

\*\* Não foi possível realizar a AFI desta UD devido ao reduzido nº de aulas

\*\*\* Modalidade que foi introduzida no 3º Período

A aluna com atestado médico não realizou as avaliações formativas iniciais e para o aluno portador de autismo a avaliação foi realizada com outro tipo de critérios, portanto os critérios de avaliação definidos pela escola foram aplicados a 26 alunos da turma do 8ºG.

De um modo geral, no voleibol a turma apresentava bastantes dificuldades, muitos alunos com fraco domínio motor desta modalidade e alguns alunos que sabiam realizar o

básico para estar no nível introdutório. As principais dificuldades detetadas foram em realizar com correção os gestos técnicos do passe e manchete e conseqüentemente em colocar a bola numa trajetória ascendente-descendente para passar ao seu colega e este dar seguimento à jogada, outro ponto importante que os alunos apresentaram dificuldade foi na intencionalidade de ponto.

Relativamente à ginástica a turma era bastante heterogénea, tínhamos alguns alunos que praticavam ginástica de forma federada, mas apesar disso na AFI encontravam-se no nível I, pois alguns elementos não eram dominados completamente por estes. Uma parte da turma apresentava muitas dificuldades nos rolamentos e no apoio facial invertido.

Em relação à corrida de velocidade, nos indicadores da escola não eram definidos tempos para cada nível de desempenho. Foi notório a dificuldade apresentada pelos alunos em dominar os conteúdos básicos para realizar corretamente a corrida de velocidade.

A corrida de estafetas foi apenas introduzida no 3º período, devido ao facto de neste período já ter sido possível realizar a transmissão do testemunho, que anteriormente foi impossível devido ao cumprimento das normas de segurança. Numa fase inicial, os alunos revelaram grandes dificuldade em cumprir com conteúdos da técnica de transmissão.

O badminton foi uma modalidade que grande parte dos alunos demonstrava gostar de praticar, apesar de alguns alunos apresentarem bastantes dificuldades na mesma. Foi notório que muitos alunos não agarravam corretamente a raquete e não tinham noção do tamanho do braço e da raquete tendo inicialmente pouco sucesso em acertar no volante.

A intencionalidade de ponto foi um aspeto que os alunos demonstravam ter bastante dificuldade, assim como deslocar o seu corpo de acordo com a trajetória do volante.

A Orientação foi lecionada pela primeira vez à turma no 3º período, esta consituiu uma modalidade que grande parte dos alunos da turma nunca tinha experimentado anteriormente.

Aula após aula fomos conhecendo melhor a turma e cada um dos nossos alunos, este conhecimento foi muito importante para utilizar estratégias de ensino mais adequadas a cada aluno e desta forma promover todo o processo de Ensino-Aprendizagem (E-A).

## Capítulo II: Análise Reflexiva sobre a prática pedagógica

Este capítulo espelha toda a nossa prática pedagógica desenvolvida ao longo do EP, através de uma análise reflexiva acerca da mesma.

### Área 1 – Atividades de Ensino Aprendizagem

O processo de ensino é um sistema, um fenómeno unitário. Todos os aspetos e momentos deste processo estão em inter-relação e influenciam-se reciprocamente (Bento, 1998) por isso devemos olhar para o processo de ensino como um todo.

O EP está cimentado sobre 4 grandes áreas: área 1 processo Ensino-Aprendizagem, área 2 organização e administração escolar, área 3 projetos e parcerias educativas e área 4 atitude ético-profissional. Pretendemos, portanto, expor as nossas reflexões sobre cada uma destas áreas.

De realçar que devido à situação pandémica este ano letivo tornou-se um ano atípico na medida em que as aulas de EF foram muito condicionadas, queremos também partilhar aquelas que foram as nossas dificuldades e estratégias para contornar a situação pandémica nas aulas de EF, para isso teremos mais à frente um subcapítulo sobre o tema Ensino à Distância.

Na área 1 temos então as atividades de Ensino Aprendizagem e estas subdividem-se em três áreas: planeamento, realização e avaliação. Ambas estão interligadas e estruturam toda a prática pedagógica.

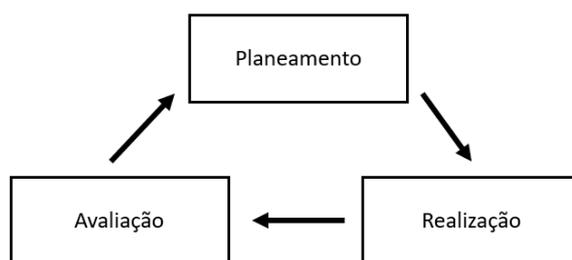


Figura 1- Atividades de Ensino Aprendizagem

Relativamente à área 2, as atividades de organização e gestão escolar englobam as atividades realizadas no acompanhamento de um cargo de gestão intermédia, este que foi escolhido por nós no início do ano letivo.

A área 3, de projetos e parcerias educativas diz respeito às atividades desenvolvidas por nós núcleo de estágio ao longo do ano letivo.

A área 4, atitude ético-profissional refere-se à nossa atitude enquanto estagiários ao longo do ano letivo, no sentido de demonstrar o nosso compromisso, responsabilidade e disponibilidade para com as aprendizagens dos alunos e para com as nossas próprias aprendizagens.

## **2.1 Planeamento**

O planeamento encontra-se na área 1, ou seja, atividades de E-A. O planeamento é sempre realizado antes da prática pedagógica para que esta seja ajustada, haja uma reflexão antes da sua aplicação e para que desta forma seja promovido o sucesso na sua aplicação.

A planificação é o elo de ligação entre as pretensões, iminentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, e a sua realização prática (Bento, 1998).

O planeamento funciona como uma linha orientadora e condutora da ação. Este não deve ser individual para cada aula, ou seja, de uma forma isolada, mas sim olhar e estruturar o processo de E-A como um todo, para que haja uma sequência lógica de conteúdos a abordar, para que estes sejam adequados aos nossos alunos e que desta forma seja possível atingir os objetivos a que nos propomos.

Segundo Piéron (1996), podemos separar a ação pedagógica em duas fases, a primeira, designada de fase pré-interativa, refere-se a decisões a tomar antes da ação, enquanto a segunda, fase interativa diz respeito às intervenções do professor, no decorrer da ação. Além destas duas fases temos também a fase pós-interativa que diz respeito à reflexão após a prática pedagógica.

Seguindo a linha de raciocínio deste autor as decisões de planeamento inserem-se nas decisões pré-interativas do professor, ou seja, nas decisões que este tem que tomar antes da sua intervenção pedagógica

No entanto, segundo Anacleto (2008), as decisões de planeamento não se limitam às decisões prévias à ação docente, pois apesar de caráter um pouco diferente as decisões

pós-interativas devem ser igualmente consideradas, como parte integrante do processo de planeamento, assumindo-se os momentos de reflexão após a aula como elemento essencial para o planeamento. Acrescenta Januário (1996), que estas aprendizagens após o momento de contato se caracterizam, pela sua utilidade nos períodos imediatamente a seguir à aula para a reflexão, mas também para a utilização de informação para um pré planeamento da aula seguinte.

As decisões interativas são referidas por Piéron (1996), como os pensamentos e tomadas de decisão durante a intervenção direta do professor, na aula. Januário (1996), acrescenta serem os processos psíquicos informativos, alternativos ou deliberativos, a que o professor recorre durante a aula.

É fundamental que o planeamento seja flexível e ajustável mediante as circunstâncias da realidade e imprevistos que possam acontecer. Um fator muito importante para que o planeamento seja eficaz é conhecer o contexto em que estamos inseridos e a partir daí enquadrar e adequar todo o processo fazendo com que este seja eficaz nesse meio.

Consideramos que a capacidade de um professor saber de justificar as suas tomadas de decisão é fundamental, pois esta está muito relacionada com o planeamento e com o alcance de determinados objetivos de uma forma mais eficaz.

Dentro do planeamento temos o plano anual que diz respeito a um planeamento a longo prazo, as unidades didática que constituem um planeamento a médio prazo, as unidades de ensino que correspondem ao nível meso do planeamento e por fim os planos de aula que dizem respeito ao planeamento a curto prazo.

De realçar que perante o modelo de ensino por etapas sentimos a necessidade de criar as unidades de ensino, estas que não eram de caráter obrigatório nem estavam presentes no guia de estágio.

O foco do planeamento foi sempre um processo de ensino eficaz para os nossos alunos, tendo em conta as suas individualidades e especificidades.

### **2.1.1 Plano anual**

O plano anual foi umas das primeiras tarefas que realizamos neste EP, visando a preparação do ensino com vista ao sucesso educativo dos alunos, revelando-se uma ferramenta essencial na organização e orientação de todo o ensino. Pretendíamos que este fosse exequível e rigoroso em termos didáticos, que fosse preciso quanto ao essencial e que assumisse um compromisso de acordo com as características e necessidades da turma.

Foi por isso, um instrumento fundamental que direcionou a primeira fase do planeamento, constituindo uma unidade global e integrante de todo o processo de ensino-aprendizagem. A sua conceção é indispensável, pois torna-se a grande ferramenta de trabalho e de orientação do estagiário. Segundo Bento (1987) a “elaboração do plano anual de ensino corresponde a uma necessidade objetiva”, fazendo com que incorpore as ponderadas estratégias e ações a ter em conta, com vista ao alcance da eficácia.

De forma a realizar um enquadramento do nosso plano anual, iremos de seguida mencionar os 9 tópicos em que este foi estruturado: 1º Análise e caracterização do meio e da escola, 2º Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, 3º Aprofundamento da matéria de ensino da Educação Física, 4º Organização da disciplina de Educação Física na EB 2,3 Martim de Freitas, 5º Análise e caracterização da turma, 6º Decisões conceptuais e metodológicas do grupo disciplinar, 7º Decisões conceptuais do núcleo de estágio, 8º Decisões conceptuais e metodológicas para a turma do 8ºG e 9º Avaliação.

Através da realização do plano anual foi possível conhecermos melhor a realidade em que estamos inseridos através da análise e caracterização do meio e da escola, sendo que também foi realizado um aprofundamento da matéria de ensino da Educação Física, através de uma análise do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), do documento Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e das Metas de Aprendizagem Essenciais definidas para o 8º ano de escolaridade. De realçar que os documentos mencionados anteriormente acompanharam-nos ao longo de todo o ano letivo e constituíram um guia orientador de todo o processo E-A.

É fundamental conhecermos e guiarmo-nos por estes documentos, sendo que o PNEF é um documento basilar de orientação da EF a nível nacional, as Metas de Aprendizagem Essenciais têm especificidades para o 8º ano em EF, já o Perfil dos Alunos

à Saída da Escolaridade Obrigatória constitui uma matriz comum para todas as escolas, tendo em conta o planeamento, currículo e avaliação. Sendo que este documento está estruturado sob princípios, visão, valores e áreas de competência, indicando o que é pretendido que os alunos alcancem no fim da escolaridade obrigatória.

No PNEF estão definidas as finalidades, os objetivos de ciclo/área de Educação Física, as orientações metodológicas e os objetivos de ano/matérias. O professor deve utilizar este documento como um guia, adequando e orientando a prática pedagógica com base no mesmo e em coordenação com as orientações definidas pelo grupo disciplinar, para que o processo de ensino-aprendizagem seja adequado, diferenciado e acima de tudo eficaz.

Outro ponto que foi focado no plano anual foi a organização da disciplina de EF na Escola Básica 2,3 Martim de Freitas, neste âmbito procuramos perceber como era a dinâmica e organização do grupo disciplinar de EF, os recursos espaciais, materiais temporais e humanos que tínhamos disponível

As primeiras reuniões em que estivemos presentes serviram acima de tudo para perceber a dinâmica, estratégias, metodologias e organização do grupo disciplinar. Para que desta forma fosse possível também nos enquadrarmos e funcionarmos em equipa e em sintonia com o grupo disciplinar, respeitando os seus princípios.

De forma a organizar as matérias para cada ano de escolaridade, foram definidas as matérias nucleares a abordar, as matérias alternativas e também as matérias em que era necessário realizar uma revisão/consolidação sem que fosse necessário realizar avaliação, devido à situação pandémica no ano letivo anterior.

Em conformidade com o que foi referido anteriormente, tendo em conta as características dos espaços, foram definidas as matérias prioritárias a lecionar em cada espaço de modo a promover uma melhor organização e gestão dos recursos materiais existentes. Desta forma, os professores já sabiam que material poderiam utilizar, sendo que sempre que necessário de modo a responder às necessidades individuais da turma, o professor podia combinar com outro professor e lecionar outra matéria que não fosse prioritária nesse espaço.

De realçar que realizámos uma análise SWOT da disciplina de EF na Escola EB 2,3 MF (Anexo VIII- Análise SWOT da Disciplina de EF na Escola EB 2/3 MF) e identificámos como pontos negativos a existência de poucos recursos materiais e o mau estado em que estes se encontram. Este fator aliado ao facto de muitas vezes vários professores darem aulas em simultâneo e terem de dividir o material entre si, promove a lecionação das aulas multimatérias, no entanto por outro lado também acaba por condicionar outras opções metodológicas.

Relativamente aos recursos temporais, a turma do 8ºG, teve 2 momentos de EF durante a semana: segunda-feira aula de 100 minutos, portanto das 11h15 às 13h e à quarta-feira aula de 50 minutos, das 8h20 às 9h10.

No 1º período foram lecionadas 33 aulas presenciais, no 2º período foram lecionadas no total 30 aulas sendo que 9 em ensino presencial e as restantes através do E@D, no 3º período foram lecionadas 36 aulas presenciais. A calendarização escolar prevista no início do ano letivo sofreu alterações devido à situação pandémica e, conseqüentemente, foram realizados alguns ajustes no plano anual.

Relativamente à organização dos conteúdos a abordar, o GEF teve em conta a situação pandémica vivida no ano letivo anterior e a realidade vivida no presente ano letivo. Devido à situação pandémica vivida no 2º e 3º períodos do ano letivo anterior não foi possível dar continuidade ao trabalho que estava a ser desenvolvido e até mesmo abordar algumas matérias, portanto neste ano o GEF propôs a abordagem a algumas matérias como forma de revisão e consolidação sem que fosse necessário realizar avaliação. Em relação ao presente ano letivo houve algumas modalidades que não foi possível abordar devido ao elevado risco de contágio que estas envolviam devido à proximidade entre alunos (exemplo: Ginástica Acrobática).

Os conteúdos a abordar por ano letivo ficaram então definidos em grupo disciplinar, de realçar que a vermelho estão assinaladas as matérias que são de revisão/consolidação (Anexo V- Matérias a trabalhar por Ano de Escolaridade).

Na nossa análise SWOT da disciplina de EF destacámos como aspeto positivo a pertinência e a qualidade dos critérios de avaliação definidos pela escola. Estes critérios têm de ser utilizados por todos os professores e, portanto, funcionam como um guia

orientador da avaliação fazendo com que esta seja mais objetiva e justa para os nossos alunos.

Uma das tarefas realizadas nas reuniões do grupo disciplinar foi a definição do plano anual de atividades (PAA), ou seja, a calendarização de atividades ligadas à EF para os alunos da EB 2,3 MF. Este plano foi sendo atualizado e teve um caráter flexível ao longo do ano letivo tendo em conta as necessidades dos alunos e a inconstante situação pandémica (instabilidade e indefinição de restrições da DGS): no 1º período, no dia 3 de Dezembro, a comemoração do dia internacional da pessoa com deficiência; no 2º período, devido à realidade do ensino à distância, todos os eventos previstos foram cancelados; no 3º período, nos dias 12 e 19 de maio, o Mega Sprinter e no dia 17 de Junho, o Torneio de Badminton.

Tentámos envolver ao máximo a turma do 8ºG nas atividades dinamizadas pelo GEF. Tivemos por isso 4 alunos a participar no torneio de badminton e 5 alunos no Mega Sprinter.

Relativamente às decisões conceptuais e metodológicas, o núcleo de estágio seguiu grande parte das estratégias definidas pelo grupo disciplinar, no entanto algumas situações exigiram um reflexo mais profunda por parte do núcleo de estágio levando a optar por algumas estratégias específicas, nomeadamente:

- A avaliação dos testes do FITescola numa fase mais avançada no primeiro período, isto porque não nos pareceu fazer sentido a realização de testes tão exigentes fisicamente como o teste do vaivém (cujo objetivo é que os alunos atinjam o seu VO2 máximo) numa fase tão precoce do período, ainda para mais, quando grande parte dos alunos estava sem praticar desporto desde março (devido ao confinamento). Outro fator que contou para a nossa tomada de decisão foi o facto dos resultados obtidos nos testes contar para a nota da componente da aptidão física, achámos que não seria legítimo avaliar um conteúdo que ainda não tínhamos trabalhado com os alunos;

- A não realização da avaliação inicial dos JDC devido à necessidade de manter o distanciamento de segurança de 3 metros imposto pela DGS nas aulas EF. Devido a este facto não foi possível abordar de uma forma normal os JDC, portanto a estratégia utilizada para abordar alguns conteúdos dos JDC foi ensinar os alunos a jogar por zonas. Houve

ainda a necessidade de recorrer a circuitos técnicos e realizar várias avaliações formativas durante as aulas, uma vez que alguns dos indicadores não eram observáveis na situação de jogo condicionado por zonas;

- O encaminhamento dos alunos com mais dificuldades para o DE, um dos aspetos que tem sido determinante na nossa formação e que tem contribuído determinantemente para a nossa evolução enquanto futuras docentes de EF tem sido as muitas discussões que o NE tem tido ao longo do ano letivo. Numa destas reuniões fomos confrontadas com a pertinência (ou falta dela) da habitual visão que os professores têm do desporto escolar, em que na grande maioria dos casos o DE acaba por ser um espaço para o qual os professores tentam encaminhar apenas os melhores alunos.

Se analisarmos atentamente a visão do DE: “Todos os alunos do sistema educativo praticam regularmente atividades físicas e desportivas.”, percebemos que esta abordagem não é a mais correta. O DE tem como missão estimular a prática da atividade física e da formação desportiva como meio de promoção do sucesso dos alunos, de estilos de vida saudáveis, de valores e princípios associados a uma cidadania ativa. A atividade desportiva desenvolvida ao nível do DE coloca em jogo potencialidades físicas e psicológicas, que contribuem para o desenvolvimento global dos jovens, sendo um espaço privilegiado para fomentar hábitos saudáveis, competências sociais e valores morais, de entre os quais se destacam: responsabilidade, espírito de equipa, disciplina, tolerância, perseverança, humanismo, verdade, respeito, solidariedade, dedicação e coragem. Posto isto, parece-nos que faz sentido que o desporto escolar seja um espaço para todos os alunos. A verdade é que os alunos que gostam de desporto tendem a inscrever-se de forma autónoma no desporto escolar e os alunos com mais dificuldades tendem a não procurar ajuda para as superar.

Depois de discutidos todos estes factos, o nosso NE acredita que os professores de EF devem tentar chegar a todos os alunos, tentando encaminhar os alunos com algum potencial para o desporto federado (não descartando a hipótese de estes alunos participarem no DE), mas devem ter a grande preocupação de encaminhar alunos com mais dificuldades para o DE, tentando por um lado, fazer com que esses alunos resolvam algumas das suas dificuldades, por outro, desenvolvendo nesses alunos o gosto pela prática de exercício físico.

Por fim foram tomadas decisões metodológicas e conceptuais específicas para a turma do 8ºG, tendo em conta as suas características, no sentido de promover um processo de E-A mais eficaz. Para isso foi necessário refletirmos acerca da distribuição das matérias ao longo do ano letivo, a seleção de objetivos específicos para a turma, as estratégias de intervenção pedagógica a adotar, etc.

Para a distribuição das matérias ao longo do ano letivo e seleção dos conteúdos a abordar foi tido em conta as matérias prioritárias por espaço, a situação pandémica, os conteúdos que foram definidos abordar pelo grupo disciplinar tendo em conta o ano de escolaridade e fundamentalmente as necessidades específicas da turma do 8ºG, ou seja, as matérias em que a turma apresentava mais dificuldades (exemplo: basquetebol).

Foram lecionadas as seguintes matérias com a turma do 8ºG:

- JDC (futsal, basquetebol, andebol, voleibol);
- Ginástica (ginástica de solo, ginástica de aparelhos (plinto e minitrampolim));
- Raquetes (badminton);
- Atletismo (corrida de velocidade, corrida de resistência (milha), salto em comprimento, corrida de estafetas);
- Orientação.

Das matérias definidas pelo GEF, para o 8ºano de escolaridade, apenas não introduzimos, o ténis, uma vez que no 8ºano de escolaridade é uma matéria de iniciação, sem avaliação e, portanto, optamos por dar prioridade a outras matérias que os alunos apresentavam dificuldades, fundamentais para o seu desenvolvimento e importantes no momento avaliativo.

Tal como já referimos anteriormente, o plano anual teve um caráter flexível, sempre que necessário fomos atualizando o mesmo. De destacar que o facto de não realizarmos a AFI dos JDC e de todas as matérias no início do ano letivo, devido à impossibilidade de rodar por todos os espaços, condicionou bastante o nosso planeamento tornando-o menos real a longo prazo (Anexo IX - 1º Versão da Calendarização Anual).

À medida que fomos conhecendo melhor a turma e realizando as avaliações formativas iniciais fomos ajustando o planeamento tornando-o mais concreto tendo em conta as necessidades da turma (Anexo X – Versão final da Calendarização Anual).

Aplicar o modelo de ensino por etapas é sem dúvida um grande desafio. Nós sentimos bastantes dificuldades inicialmente na aplicação do mesmo tanto em contexto real como no planeamento. Temos a convicção que apesar das dificuldades e do muito trabalho inerentes à aplicação deste modelo de ensino este é o modelo de ensino que melhor se adequa aos alunos, tendo em conta o seu desenvolvimento.

Barreiros (2016) refere que a prática em que as condições de realização das tarefas se mantêm muito constantes tem menos vantagens para a aprendizagem do que a prática que é introduzida alguma variabilidade.

Devemos, portanto, proporcionar aos nossos alunos o máximo de estímulos diferentes ao longo das aulas e tentar repeti-los ao longo do ano letivo de forma a promover retenção e transfer.

De realçar que o modelo de ensino por etapas e multimatérias apesar de dificultar o planeamento das aulas e dos conteúdos a abordar, também tem um carácter bastante flexível na lecionação dos conteúdos. Pois se porventura numa aula quisermos abordar determinado conteúdo que não é prioritário ou que não estava planeado, facilmente criamos uma estação na aula sem que seja necessário muito material para lecionar esse conteúdo, neste sentido sentimos uma maior liberdade na escolha dos exercícios e conteúdos a abordar tendo em conta o que a turma realmente necessitava.

De destacar que este tipo de abordagem permite que os alunos alternem entre a exercitação de modalidades nas quais o seu nível de desempenho é inferior e modalidades que dominam e conseqüentemente sentem-se mais motivados.

A conceção do plano anual teve um carácter importante como guia orientador da nossa ação, fazendo com que esta fosse ajustada à realidade em que estamos inseridos. A situação pandémica e o facto de este ter sido elaborado numa fase precoce fez com que ao longo do ano fôssemos ajustando e atualizando várias vezes o nosso planeamento.

### **2.1.2 Unidades Didáticas**

As UD's corresponderam a um planeamento a médio prazo, dando seguimento ao trabalho desenvolvido na concretização do plano anual, mas numa perspetiva mais detalhada e orientada tendo em conta determinada matéria em específico.

Para a realização das UD foi essencial recorrermos ao PNEF e ao perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, pois estes documentos em consonância com o currículo e programa da disciplina e os critérios de avaliação definidos pela escola constituíram uma linha orientadora para que o nosso planeamento fosse ao encontro do que é recomendado a nível nacional e coerente com objetivos a nível escolar, tendo sempre como fim um processo de E-A mais eficaz.

As UD foram sujeitas a ajustes ao longo de todo o processo pois o que prevemos muitas vezes não corresponde ao que na realidade acabou por acontecer. O modelo de ensino por etapas também acaba por dificultar o planeamento específico para cada modalidade, pois o facto de durante a aula abordarmos várias modalidades em simultâneo implica que apesar de no planeamento em determinadas aulas abordamos determinada modalidade significa que o tempo de prática dos alunos nessa modalidade em específico não são 50 minutos ou 100 minutos, mas sim menos tempo. Portanto sentimos necessidade de ao longo das aulas fazer os ajustes necessários ao que tínhamos planeamento de forma a colmatar as necessidades da turma.

A estrutura das UD's teve como base abordar a matéria de uma forma mais geral e ir especificando a forma como iria ser abordada no nosso contexto específico tendo em conta o meio em que estamos inseridos.

Assim, como primeiros pontos abordámos o valor formativo da modalidade, a história e foi feita uma caracterização da mesma. Consideramos que estes 3 pontos foram importantes para promover a nossa cultura desportiva, aprofundando assim o nosso conhecimento sobre cada modalidade. Nestes 3 pontos destacamos que a elaboração do valor formativo nos trouxe como aspeto muito positivo em situação prática conseguirmos sensibilizar os nossos alunos que quando exercitamos cada matéria há sempre algo que podemos retirar e levar connosco para a nossa vida quotidiana (exemplo: a cooperação, superação, capacidade de resolução de problema, etc).

De seguida analisámos o regulamento de cada modalidade, este foi um aspeto importante não só para promover um conhecimento mais aprofundado das regras, mas também para nos atualizarmos acerca das mesmas.

Posto isto, realizámos a análise do envolvimento, em que explorámos os recursos humanos, espaciais, temporais e matérias existentes para a lecionação da matéria em causa. análise

Realizámos a análise do perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória, objetivos previstos no PNEF, os objetivos propostos pelo grupo disciplinar tendo em conta o ano de escolaridade e os instrumentos de avaliação.

Sendo cada vez mais específico foi feita análise da AFI e a partir daí foram formulados/selecionados objetivos para a turma, desta feita foi elaborada a extensão e sequenciação de conteúdos e estratégias de ensino a realizar de forma a atingir os objetivos estipulados.

As UD's foram sendo completadas à medida que eram realizadas avaliações formativas e sumativas.

De realçar que foi realizada para cada UD uma proposta de melhoria do instrumento de avaliação da escola, este ponto fez com que nós refletíssemos acerca das nossas dificuldades em colocar em prática os instrumentos utilizados e sermos mais críticos sobre os mesmos, fazendo com que procurássemos soluções de modo a facilitar a aplicação dos mesmos e estes serem mais ajustados à realidade escolar sem nunca descorar dos objetivos previstos no PNEF.

A elaboração das UD's trouxe-nos um maior à vontade e conforto na lecionação das várias modalidades, pois tornámo-nos mais cultos acerca de cada matéria e foi fundamental para no contexto prático reproduzir *feedbacks* com mais qualidade aos nossos alunos. Sentimos que conhecendo melhor a modalidade conseguimos mais facilmente identificar o erro e o porquê dos alunos os estarem a cometer. A partir daí conseguimos dar *feedbacks* com mais qualidade, de forma a corrigir o erro e soluções para ultrapassar o mesmo.

Na reflexão final das UD's conseguimos identificar se obtivemos sucesso na leção dos conteúdos, identificando se os alunos conseguiram atingir os objetivos que tínhamos delineado e se existiu um aumento do seu nível de desempenho.

### **2.1.3 Unidades de Ensino**

As UE constituíram um planeamento a médio prazo, a elaboração das mesmas foi fundamental para uma melhor organização das matérias a abordar e objetivos a atingir com a turma num espaço de tempo mais curto (2 a 4 semanas).

Consideramos as UE como um conjunto de aulas consecutivas que contêm estrutura semelhante e têm em comum a atingir determinado objetivo.

Sentimos necessidade de realizar este planeamento de maneira a detalhar e planear de forma mais específica um conjunto específico de aulas, tendo sempre como guia orientador o plano anual e as UD de cada matéria.

A duração de cada UE foi determinada tendo em conta as necessidades dos alunos, a rotação dos espaços e também as características dos mesmos (1º e 2º período duração de 3 semanas e no 3º período apenas 2 semanas). Normalmente foi realizada uma UE para cada rotação, no entanto também aconteceu realizar uma UE para duas rotações pois os espaços em que as aulas de EF se iriam realizar sucessivamente tinham características semelhantes e os objetivos a atingir também seriam comuns (foi realizada uma UE para os espaços 4 e 5).

As UE continham a seguinte estrutura: caracterização dos recursos tanto espaciais, temporais como humanos; AFI (caso já tivesse sido realizada); justificação das matérias a abordar (tendo em conta os objetivos a atingir, necessidades da turma, matérias que os alunos apresentavam mais dificuldades); grupos de trabalho elaborados (homogéneos ou heterogéneos tendo em conta a avaliação, objetivos a atingir e relação entre alunos); extensão e sequenciação dos conteúdos (pormenorização dos conteúdos a abordar com a turma em cada aula); estratégias a aplicar (tendo em conta as características da turma, do espaço, elaboração de exercícios tendo em conta várias variantes de diferentes níveis de desempenho); momentos de avaliação (realização da avaliação formativa e sumativa); referências bibliográficas.

Consideramos que esta foi a estrutura e base que melhor se adequou para realizarmos este tipo de planejamento de uma forma específica e ajustada à realidade. De realçar que em cada UE tivemos o cuidado de verificar caso estivéssemos num espaço exterior e as condições meteorológicas se tornassem adversas qual seria a melhor alternativa em termos de espaço e objetivo a atingir. Tivemos a preocupação de no início da cada semana e no dia anterior à leção das aulas verificar a meteorologia e caso o tempo estivesse incerto e não tivéssemos espaço de EF disponíveis preparávamos a aula de forma teórica via PowerPoint para lecionar na sala de aula da turma.

Este planejamento além de funcionar como linha orientadora e ter promovido a coerência com o plano anual e com as UD's foi uma excelente ajuda para a elaboração dos planos de aula.

#### **2.1.4 Plano de aula**

O plano de aula corresponde ao planejamento a curto prazo e culmina diretamente nas ações que o professor irá ter na aula. Segundo Bossle (2002) o plano de aula é a unidade básica de planejamento e uma forma detalhada e pormenorizada do planejamento de ensino adaptado e aplicado à sala de aula.

Não devemos olhar para o plano de aula como uma unidade isolada, este deve estar em concordância com os parâmetros a desenvolver e objetivos a atingir respeitando um seguimento lógico e exequível para que haja um *transfer* de aula para aula.

A elaboração dos planos de aula constituiu uma ferramenta importante para organizarmos a nossa aula, sendo que com a abordagem do ensino através do modelo multimatérias torna-se ainda mais crítico realizarmos antecipadamente este plano.

Acreditamos que a qualidade do planejamento influencia diretamente a qualidade de ensino. Através da realização do plano de aula conseguimos antecipar muitas vezes aquelas que irão ser as nossas dificuldades e desta forma estarmos mais bem preparados para as ultrapassar.

As tarefas propostas para os alunos têm de ter em conta as suas necessidades, capacidades e interesses (Piéron, 1999). Defendemos por isso que a escolha das tarefas

seja fundamental para promover um processo de E-A eficaz, mantendo os nossos alunos motivados.

Relativamente à organização do plano de aula (Anexo XI– Modelo Plano de Aula) este começava com um cabeçalho, no qual constavam: o nome do professor estagiário, o ano de escolaridade e a turma, a data, a hora, o período letivo, o local e o espaço da aula, o número de aula, o número de aula das UD's trabalhadas, a duração da aula, o número de alunos previstos e dispensados, a função didática, os recursos materiais, os auxiliares de ensino (nas aulas em que foram utilizados) e os objetivos específicos da aula.

Na elaboração dos nossos planos de aula tentamos sempre que estes fossem bastantes objetivos e claros tendo em conta o que pretendíamos trabalhar nas aulas, de forma a qualquer professor fosse capaz de aplicar o mesmo. Para isso definimos 7 categorias:

- Tempo da tarefa: esta foi subdividida entre o tempo total (hora de início e término da tarefa) e parcial (tempo de duração da tarefa);

- Objetivos específicos: nesta categoria eram colocados os conteúdos a serem trabalhos, em cada exercício tendo em conta os objetivos definidos no plano anual, unidades didáticas e unidades de ensino;

- Descrição da tarefa/organização: aqui constava uma descrição mais detalhada das tarefas a realizar, nomeadamente: um esquema/ desenho da tarefa; os grupos de trabalho e o seu capitão (nas aulas em que esta estratégia foi utilizada); os auxiliares de ensino a utilizar; os aspetos organizativos da aula, tais como o posicionamento e o número de alunos em cada tarefa; condicionantes/variantes dos exercícios; algumas informações importantes a transmitir aos alunos relacionadas, por exemplo, com o seu empenho em aulas anteriores e com dados avaliativos; as transições, foi um aspeto muito importante planear bem para conseguirmos realizar transições faseadas de uma forma eficaz, etc.;

- Componentes críticas: Na elaboração desta categoria foram selecionadas as componentes críticas e os aspetos mais importantes dos gestos técnicos a trabalhar em cada exercício da aula. De realçar que na parte final do plano de aula realizamos uma lista com todas as componentes críticas dos gestos que eram abordados na aula.

- Critérios de êxito: neste âmbito colocamos informações e indicadores essenciais para os alunos obterem sucesso em cada tarefa e assim atingirem o objetivo proposto,

- Estilos/ Modelos de ensino: temos vários estilos de ensino e para cada aula podemos variar o estilo de ensino de tarefa para tarefa de acordo com as características das mesmas e da forma como pretendemos ensinar os nossos alunos.

- Áreas de competência do perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória: esta categoria para nós olharmos para os alunos como um todo e refletir acerca das áreas que íamos dar mais ênfase em cada exercício proposto, sentimos que foi importante refletirmos e analisarmos sobre a pertinência das tarefas para a evolução dos alunos.

Na parte final do nosso plano de aula constavam todas as componentes críticas dos gestos que iam ser abordados na aula, foi realizada a fundamentação/justificação das opções tomadas e por fim as referências bibliográficas utilizadas. Estas referências foram utilizadas para justificar as nossas opções tomadas na realização do plano de aula.

De destacar que a realização da fundamentação fez com que nós refletíssemos e justificássemos o porquê de realizar os exercícios propostos, acreditamos que a capacidade de sabermos justificar as decisões tomadas nos torna mais críticos e confiantes na lecionação dos conteúdos, esta fundamentação é tanto melhor quanto mais conhecimento tivermos acerca dos conteúdos a abordar e da experiência da aplicação dos mesmos.

As aulas foram divididas em 3 momentos:

- Parte inicial da aula: aproveitávamos este momento para rever os conteúdos das aulas anteriores e para apresentar aos alunos a estrutura e os objetivos da aula de uma forma bastante sucinta.

Este momento serviu para realizarmos uma ativação geral ou específica (dependendo dos objetivos da aula), aumentando assim a temperatura corporal e a prontidão dos nossos alunos para a parte fundamental da aula.

- Parte fundamental da aula: nesta fase da aula foram planeadas tarefas de modo a atingir os objetivos definidos no plano de aula tendo em conta o planeamento elaborado a longo e a médio prazo.

- Parte final da aula: constituiu o retorno à calma, arrumação do material, os alunos voltaram às posições iniciais, neste momento da aula foi feita uma reflexão da aula com através de um apanho e revisão dos conteúdos da aula sendo que recorremos várias vezes ao questionamento, serviu para retirarmos dúvidas e para muitas vezes fazermos a ligação com a próxima aula através de uma pequena introdução à mesma.

Tal como já referimos anteriormente privilegiámos aulas multimatérias, para isso recorremos quase sempre à realização de várias estações com tarefas distintas, organizando os alunos em grupos pelas estações.

A realização de várias tarefas em simultâneo acarretou um maior número de transições durante a aula e este foi um aspeto que sentimos bastantes dificuldades, pois muitas vezes não foram fluídas demorando mais do que o previsto. Consequentemente na gestão do tempo aula nem sempre conseguimos cumprir o que tínhamos planeado.

Após todas as aulas existiram momentos de reflexão crítica acerca da aula com os elementos do NE, sentimos que estes momentos foram de extrema importância para a nossa evolução uma vez que cada elemento partilhou a sua reflexão, os seus conhecimentos e estratégias de melhoria. Desta forma consideramos que estes momentos foram muito importantes para melhorarmos a nossa capacidade de reflexão e a nossa intervenção pedagógica.

Depois de todas as aulas foi elaborado um relatório da aula (Anexo XII - Modelo de Reflexão Crítica/ Relatório de Aula) este que teve como base a nossa reflexão acerca da aula e também o momento reflexivo tido com o NE. Desta forma refletimos acerca de cada dimensão pedagógica, os aspetos positivos e as oportunidades de melhoria. De realçar que utilizámos com estratégia a leitura do relatório da aula anterior para na aula seguinte não cometermos os mesmos erros e melhorarmos assim a nossa intervenção.

## **2.2 Realização**

Após abordarmos o momento pré-interativo (planeamento) passamos ao momento interativo, ou seja, ao momento da nossa intervenção pedagógica.

Não adianta planearmos muito bem o que queremos ensinar, ou sabermos todos os conteúdos de um ponto de vista teórico se depois não conseguimos aplicar isso em

contexto prático. Consideramos que a intervenção pedagógica é um dos fatores mais importantes para que o ensino seja eficaz.

Segundo Siedentop (1983), a ação pedagógica do professor, na perspectiva da realização, estrutura-se em quatro dimensões – instrução, gestão, clima e disciplina. É, portanto, sobre estas que nos vamos debruçar seguidamente.

### **2.2.1 Instrução**

A instrução é uma dimensão essencial para obtermos sucesso na nossa intervenção pedagógica e assim proporcionar aprendizagens significativas aos nossos alunos. Esta dimensão influencia diretamente a gestão e a organização da aula.

A instrução refere-se a comportamentos de ensino que fazem parte do repertório do professor para transmitir informação diretamente relacionada com os objetivos e conteúdos do ensino (Siedentop, 2008).

O professor deve ser eficaz na forma como comunica com os alunos, a instrução deve clara, curta e objetiva o suficiente para os alunos interpretarem facilmente o que é pretendido.

O processo de comunicação envolve a transferência e compreensão de significados entre pessoas, apresentando diversas funções: instrução (para facilitar a aprendizagem), controlo (do comportamento dos alunos), motivação (apresentação de objetivos), e expressão emocional (expressão de satisfação) (Graça, 2001).

A comunicação entre o professor e o aluno pode assumir uma vertente verbal ou não verbal, sendo que o professor poderá comunicar proferindo um feedback, realizando uma preleção, uma demonstração (Siedentop, 1983) ou através do questionamento.

A preleção pode ser caracterizada consoante o momento em que esta ocorre: informação inicial, instrução e conclusão da aula.

Segundo Siedentop, nos momentos de informação inicial o professor assegura o desempenho de diversas tarefas, fazendo referência aos objetivos e à utilidade da sessão, à apresentação de conteúdos fundamentais a desenvolver e às normas organizativas. Considera, também, que essa preleção deve ser breve, focada sobre aspetos essenciais, adotando o professor formas de comunicação que garantam a manutenção da atenção e a

compreensão da matéria transmitida por parte dos alunos. (citado em Rosado & Mesquita, 2011).

Nos nossos momentos de informação inicial o nosso objetivo foi transmitir aos alunos uma informação clara, sucinta e geral dos objetivos, situações de aprendizagem, estrutura e organização da aula, identificando possíveis relações com aulas e aprendizagens anteriores.

Nos momentos de preleção e demonstração muitas vezes tivemos o cuidado e sentimos a necessidade de separar mais os alunos de modo a evitar que estes se distraíssem entre si e não estivessem atentos às informações proferidas por nós. No espaço 4 (exterior) antes da aula começamos marcamos muitas vezes com giz o lugar de cada aluno, fazendo com que estes ficassem mais espaçados entre si.

Como forma de controlar as aprendizagens dos alunos, captar a sua atenção e perceber se a mensagem transmitida estava a ser captada corretamente pelos alunos recorremos muitas vezes ao questionamento. O questionamento foi algo que ao longo do ano letivo utilizamos cada vez mais, principalmente quando nos apercebemos que muitas vezes a mensagem que estávamos a transmitir não era captada pelos alunos.

Sentimos que o questionamento foi uma ferramenta muito importante para promover um processo de E-A mais eficaz, utilizamos como estratégia muitas vezes questionar a turma em geral de forma a captar a atenção dos alunos e depois individualizar a pergunta a um aluno em específico.

Uma das grandes dificuldades sentidas neste ano letivo foi a captação da atenção dos nossos alunos e portanto além das estratégias já mencionadas anteriormente também utilizamos as seguintes estratégias: durante os períodos de instrução ir mencionando o nome dos vários alunos da turma; aumentar e diminuir o tom de voz durante a preleção; ficar em silêncio não proferindo informações até os alunos estarem em silêncio e a olhar para o professor; ter um papel e anotar os alunos que interrompem as informações do professor (realizar esta ação à frente de todos os alunos); os alunos mais distraídos ou que sabemos que têm mais dificuldades em captar as informações colocarem-se numa posição mais próxima do professor. Estas estratégias foram sendo aprimoradas com o tempo e com o conhecimento da turma.

Sempre que possível recorremos à demonstração, sentimos que o estímulo visual tornou mais fácil a apreensão dos conteúdos por parte dos alunos. Segundo Rosado e Mesquita (2009), não podemos dissociar a instrução da demonstração, visto que a demonstração sustenta a instrução, garantindo a sua qualidade. Onofre (1995) destaca a importância da demonstração, referindo que a capacidade dos alunos reterem informação visual é superior em comparação com a verbal.

Muitas vezes recorremos aos alunos para demonstrarem os exercícios, para isso foi fundamental conhecermos bem os nossos alunos e selecionar aqueles que sabíamos que iriam demonstrar corretamente o pretendido. Numa fase inicial não conhecíamos bem os alunos e acabamos por ser nós a assumir as demonstrações, sendo que tivemos o cuidado de antes da aula nos prepararmos para isso. Houve aulas que as demonstrações não correram bem à primeira e nestas situações demos sempre feedback de reforço positivo ao aluno realçando o que este fez bem, de forma a que este não se sentisse mal por errar à frente da turma. Estas situações também serviram para em conjunto com os alunos refletir acerca do erros que estavam a ser cometidos.

Tivemos o cuidado de nem sempre escolher os alunos com um nível de desempenho mais elevado para demonstrar. Em situações que necessitávamos de demonstrações mais simples e que já tínhamos analisado que alunos de nível de desempenho inferior conseguiam executar corretamente, escolhíamos estes para demonstrarem para o resto da turma e desta forma envolver todos os alunos.

Neste âmbito a estratégia de ter capitães de equipa funcionou muito bem, pois muitas vezes estes eram chamados a demonstrar e depois ajudavam os elementos do seu grupo, utilizando assim o estilo de ensino recíproco.

Foi deveras importante ao longo da demonstração dar instruções acerca das componentes críticas e critérios de êxito do exercício e recorrer ao questionamento para controlar que os alunos estavam a perceber o pretendido. Um professor eficaz recorre às demonstrações e profere palavras-chave direcionadas ao conteúdo (Werner & Rink, 1987)

Como suporte à instrução recorremos a auxiliares de ensino de forma a que a nossa mensagem chegasse aos alunos de uma forma ainda mais clara e eficaz para eles, desta

forma utilizamos: desenhos, vídeos, esquemas desenhados no chão com giz (exemplo marca de referência para os apoios no lançamento da passada), folhas de auto e heteroavaliação, impressão de folhas informativas de cada estação do circuito de força (nome do exercício, imagem do mesmo, nº repetições, níveis de desempenho), etc.

O feedback foi uma ferramenta muito importante em todo o processo E-A, sendo que o nosso posicionamento e circulação foram aspetos importantes para conseguirmos chegar a todos os alunos. Consideramos que houve dois fatores muito importantes que influenciaram a nossa capacidade de promover feedbacks pertinentes aos nossos alunos: a nossa capacidade de observação e o conhecimento aprofundado dos conteúdos que estamos a lecionar.

A capacidade de observação foi sendo aprimorada com a experiência, este ano de estágio tornou-nos bastante críticos em relação a isto. Passamos a ver as coisas de uma forma diferente, antes muitas vezes só reparávamos no que estava bem, mas agora olhamos e vamos aos pormenores e muitas vezes conseguimos identificar pequenas falhas que antes eram invisíveis para nós.

Consoante as características de cada aluno, as dificuldades e o seu desempenho tentamos sempre variar o tipo de feedback. Sempre que possível privilegiámos os feedbacks positivos de forma a motivar os nossos alunos. Com a utilização do feedback interrogativo procurámos que os alunos refletissem acerca do seu desempenho, que estes fossem capazes de assimilar os conteúdos pretendidos e se tornassem mais críticos em relação a si próprios.

Um estratégia utilizada de forma a motivar mais os alunos a realizarem corretamente os exercícios, foi muitas vezes durante a ativação pedir aos alunos que estivessem a realizar corretamente o exercício para demonstrarem a toda a turma.

Outra dificuldade sentida neste ano de estágio foi fechar o ciclo de *feedback* e utilizar mais *feedbacks* cruzados o facto de termos uma turma de 28 alunos, utilizar o modelo multimatérias com várias estações distintas durante a aula dificultou-nos este aspeto. À medida que fomos avançando no tempo, fomos sentindo mais confiança e conseguimos realizar com mais frequência estes dois fatores, no entanto sentimos que estes foram aspetos menos conseguidos.

Como forma de promover mais tempo potencial de aprendizagem aos nossos alunos, utilizamos como estratégia intercalar o período de aquecimento com informações e demonstrações da parte fundamental da aula. De realçar que inicialmente tivemos bastante dificuldades em utilizar esta estratégia pois nem sempre conseguíamos captar a atenção de todos os alunos, mas com a experiência conseguimos posicionar-nos melhor, utilizar mais questionamento durante a instrução/demonstração e ser mais objetivos na explicação dos exercícios.

Com o modelo multimatérias as questões organizativas e de gestão são fundamentais para manter uma boa organização da aula e transições rápidas entre exercícios, sentimos que principalmente no início do ano letivo estivemos muito preocupados com estas situações e não conseguimos estar tão focados em fornecer mais *feedbacks* aos alunos, estar com uma maior presença na aula e os alunos sentirem-nos mais durante a aula.

Chegámos à conclusão que por vezes é melhor perder um pouco mais de tempo com a instrução e esta ser clara para todos os alunos, do que não controlar que os alunos perceberam as instruções e passar logo para a prática, pois ao longo dos exercícios e das transições, os alunos vão estar mais desorganizados e não vão perceber quais os objetivos das tarefas.

Esta foi umas das dimensões em que sentimos mais dificuldades na intervenção pedagógica, não por falta de domínio dos conteúdos, mas pela dificuldade sentida em captar a atenção dos alunos, em projetar sempre bem a voz e desta forma envolver todos os alunos. Apesar disto sentimos uma evolução ao longo do ano letivo nesta dimensão, de realçar que as aulas em que tivemos mais sucesso na nossa intervenção pedagógica e conseguimos que os alunos atingissem os objetivos da aula foram as aulas em que conseguimos aplicar melhor esta dimensão da intervenção pedagógica.

### **2.2.2 Gestão**

A gestão da aula é fundamental para a otimização do tempo potencial de aprendizagem, o objetivo de uma gestão eficaz nas aulas de EF é maximizar e otimizar as oportunidades de exercitação de tarefas diretamente associadas aos objetivos de aprendizagem da aula.

A gestão da aula representa um elemento primordial na eficácia do ensino das atividades físicas e desportivas (Carreiro da Costa, 1995).

A boa gestão da aula é um dos aspetos essenciais da EF, esta gestão promove a adoção de comportamentos por parte do professor que produzem elevados índices de empenho motor aos alunos e um número reduzido de comportamentos inapropriados.

Foi importante desde o primeiro dia estabelecer regras de funcionamento da disciplina e manter a assertividade no cumprimento das mesmas. De forma a seguir o RI da escola e obter o máximo tempo potencial de aprendizagem os alunos que chegassem 5 minutos após a hora de começo da aula tinham falta de atraso, sendo que à 4ª falta de atraso levavam falta de presença.

Este ano especialmente devido à pandemia a organização dos alunos foi fundamental para promover o distanciamento entre alunos e conseqüentemente a segurança dos mesmos. Numa fase mais inicial foi necessário perder bastante tempo útil de aula para criar rotinas com a turma, tanto na organização inicial e entrada dos alunos no espaço como nas transições entre exercícios.

A criação de rotinas foi fundamental para perder menos tempo de transição entre exercícios, em cada espaço definimos rotinas o que facilitou a organização dos alunos sempre que voltávamos aos mesmos espaços.

Em todas as aulas lecionadas à turma chegamos atempadamente para montar o material no espaço e organizar a nossa aula previamente, este aspeto foi importante para haver menos perdas de tempo com a organização do material e começarmos a aula o mais rápido possível.

Para a arrumação do material durante e após a aula ficou definido grupos de 3 alunos, estes organizaram-se consoante a ordem numérica e trocavam de aula para aula.

Em relação aos grupos de trabalho decidimos manter esses grupos durante uma UE completa, desta forma os alunos sabiam o seu capitão e teriam de o seguir facilitando assim a organização dos alunos durante as aulas.

De modo a envolver os alunos neste processo, por vezes realizávamos atividades que os motivassem a organizar-se e a organizar o material tais como contagem decrescente

para arrumação do material, dar objetivos competitivos individuais ou em grupo para trocar de tarefa ou para terminar o exercício (exemplo: “A dupla que realizar 10 passes em cooperação com a bola de voleibol, arruma a bola desinfetam as mãos e vão buscar a raquete e volante de badminton”), de destacar que o papel do capitão foi muito importante no sentido de sensibilizar os alunos para serem mais responsáveis a orientar o seu grupo e a darem o exemplo.

Uma grande dificuldade sentida na lecionação das aulas foi realizar transições fluídas, a lecionação das aulas através do modelo multimatérias torna este processo mais complexo pois têm de ser realizadas mais transições durante a aula devido ao número de estações da mesma. Para estas transições funcionarem conforme o pretendido sem perder muito tempo foi necessário na realização do planeamento idealizámos a forma como teríamos de realizar as transições e na prática sermos muito claros e objetivos quanto aquilo que pretendíamos que os alunos fizessem nos momentos de transição.

Estrategicamente realizámos transições faseadas, utilizámos as linhas e referências dos espaços para os alunos se colocarem e definimos regras simples e claras de organização.

Com a execução de várias tarefas em simultâneo, a estratégia muitas vezes utilizada para promover uma melhor perceção dos exercícios aos alunos e realizar transições faseadas foi parar uma estação levar os alunos dessa estação para próximo da estação onde iriam de seguida, utilizando referências espaciais para manter os alunos separados e a observar os seus colegas que estavam a exercitar os conteúdos da estação para onde eles iriam. Neste momento nós realçávamos os principais objetivos do exercício, as componentes críticas e critérios de êxito enquanto os alunos da estação demonstravam o exercício.

Um aspeto que melhorámos com a lecionação de várias aulas, foi um melhor critério na quantidade de exercícios que realizávamos durante a aula e a introdução de novos exercícios de aula para aula. Inicialmente planeávamos as aulas com demasiados exercícios e quando chegávamos ao momento da intervenção pedagógica apercebíamos que eram muito complexos de explicar, difíceis para organizar os alunos e em termos quantitativos não tínhamos tempo para fazer tudo o que pretendíamos. Com a ajuda das

reflexões após as aulas, simplificámos mais o tipo de exercícios seleccionados e passamos a introduzir poucos exercícios de aula para aula.

### **2.2.3 Clima / disciplina**

Estas dimensões estão relacionadas com o ambiente das aulas, com as relações e interações pessoais.

Foi nosso objetivo que as aulas tivessem sempre um clima positivo, com alegria e boa disposição, pois nós somos responsáveis por transmitir um sentimento de gosto e prazer aos nossos alunos, para que estes sintam também este tipo de sentimentos nas aulas de EF e disfrutem do momento.

Toda a nossa transmissão de conhecimento e intervenção na aula poderá ser influenciada negativamente por não termos um bom controlo da turma. A turma tem de sentir que as normas têm de ser cumpridas e que têm repercussões os alunos que tiverem comportamentos desviantes.ct

Segundo Barbosa, Campos & Valentim (2007) as perceções entre o professor e o aluno relativamente à qualidade do relacionamento entre ambos, estão em conformidade com o seu desempenho, permitindo ao professor uma intervenção cognitiva mais profunda, facilitando assim o processo de ensino-aprendizagem, tal como, sugere McCaughtry, Tischler & Flory (2008) o clima estabelecido em aula pelo professor é fundamental na relação entre o próprio e os alunos, tendo em conta que se o clima vivido for menos positivo, a predisposição quer do professor para transmitir conhecimentos quer do aluno para os absorver serão comprometidos.

Atendendo ao referido anteriormente, entendemos que devemos regular as atividades de forma a obter elevados índices de envolvimento dos alunos nas situações de ensino, proporcionando um clima relacional positivo e garantindo as condições favoráveis de aprendizagem.

Procurámos em todas as aulas promover um clima de aprendizagem positivo, realçando os comportamentos e atitudes corretas por parte dos alunos.

A turma foi avaliada com menção qualitativa pelo CT quanto ao comportamento com “suficiente”, no caso específico da EF esta menção espelhava alguns casos específicos da turma.

De realçar que a lecionação das aulas à turma do 8ºF, esta que teve como menção qualitativa “insuficiente” relativamente ao comportamento, consistiu num desafio exigente principalmente nesta dimensão.

Desvalorizámos dentro dos limites o mau comportamento, no entanto em situações em que se verificou repetição do mesmo penalizámos o alunos tendo em conta a gravidade da situação. Procurámos sempre levar os alunos a refletir sobre as suas ações e a influência que estas têm sobre si e sobre os outros.

De forma a motivar os alunos a terem um comportamento exemplar e a fomentar o clima positivo da aula, demos reforço positivo à frente da turma a estes alunos.

Quando aconteceram comportamentos de desvio os alunos em questão foram chamados à atenção perante a turma com o intuito de todos perceberem o que não devem fazer. Quando não verificámos melhoria no comportamento ordenámos que os alunos se fossem sentar e nós tivemos uma conversa individual com estes no momento ou após o término da aula pretendíamos assim que os alunos refletissem acerca das suas atitudes e não as voltassem a repetir.

Conforme referimos no 1º capítulo, na caracterização da turma, identificamos que alguns alunos não tinham um boa relação entre si e isto fez com que por vezes tivéssemos algumas dificuldades nesta dimensão. Tentámos por isso ao longo do ano à medida que fomos conhecendo melhor a turma arranjar estratégias que promovessem um melhor clima relacional entre os alunos, nomeadamente através da variabilidade dos grupos de trabalho de forma a que os alunos se relacionassem mais entre todos, inclusive tendo em conta o género uma vez que os rapazes e as raparigas não gostavam de ficar juntos, realizar períodos de instrução claros e curtos, circular bastante durante a aula, emitir com frequência feedbacks e utilizar o estilo de ensino recíproco para promover e a fortalecer a cooperação e relação entre alunos.

Fazendo uma breve reflexão acerca das dimensões pedagógicas não podemos olhar para cada uma de forma individual, mas sim fomentar a interligação entre todas de forma a tornar processo de E-A mais eficaz

### **2.2.5 Ensino à Distância**

A pandemia teve um grande impacto naquilo que foi a realidade das aulas de EF. Além da grande influência nas aulas presenciais neste ano letivo foi necessário recorrer ao modelo de E@D uma vez que a situação pandémica agravou bastante.

O E@D é “a modalidade educativa e formativa em que o processo de ensino e aprendizagem ocorre predominantemente com separação física entre os intervenientes, designadamente docentes e alunos” (Portaria nº359/2019 de 8 de outubro do Ministério da Educação, 2019, p.19), em que o modelo pedagógico escolhido para o ensino é realizado em ambiente virtual.

Depois do sucedido no 3º período do ano letivo transato, iniciamos este ano letivo de estágio cientes que estávamos sujeitos a recorrer à lecionação das aulas de EF de forma virtual. Tendo em conta isto, tivemos a preocupação de desde o início do ano letivo realizar nas nossas aulas exercícios de aptidão física que pudessem ser realizados de forma autónoma em casa sem que fosse necessário recursos materiais específicos, a utilização desta estratégia permitiu sensibilizar os nossos alunos para a importância de serem ativos, melhorarem a sua aptidão física e acima de tudo permitiu que nós pudéssemos corrigir a sua técnica de realização dos exercícios nas aulas presenciais esta que iria ser bem mais difícil de corrigir lecionando as aulas de forma virtual.

No 2º período foi decretado estado de emergência e, portanto, entre os dias 22 de janeiro e 5 abril a comunidade escolar foi obrigada a cumprir o confinamento e por isso durante estas 7 semanas foi aplicado o modelo de E@D.

Relativamente ao planeamento o facto da situação pandémica ser bastante imprevisível fez com que nós não soubéssemos quanto tempo iria durar o confinamento, afetando e influenciando a forma como poderíamos planear a lecionação dos conteúdos.

As 7 semanas de E@D foram bastantes exigentes, de muito trabalho e dedicação em proporcionar momentos de aprendizagem para os nossos alunos. Tentamos sempre

ser criativos e inovadores lecionando os vários conteúdos recorrendo a estímulos diversificados, de forma a manter os nossos alunos ativos e motivados.

A nossa estratégia de E@D teve dois tipos de sessões: sessões síncronas e sessões assíncronas.

Uma sessão síncrona é “aquela que é desenvolvida em tempo real e que permite aos alunos interagirem online com os seus professores e com os seus pares para participarem nas atividades letivas, esclarecerem as suas dúvidas ou questões, apresentarem trabalhos, designadamente no chat ou em videoconferências” (Portaria nº 359/2019 de 8 de outubro do Ministério da Educação, 2019, p.20). Por outro lado, uma sessão assíncrona é “aquela que é desenvolvida em tempo não real, em que os alunos trabalham autonomamente, acedendo a recursos educativos e formativos e a outros materiais curriculares disponibilizados na plataforma de aprendizagem online, bem como a ferramentas de comunicação que lhes permitem estabelecer interação com os seus pares e professores, em torno das temáticas em estudo” (Portaria nº 359/2019 de 8 de outubro do Ministério da Educação, 2019, p.20).

As plataformas utilizadas para leção das aulas de forma virtual e interação com os alunos foram o Google Meet e o Google Classroom.

Segundo as normas definidas pela escola a disciplina de EF só podia ter uma sessão síncrona de 50 minutos por semana, no entanto achamos que este tempo seria pouco para a leção dos conteúdos, tínhamos pouco controlo sobre o que os alunos realmente realizavam e consideramos que era pouco tempo de prática. A estratégia que encontramos para contornar isto e promover aos nossos alunos mais tempo de prática foi tornar o momento assíncrono, num momento síncrono em grupos de trabalho.

Relativamente à organização semanal da disciplina de EF proporcionamos aos nossos alunos 3 momentos de EF (Anexo XIII- Modelo de Planificação Semanal das Aulas de EF):

- 1º momento: Segunda-feira 11:15 às 12:05 sessão síncrona com toda a turma
- 2º momento: Quarta-feira 8:20 às 9:10 sessão síncrona em grupos de trabalho
- 3º momento: Sexta-feira: 14h30 às 15h sessão assíncrona #EstudoEmCasa

O 1º momento de EF servia para realizarmos um balanço da sessão síncrona em grupos e da aula do #EstudoEmCasa da semana anterior; eram apresentadas à turma as melhores tarefas da semana anterior, de forma a motivar os alunos mostrando que o seu trabalho é valorizado e estimular os alunos a realizarem as tarefas com qualidade; era mostrada a tabela com os resultados do desafio dos pontos de cada equipa, sendo que acumulavam pontos pela realização e pela qualidade das tarefas; esclarecimento de dúvidas; introdução de conteúdos teóricos; realização de uma componente prática, serviu para consolidar os conteúdos teóricos e também muitas vezes como introdução aos exercícios a realizar nas sessões síncronas em grupos; na parte final da sessão era realizado um *kahoot* sobre os conteúdos abordados, os 3 melhores classificados davam pontos para a sua equipa, a análise do *report* do *kahoot* funcionou como estratégia para identificar os alunos com mais dificuldades na aprendizagem e desta forma nas aulas seguintes reforçar as aprendizagens destes utilizando mais questionamento dirigido a eles.

O 2º momento de EF funcionou como momento síncrono em grupos, a turma foi dividida em pequenos grupos (6 grupos de 4 a 5 alunos) em que cada grupo tinha um “capitão”. A estratégia dos grupos e do capitão permitiu-nos trabalhar duas áreas do perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória: a área F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia e a área E- Relacionamento Interpessoal. Portanto os alunos foram autónomos na marcação das reuniões e na realização do treino dentro do horário definido: os capitães tinham de criar o link e enviar para os seus colegas e para a professora estagiária, tiveram a função de orientar o treino, corrigir e motivar os seus colegas e, após a aula, responder a um questionário “Feedback\_Como correu?”, através do qual realizavam um balanço da sessão. Com esta estratégia quisemos desenvolver um relacionamento interpessoal saudável, proporcionando aos alunos que continuassem em contacto com os seus colegas.

Em relação à estrutura e às tarefas propostas para estas sessões, estas não sofreram grandes alterações pois decidimos manter a rotina ao longo do E@D. Estas sessões tinham a duração de 50 minutos e nós circulámos pelos vários grupos de forma a controlar as questões de segurança, retirar dúvidas e motivar os nossos alunos.

Estas sessões tinham a seguinte estrutura: Ativação geral + coordenação; Circuito de aptidão física (parte fundamental); Desafio da semana.

A ativação geral inicialmente foi proposta por nós, mas à medida do tempo os alunos foram ganhando mais autonomia na escolha dos exercícios a realizar. O trabalho de coordenação surgiu como complemento do aquecimento e decidimos exercitá-lo porque sentimos que a turma necessitava de o trabalhar e podíamos facilmente realizar este tipo de trabalho em casa com a utilização de recursos materiais que todos os alunos possuíssem em casa. Para trabalhar a coordenação dos nossos alunos, estes tiveram de reproduzir sequências de coordenação definidas por nós (foi colocado no *classroom* da turma um vídeo nosso a demonstrar as várias sequências a realizar) e tiveram de criar as suas próprias sequências de coordenação na sua escada de coordenação (feita com os matérias que os alunos tivessem em casa, exemplo: meias, pacotes de leite, etc).

A parte fundamental da sessão consistiu na exercitação de um circuito de aptidão física, este circuito envolvia o trabalho de força dos membros inferiores, membros superiores, força média e trabalho de resistência. De realçar que para determinados exercícios foram criadas variantes de facilidade e dificuldade, permitindo assim os alunos realizarem a variante que mais adequada ao seu nível de desempenho.

O 3º momento de EF, foi decidido pelo NE com o intuito de proporcionar aos nossos alunos um momentos de EF diferente com um professor novo, estímulos diferentes e abordagem de novas modalidades. Este momento consistiu na realização da aula de EF do #EstudoEmCasa, este foi um momento em que tivemos menos controlo sobre os nossos alunos. De forma a termos algum *feedback* por parte dos nossos alunos acerca da aula, após esta colocávamos uma questão acerca da mesma no *classroom*. Para os alunos que não pudessem realizar a aula no momento em que deu em direto, propusemos a realização da mesma acedendo ao site da RTP play e desta forma os alunos podiam realizar a aula em diferido. Sentimos que este foi o momento em que conseguimos envolver menos a turma, após uma reflexão acerca desta situação consideramos que os alunos ainda têm pouca autonomia e responsabilidade, o facto de estarem sozinhos na realização da aula torna-os menos motivados (falta de feedback) e achámos que algumas aulas do #EstudoEmCasa não foram adequadas à realidade dos alunos (elevada exigência a nível dos recursos materiais e espaciais).

Em relação à avaliação tivemos sempre em conta envolver os nossos alunos em todo o processo, fazendo com que esta foi justa tendo em conta o trabalho que foi desenvolvido pelos alunos.

Não tivemos dificuldades em propor tarefas que permitissem avaliar a área da aptidão física e a área dos conhecimentos, já a área das atividades físicas sofreu necessariamente alterações em relação à sua avaliação uma vez que não foi possível usar os instrumentos do GEF.

Tendo em conta que os nossos critérios de avaliação vão ao encontro do perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória não sentimos dificuldades em avaliar e premiar os alunos que demonstraram um comprometimento maior para com a nossa disciplina. Semanalmente os alunos realizaram tarefas assíncronas, que designámos como “desafio da semana”, atribuímos sempre uma menção qualitativa às tarefas realizadas e comentámos todas as tarefas de forma individualizada. Acreditamos que este facto contribuiu para o incremento da qualidade das tarefas e motivação na realização das mesmas.

Como referimos anteriormente a turma possui um aluno portador de autismo, durante o E@D utilizamos como estratégia ter 50 minutos semanais dedicados apenas para este aluno.

Através do trabalho individual realizado com o aluno passámos a conhecer melhor o mesmo, conseguimos realizar um trabalho mais específico com ele e desta forma melhorar a nossa relação com ele.

De destacar a presença da mãe do aluno, ela que foi muito importante para que esta nova dinâmica funcionasse bem, estando sempre presente nas aulas individuais e foi um grande auxílio para o aluno na realização de alguns exercícios sendo muito importante para manter o aluno motivado e atento à aula.

O trabalho desenvolvido com este aluno foi acima de tudo coordenação motora e manipulação da bola (bola de papel elaborada pelo aluno), com a introdução de conteúdos básicos de voleibol e andebol.

De realçar que o aluno também estava presente no 1º momento de EF, ou seja, na aula síncrona com a turma pois sentimos que era importante o aluno continuar a manter

o contacto com os seus colegas. Tentamos nessas aulas também incluir o aluno fazendo questões simples dirigidas a ele.

Este aluno com a ajuda da sua mãe também realizou o 3º momento de EF, aula de EF do #EstudoEmCasa, sendo que no final da aula também colocávamos no *classroom* uma pergunta específica para ele em relação à aula.

Sentimos que com este aluno o E@D foi mais vantajoso, pois conseguimos trabalhar com ele de forma mais individualizada e desta forma foi notório de aula para aula a evolução do aluno na realização dos exercícios propostos.

O E@D sem dúvida constituiu um desafio extra neste nosso ano letivo de EP, impulsionando a nossa criatividade, capacidade de trabalho e aprofundamento informático.

### **2.2.6 Desporto Escolar de Atletismo**

A leção dos treinos do DE de atletismo constituiu mais um momento de aprendizagem e experiência fundamentais para a nossa formação.

Os treinos de atletismos ficaram marcados pela elevada aderência que tivemos em pleno ano de covid, sentimos uma vontade enorme por parte dos alunos em estarem connosco e a participar nos treinos.

Os treinos inicialmente foram lecionados pela professora Diana enquanto nós estevemos mais focadas com questões organizativas, gestão do material e responsáveis por estações (grupo de alunos mais reduzido).

No 2º período tivemos apenas 2 semanas de aulas presenciais e no 3º período ficamos nós com a responsabilidade total de lecionar os treinos do DE.

### **2.3 Avaliação**

A nosso ver a avaliação funciona como um agente de ensino. Em específico na EF consideramos que avaliar implica ajudar o aluno a perceber os seus pontos fortes, as suas fragilidades e, sobretudo, pretende ajudá-lo a identificar os seus progressos de modo a que tenha condições para continuar a evoluir. Para isso defendemos que a avaliação deve ser clara e transparente para os alunos.

Segundo Jorba & Sanmartí, (1993) como citado por (Juan & Marques, 2015) a avaliação é um dos aspetos fundamentais para o processo de ensino aprendizagem, é um eixo central de todo o dispositivo pedagógico. Estes autores afirmam que é sobre a avaliação que se constrói todo o trabalho escolar, pois é com este processo que se condiciona quê, quando e como se ensina, assim como os ajustes que devem ser realizados de forma a atender às diversidades e necessidades que encontra em cada turma/aula.

Segundo Zabalza quando falamos em avaliação não estamos a falar de um facto pontual ou de um ato singular, mas de um conjunto de fases que se condicionam mutuamente. (citado em Moura, 1998)

É essencial que a avaliação assuma uma vertente crítica e reflexiva da própria ação, a fim de analisar e melhorar essa mesma ação, tratando-se de um processo de reflexão-ação-reflexão.

Desta forma, segundo Moura (1998) a avaliação deve ser holística, analisando os diversos intervenientes no processo de E-A, deve ter em conta as diferentes características e individualidades dos alunos.

A capacidade avaliar é difícil, ter a capacidade de realizar uma avaliação justa e coerente para com todos os alunos é uma tarefa que exige muita reflexão.

Avaliar é, então, um processo que se relaciona não só com o esforço do aluno para aprender, mas também com o professor no sentido deste mudar suas estratégias caso os alunos apresentem dificuldades de aprendizagem.

O NE utilizou os critérios de avaliação definidos pela escola para realizar a avaliação dos alunos, sendo que após a utilização dos mesmos realizamos propostas de melhoria de cada um tendo em conta as dificuldades sentidas na aplicação desses instrumentos.

Os instrumentos de avaliação são constituídos por indicadores de avaliação pré-definidos para cada modalidade (Anexo XIV- Instrumento de Avaliação da Modalidade de Voleibol). Consoante o número de indicadores que o aluno cumprisse era-lhe atribuído um determinado nível de desempenho: pré-introdutório (PI), introdutório (I), elementar (E) e avançado (A). A conjugação dos níveis de desempenho (PI, I, E, A) obtidos pelo

aluno nas várias UD, originou um valor percentual (de 0 a 100%) definido através de uma grelha combinação de níveis de desempenho, diferente para cada ano de escolaridade e com grau de exigência crescente (Anexo XV- Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área das Atividades Físicas).

Em relação à avaliação da aptidão física esta foi avaliada através da realização dos testes FITescola, os resultados da realização dos mesmos foram convertidos em níveis de desempenho (Anexo XVI - Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área da Aptidão).

Para realizarmos a avaliação da área dos conhecimentos, esta foi avaliada através de um teste escrito por período.

As menções quantitativas e qualitativas das três áreas da EF (atividades físicas, aptidão física e conhecimentos) ajudaram-nos a atribuir uma classificação final em cada período (de 1 a 5).

De realçar que neste ano letivo foi implementado na escola o projeto MAIA, este que incentiva os professores a olhar para os alunos como um todo e a considerarem todo o processo ao invés de centralizarem as suas opções apenas nos resultados (Anexo XVII - Critérios de Avaliação após implementação do projeto MAIA). Desta forma, procurámos incluir na nossa reflexão, não apenas os resultados obtidos nas três áreas da EF (atividades físicas, aptidão física e conhecimentos), mas também, e com o auxílio de descritores de desempenho, a evolução dos alunos nas várias áreas de competências do perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória.

Os alunos com contraindicações para a prática da EF, comprovadas por atestado e relatório médico, beneficiaram de condições diferenciadas de avaliação. Tal como referimos no 1º capítulo na caracterização da turma tivemos uma aluna com atestado médico grande parte do ano letivo, para esta aluna fornecemos tarefas e desafios em quase todas as aulas (Anexo XVIII - Exemplo tarefa para a aluna de atestado médico) promovendo a sua capacidade de observação, um espírito crítico, capacidade de ajudar os seus colegas e acima de tudo tarefas que promovessem a sua aprendizagem.

### **2.3.1 Avaliação Formativa**

A avaliação formativa é interna ao processo de E-A, o foco são os processos e não tanto os resultados tendo por objetivo diferenciar o ensino.

A avaliação formativa possui um carácter sistemático e contínuo (Decreto-Lei no 55/2018 de 6 de julho do Ministério da Educação, 2018),

Segundo (Ferraz, et al., 1994), a avaliação formativa tem uma função de regulação, facilitando a construção de itinerários pessoais de formação, desta forma, os alunos são introduzidos nos processos de E-A. Para o professor esta avaliação serve como meio de regulação da sua estratégia pedagógica.

A AFI permite analisar o ponto de partida em que se encontram os alunos (Nobre, 2015). Esta teve um papel fundamental para definir os objetivos e conteúdos para as UD. Os resultados obtidos foram importantes para tomar decisões, definir objetivos e estratégias de ensino, diferenciar e agrupar os alunos pelo nível de desempenho e a partir daí realizar diferenciação pedagógica. Esta avaliação serviu para identificarmos as matérias prioritárias da turma e desta forma sempre que possível trabalhá-las ao longo do ano letivo.

Tentámos ao longo do ano realizar uma avaliação formativa contínua e para isso sempre que possível fazer registos durante as aulas. Desta forma criámos alguns materiais que nos permitissem fazer este tipo de registos mais facilmente durante as aulas consoante os objetivos que pretendíamos que os alunos atingissem.

Tal como já referimos anteriormente na fase inicial do ano letivo foi difícil conseguir realizar com frequência avaliações formativas e fazer registos durante as aulas, uma vez que estivemos muito focados com as questões organizativas das aulas principalmente para cumprir as normas de segurança impostas pela DGS.

A abordagem de várias modalidades durante a aula foi um fator que dificultou a realização de registos durante a aula, uma vez que esta abordagem torna mais difícil a organização da aula, manter o controlo total da turma e a nossa presença na aula.

À medida que fomos aprimorando a nossa capacidade de observação e realizando mais vezes este tipo de avaliação, reparámos que não havia a necessidade de fazer registos

de todos os alunos. Assim durante ou após a aula realizávamos registos dos alunos que mais se destacavam e sentíamos que tinham evoluído ou regredido, de realçar que as reflexões no final da aula com NE também foram fundamentais para a partilha de opinião acerca do desempenho da turma.

Como forma de responder às características da implementação do Projeto MAIA esta foi a principal modalidade de avaliação.

### **2.3.2 Avaliação Sumativa**

A avaliação sumativa consiste na caracterização global das aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação. Embora o projeto MAIA privilegie a avaliação formativa, este não inibe a aplicação da avaliação sumativa.

Normalmente esta avaliação ocorre nas últimas aulas lecionadas de determinada modalidade e consiste na formulação de um juízo global acerca do desenvolvimento das aprendizagens e competências dos alunos no sentido de aferir em que nível estes se encontram. Com a aplicação do modelo multimatérias e a elaboração de UE realizámos para algumas modalidades mais que uma vez a avaliação sumativa para determinadas modalidades ao longo do ano letivo.

Esta avaliação deve incluir informações, elementos de carácter qualitativo e quantitativo sendo que o objetivo passa por valorizar o progresso e evolução realizado pelos alunos ao longo da UD.

Através desta avaliação conseguimos enquadrar os alunos no nível desempenho que estes se encontram tendo em conta os instrumentos da avaliação da escola e desta forma perceber a sua evolução ao longo do ano letivo.

De realçar que os dados da avaliação formativa foram uma grande ajuda para realizarmos uma avaliação sumativa mais objetiva e justa.

O nosso aluno com perturbações do Espetro do Autismo, foi avaliado de acordo com o seu PEI (Anexo XIX – Programa Educativo Individual). Sempre que possível, procurámos realizar os registos de observação tendo em conta o desempenho do aluno na aula. Quando não foi possível, procurámos que este realizasse os gestos técnicos

avaliados de forma isolada, em exercícios critério. Mediante os resultados alcançados, atribuímos um nível de desempenho, de acordo com a distância dos objetivos previstos no PEI.

### **2.3.3 Autoavaliação e Heteroavaliação**

Pretendemos envolver os nossos alunos em todo o processo avaliativo e a auto e heteroavaliação não foram exceção. Estas duas vertentes da avaliação foram aplicadas de uma forma mais formal no final de cada período, no entanto quisemos ao longo do ano letivo tornar os nossos alunos mais conscientes e críticos em relação ao seu desempenho e desempenho dos seus colegas.

A autoavaliação corresponde à formulação de um juízo por parte do aluno sobre o seu próprio processo de aprendizagem, sendo que este está relacionado com o caráter formativo da avaliação (Nobre, 2015),

O nosso grande objetivo foi que os alunos fossem capazes de identificar os seus pontos fortes e fragilidades. O facto dos alunos saberem à priori a forma como iriam ser avaliados e os critérios de avaliação dos vários níveis de desempenho tornou mais claro para os alunos os pontos que estes têm a melhorar e consequentemente a sua capacidade de se autoanalisar.

Uma estratégia utilizada para envolver os nossos alunos na avaliação consistiu na elaboração de um documento de avaliação coparticipada (Anexo XX - Ficha de avaliação coparticipada da aptidão física) em que os alunos colocaram os resultados obtidos nos testes FITescola, enquadraram esses resultados no nível de desempenho correspondente, fizeram uma reflexão acerca da capacidade física que necessitavam de trabalhar mais e procuraram exercícios que trabalhassem a mesma.

No final de cada período, os alunos tiveram também de preencher uma ficha de autoavaliação criada pela escola, com os novos critérios de avaliação criados no sentido de ir ao encontro do projeto MAIA (Anexo XXI- Ficha de autoavaliação). Ainda em relação a esta autoavaliação de final de período, solicitámos sempre aos alunos que indicassem dois pontos fortes e dois aspetos que teriam de melhorar no período/ ano letivo seguinte.

Ao analisarmos as fichas de autoavaliação sentimos que ainda há um longo caminho a percorrer para que os alunos sejam capazes de refletir com critério acerca da sua autoavaliação.

Em relação à heteroavaliação a aplicação desta fez com que os alunos trabalhassem a sua capacidade de observação, fossem mais críticos e se ajudassem mutuamente para superar as dificuldades. De realçar que modelo de ensino recíproco teve um papel importante neste âmbito.

#### **2.4 Questões Dilemáticas**

Neste ponto pretendemos realçar as grandes questões dilemáticas com que nos deparamos. Ao longo do ano letivo fomos sentindo dificuldades associadas a todo este processo de E-A, na realização deste documento já fomos referindo muitos dos nossos dilemas.

A aplicação do modelo de ensino multimatérias foi uma grande dificuldade sentida, uma vez que em toda a nossa formação académica e a nossa experiência enquanto alunos passou pelo modelo de ensino por blocos. Este fator obrigou a uma rápida adaptação e estudo acerca deste modelo de ensino.

Outro fator de elevada exigência presente neste ano letivo foi sem dúvida a lecionação das aulas em pleno ano de pandemia e todas as implicações inerentes a isto. As aulas de EF ficaram altamente condicionadas, desvirtuando totalmente as características das aulas e a lecionação das modalidades que exigiam contacto.

À medida que as aulas iam correndo melhor, com mais sucesso na nossa intervenção pedagógica, fomos sentindo mais confiança em nós. No entanto no momento em que estávamos a subir o nosso rendimento na lecionação das aulas acabamos por ficar confinados e lecionar as aulas através do E@D. Este método de ensino que acrescentou um desafio também muito exigente neste ano de estágio pedagógico.

Para a lecionação das aulas através do E@D tivemos de nos ajustar rapidamente à nova realidade, se as aulas já tinham bastantes restrições antes então através do E@D o processo ficou ainda mais complexo. Neste âmbito a entajuda do NE foi fundamental para conseguirmos arranjar estratégias capazes de manter a eficácia no processo E-A.

Nas várias dimensões pedagógicas sentimos lacunas, no entanto destacamos que a dimensão instrução foi aquela que sentimos mais dificuldades nomeadamente em captar a atenção dos alunos e a assertividade na nossa comunicação.

Achamos que estes dois aspetos da instrução foram aqueles que sentimos mais dificuldade em ultrapassar sendo que tivemos sempre uma atitude de elevada exigência connosco próprios e focámo-nos muito em resolver estas dificuldades, terminamos assim a nossa intervenção pedagógica com a sensação de que houve uma grande evolução da nossa parte neste sentido.

Outro fator que sentimos grandes dificuldades na sua aplicação foi em realizar a diferenciação pedagógica, sabemos que esta tem elevada importância para fomentar um processo de E-A eficaz. Neste sentido achamos que este é um aspeto pelo qual temos de continuar a batalhar para conseguir colocar em prática mais facilmente.

## **2.5 Área 2- Atividades de Organização e Gestão Escolar**

Esta área procura favorecer a compreensão dos modos e conteúdos de intervenção dos professores na gestão da escola (Marques et al., 2020).

Neste âmbito acompanhamos diretamente o cargo do coordenador do DE da nossa escola. Esta experiência fomentou o nosso conhecimento acerca da compreensão do cargo, as funções e as tarefas a desempenhar.

Numa fase inicial elaborámos o projeto de assessoria do cargo, esta tarefa teve como objetivo aprofundar o nosso conhecimento acerca do cargo, e neste caso o funcionamento do DE, analisar o perfil funcional do cargo, definir objetivos a atingir, definir tarefas, meios e instrumentos a utilizar no acompanhamento do cargo.

A escolha deste cargo foi bastante ponderada pois neste ano tão atípico de pandemia sabíamos que muito provavelmente o DE iria ficar muito condicionado, no entanto por outro lado achámos que este poderia ser um desafio mais exigente no sentido de apesar dos constrangimentos todos, conseguirmos arranjar estratégias para manter o DE ativo e desta forma promover aos nossos alunos momentos de exercício físico.

O coordenador do DE era também responsável pelo grupo-equipa de futsal, este mostrou-se sempre muito disponível para fomentar a nossa aprendizagem e desde sempre

nos colocou à vontade, conseguimos assim ter uma relação muito positiva com o coordenador o que favoreceu bastante as nossas aprendizagens.

De realçar que durante o ano letivo esteve em funcionamento os 4 grupos-equipas: badminton, atletismo, futsal e boccia. A nossa escola foi das poucas que manteve os treinos do DE em funcionamento e além disto conseguimos realizar dois eventos desportivos nomeadamente o Mega Sprinter (com Mega km, Mega Salto e Mega Sprint) e o torneio de badminton.

Durante o ano letivo realizámos o relatório intermédio e finalizamos o acompanhamento do cargo com a elaboração do relatório final de assessoria, desta forma foi realizado um balanço e uma reflexão acerca de todo o trabalho e aprendizagens desenvolvidas.

Em relação ao perfil funcional do cargo de coordenador do DE, verificámos que a escola e a organização do DE apresentam ligeiras adaptações face às normativas. O que acaba por ser normal devido aos ajustes que são necessário fazer devido à realidade escolar, no entanto as funções vitais para o desenvolvimento dos propósitos do DE foram concretizadas.

De realçar que o bom ambiente e relação entre professores dos diferentes grupos-equipa foi um ponto extremamente positivo e que sem dúvida facilitou também a função do coordenador do DE. Consideramos que a realização dos dois eventos teve uma elevada importância para os nossos alunos e para nossa formação neste ano letivo tão condicionado, pois permitiu-nos estar dentro da organização de dois eventos que envolveram bastantes alunos, demonstrando que a organização e a gestão são fundamentais para obter sucesso na realização de qualquer evento.

O nosso principal objetivo foi promover eventos desportivos e oportunidades para os nossos alunos serem ativos, adotámos essa postura ao longo de todo o ano letivo, achamos que o esforço que fizemos em conseguir promover aos nossos alunos momentos desportivos neste ano tão atípico em que foram encontradas tantas adversidades ligadas à prática de exercício físico foi reconhecido e aproveitado pelos alunos. Fazemos assim um balanço bastante positivo, tendo sido possível interpretar e refletir sobre o cargo, sobre as suas dinâmicas e tarefas em contexto prático.

## **2.6 Área 3 - Projetos e Parcerias**

Indo ao encontro do Guia de Estágio, na área 3 – Projetos e Parcerias Educativas, pretende-se desenvolver competências de concepção, construção, desenvolvimento, planificação e avaliação de projetos educativos e curriculares em diferentes dimensões, assim como a participação na organização escolar (Marques et al., 2020).

De seguida serão apresentados os projetos que foram desenvolvidos ao longo do ano letivo. De realçar que a professora orientadora teve um papel muito importante no nosso desenvolvimento neste âmbito, pois esta desafiou-nos constantemente ao longo do ano letivo incentivando à nossa criatividade para proporcionar atividades distintas aos nossos alunos mesmo com todas as condicionantes impostas pela pandemia.

### **2.6.1 Projeto Eco- Trilho**

A realização do projeto Eco-Trilho na EB 2/3 MF, estabeleceu a ligação entre a EF e o clube Eco-Escolas, no âmbito da Educação Ambiental para a sustentabilidade. Este projeto teve dois grandes propósitos: por um lado, aproveitar da melhor forma os espaços verdes que a escola oferece; por outro, sensibilizar a comunidade escolar para a importância da atividade física. Foi desenvolvido um trabalho interdisciplinar, no qual muitas disciplinas prestaram o seu contributo no sentido de enriquecer o Eco-Trilho. A sensibilização dos alunos para questões de cariz ambiental, como a importância da qualidade do ar, da vegetação e da água, os desperdícios e a questão da poluição, foi também um objetivo deste projeto. Relativamente à EF, o NE elaborou 15 estações de aptidão física que foram discutidas com o GEF e posteriormente apresentadas à coordenadora do projeto Eco-Escolas na EB 2/3 MF, a professora Carla Pimentel e ao diretor da escola, professor Alberto Barreira.

O objetivo é que estas estações sejam construídas ao longo do trilho. Na idealização das estações de aptidão física foram tidos alguns cuidados como a alternância da capacidade física a trabalhar entre estações consecutivas, o aproveitamento dos recursos materiais existentes (como, por exemplo, na estação 2) e a diferenciação das tarefas de acordo com o nível de aptidão física da pessoa que realizará o trilho. O design das placas ilustrativas do trabalho físico a realizar em cada uma das estações, também foi

da nossa responsabilidade (Anexo XXIV- Estação 2 do Circuito de Aptidão Física do Eco Trilho).

Este projeto desafiou-nos a trabalhar com professores da nossa e de outras áreas disciplinares, constituindo um verdadeiro trabalho colaborativo. Acreditamos que o produto final será uma mais-valia para toda a comunidade escolar.

### **2.6.2 Projeto ERA Olímpica**

De modo a suscitar interesse e aumentar o conhecimento dos nossos alunos em relação Jogos Olímpicos, foi-nos proposto pela coordenação do mestrado a realização do Projeto ERA Olímpica. Para a realização deste projeto importa realçar a nossa presença na ação de formação de Educação Olímpica, que se tornou importante neste âmbito.

O nosso grande objetivo com a realização deste projeto foi sensibilizar os nossos alunos para trabalharem não só durante as aulas de EF, mas ao longo de toda a vida os três valores olímpicos: excelência, respeito e amizade.

O NE organizou uma visita de estudo virtual, durante o período do E@D, pelos Jogos Olímpicos. Este projeto foi apresentado a 4 turmas: 8ºG (a nossa turma), 8ºE (turma da professora orientadora), 8ºF (turma que partilhámos ao longo do ano letivo) e 7ºD (turma da nossa colega estagiária). As turmas "viajaram" pelo passado longínquo da Grécia Antiga, dos seus deuses e do início dos Jogos Olímpicos. A abordagem às olimpíadas modernas, e ao seu impulsionador, Pierre de Coubertin, a participação portuguesa nos Jogos Olímpicos e os nossos atletas medalhados, bem como os valores olímpicos (amizade, respeito e excelência) como princípios essenciais de uma sociedade inclusiva foram também conteúdos que se enfatizaram. Em relação à disciplina de EF foi trabalhado um dos conteúdos presentes nas aprendizagens essenciais da disciplina no 8º ano: os Jogos Olímpicos. Contámos também com a participação de alguns professores da turma, pelo que esta atividade constituiu um domínio de autonomia curricular (DAC).

No sentido de avaliar o grau de satisfação dos alunos em relação à atividade realizada, no final da visita de estudo, os alunos responderam ao questionário "8ºG\_Feedback\_Viagem\_JO". De referir que a totalidade dos alunos revelou que gostaria que fossem organizadas mais atividades deste género. Uma vez que sentimos que a realização das visitas de estudo foi um sucesso e que conseguimos despertar nos alunos

o interesse para o maior evento desportivo do Mundo, quisemos concluir este projeto de uma forma muito especial e, nesse sentido, organizámos uma palestra com a campeã olímpica Rosa Mota, que decidimos alargar a todos os alunos do DE da nossa escola (Anexo XXV- Divulgação da palestra com a campeã olímpica Rosa Mota no site da escola).

Foi uma honra e um privilégio enorme termos tido a oportunidade de apresentar esta pessoa que tão bem representa os valores olímpicos aos nossos alunos.

### **2.6.3 Orientação na Martim de Freitas**

A execução deste projeto teve como principal objetivo a implementação de um percurso definitivo de orientação na escola e que os alunos da MF pudessem experimentar esta atividade de exploração da natureza. Consideramos que a abordagem a matérias alternativas pode contribuir de uma forma positiva para a promoção do gosto pela atividade física.

Este projeto foi desenvolvido em parceria com a Federação Portuguesa de Orientação (FPO) através de um acordo de parceria (Anexo XXVI - Acordo entre a FPO e a EB 2/3 Martim de Freitas). Com a colaboração da associação Orimondego foi possível construir um mapa da escola (Anexo XXVII - Mapa da EB 2/3 MF) Com a ajuda de assistentes operacionais da nossa escola foram colocadas cerca de 40 placas (pontos de controlo definitivos) na escola, o que permitiu a posterior construção de mapas e materiais que facilitaram a abordagem desta modalidade por parte dos professores de EF da escola.

Este projeto terminou com uma pequena “ação de formação”, por nós organizada, para os professores de EF da nossa escola. Através desta atividade foi possível transmitirmos ao GEF todos os conhecimentos que tínhamos adquirido com a realização deste projeto e fornecer a estes ferramentas para que possam também eles lecionar esta matéria utilizando o material que foi produzido por nós.

### **2.6.4 Atividade de canoagem**

Como forma de premiar os alunos mais assíduos ao DE e os alunos da responsabilidade do NE que se empenharam mais durante o E@D (alunos vencedores do desafio de pontos) o NE organizou uma atividade de canoagem com a parceria do Clube Fluvial do Mondego.

Desta forma proporcionámos a estes alunos uma tarde diferente, de convívio e com realização de atividade distinta que muitos alunos nunca tinha experimentado.

Por fim gostaríamos de destacar que em todos os projetos que foram sendo propostos pelo NE, contámos sempre com o apoio e incentivo do diretor da nossa escola, o professor Alberto Barreira.

## **2.7 Área 4- Atitude Ético – Profissional**

Desde o início do ano letivo assumimos um grande compromisso com o EP. Fomos sempre ambiciosos no sentido de querermos sempre mais e melhor, terminámos o estágio com o sentimento que demos sempre o nosso melhor para fomentar as aprendizagens dos nossos alunos, para aumentar o nosso conhecimento e consequentemente tornarmo-nos melhores profissionais.

Segundo Marques et al (2020) a ética profissional é uma das dimensões mais importante da profissionalidade docente, pelo que constitui uma dimensão transversal à dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor, assim como na construção da sua profissionalidade

A ideia de docência organiza-se em torno de dois polos: um, a afirmação que o desempenho da profissão reclama dos profissionais características especiais e lhes impõe exigências de comportamento e, outro, que a docência se realiza na transformação do aluno com vista a que se conduza por referência a valores de natureza ética (Caetano & Silva, 2009). Tentámos desde sempre implementar esses valores nos nossos alunos, fazendo com os alunos olhassem para nós como um exemplo a seguir.

De seguida serão apresentadas algumas das estratégias utilizadas ao longo do ano letivo que se mostraram fundamentais para enriquecer o nosso conhecimento e que demonstram o nosso compromisso com o estágio e com as aprendizagens dos alunos.

A partilha de conhecimento com professores com mais experiência e especializados em determinadas áreas, constituiu um fator muito importante para a nossa aprendizagem no sentido de obtermos mais conhecimento e descobrir diferentes estratégias de ensino utilizadas por outros professores.

A UD de ginástica foi uma das matérias que sentímos mais dificuldades a lecionar, de forma a colmatar essa lacuna treinámos com a professora orientadora nos tempos livres que tínhamos.

Em relação à modalidade de orientação, esta era uma modalidade que não nos sentíamos à vontade a lecionar e, no entanto, aprendemos muito sobre a mesma com a relação do projeto “Orientação na Martim de Freitas” e conseqüentemente sentimo-nos seguros e confiantes para a lecionar aos nossos alunos.

A UD de dança não fazia parte das matérias a abordar na nossa disciplina, no entanto a professora orientadora lecionava dança à nossa turma (8ºG), 8ºE e 8ºF na disciplina de Complemento à Educação Artística, aproveitámos estes momentos para observar as aulas de dança da professora de forma a aumentar os nossos conhecimentos sobre esta matéria.

Observação da quase totalidade de aulas da professora orientadora (inclusive observação das aulas à sexta-feira, teoricamente o nosso dia livre), da nossa colega de estágio, a observação de várias aulas de professores de EF mais experientes, de colegas estagiários de outros núcleos de estágio (ES Quinta das Flores, Escola Básica Nº2 de São Bernardo, Escola Ferrer Correia) contribuiu para a nossa aprendizagem, promovendo momentos de muita reflexão.

No período de interrupção letiva do início do segundo período (entre os dias 22 de janeiro e 5 de abril) devido à situação pandémica, voluntariámo-nos para apoiar os alunos que não tinham possibilidade de estar nas suas casas e que tiveram de ir para a escola. Assim, em conjunto com o restante NE, proporcionámos a crianças, com idades compreendidas entre os 5 e os 11 anos, uma manhã diferente, repleta de exercício físico. Esta atividade constituiu, também para nós, um momento de aprendizagem, uma vez que nunca tínhamos trabalhado com crianças desta faixa etária.

Os treinos do DE e a lecionação das aulas de EF ao 8ºF também foram um grande contributo para a nossa formação, uma vez que foram desafiantes e constituíram oportunidades para treinarmos e melhorarmos a nossa intervenção pedagógica.

Ao longo do ano letivo fomos participando em diversas ações de formação, estas que contribuíram positivamente para o aumento do nosso conhecimento. Participámos

nas seguintes ações de formação: Seminário COMEDIG- Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal (Anexo XXVIII); Encontro digital extra “E@D... E agora? (Anexo XXIX); Ciclo de boas práticas “Lesões 1- Conhecer e Prevenir” (Anexo XXX); LeYa Educação participação na formação “Aula Digital” (Anexo XXXI); Congresso Internacional de Avaliação Formativa em Educação – XII CIAFE (Anexo XXXII); Membro da organização do XII CIAFE (Anexo XXXIII); X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física (Anexo XXXIV).

A participação nestes eventos constituiu um fator importante para a nossa formação no sentido de alargar os nossos conhecimentos.

Mesmo cientes que o estágio terminava no final do mês de maio, mantivemos sempre o nosso compromisso com a escola, com o NE, com a turma e a assessoria do cargo até ao final do ano letivo.

Ao longo do ano letivo mantivemos uma postura séria, encarando a função de docência com grande responsabilidade.

### Capítulo III -Aprofundamento do Tema- Problema

#### A PERCEÇÃO DA PROFESSORA ESTAGIÁRIA E RESPETIVOS ALUNOS, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA DE EF: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE O INÍCIO E O FINAL DO ANO LETIVO

#### ASSOCIATED TEACHER'S AND STUDENT'S PERCEPTION ABOUT THE EDUCATIONAL INTERVENTION IN A PHYSICAL EDUCATION CLASS: A COMPARATIVE STUDY BETWEEN THE BEGINNING AND THE END OF THE SCHOOL YEAR

Ana Rita Valdez Pacheco Coutinho

Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física  
Professor Doutor Artur Manuel Romão Pereira

**Resumo:** Este estudo procurou identificar as principais convergências e divergências de percepção entre a professora estagiária e respetivos alunos, tendo em conta 5 dimensões da intervenção pedagógica: “Instrução”, “Planeamento e Organização”, “Relação Pedagógica”, “Disciplina” e “Avaliação”. Foi aplicado um questionário construído “em espelho” à professora estagiária e respetivos alunos em dois momentos distintos do ano letivo (1º e 3º período). Após a primeira aplicação foram implementadas estratégias de intervenção pedagógica nas várias dimensões e procurou-se no segundo momento averiguar e comparar os resultados obtidos com a primeira aplicação.

O grande objetivo deste estudo é fomentar um processo de E-A mais eficaz através da identificação e reflexão das convergências e divergências das percepções dos alunos e professora estagiária.

**Palavras-chave:** Dimensões, Estratégias, Processo E-A

**Abstract:** The main purpose of this study was to identify the main convergences and divergences of student's and associated teacher's perception, taking into consideration the five major dimensions of the educational intervention: *Instruction, Planning and Organization, Educational Relationship, Discipline and Evaluation*. A form was submitted which was built in a “mirror method” and answered by both associated teacher and students in two different moments of the school year (1<sup>st</sup> and 3<sup>rd</sup> period). After the 1<sup>st</sup> application there were strategies implemented based on the educational intervention in the above-mentioned dimensions, so that after the results of the second form, the results would be compared.

The main goal of this study is to improve de E-A learning process in a more efficient way, through the identification and reflexion of convergences and divergences of student's and associated teacher's perceptions.

**Keywords:** Dimensions, Strategies, Teaching Learning Process

## Introdução

O professor assume um papel de orientador do processo E-A, processo esse que se pretende intencional, coerente e sistemático, vários são os autores que têm procurado definir o que é uma “boa” intervenção pedagógica. Citando Carreiro da Costa (1988), vários estudos, “mostraram, que a competência pedagógica é a capacidade do professor conduzir o processo de E-A de uma forma específica de acordo com os efeitos que se pretendem produzir nos alunos”, considerando as características dos mesmos.

A percepção do professor e respectivos alunos acerca das aulas de EF é um tema de investigação que destaca a importância da opinião dos alunos para fomentar um processo de E-A mais eficaz, tendo estes um papel ativo nas suas próprias aprendizagens.

Anteriormente era dado um grande ênfase às características do professor, no entanto este paradigma tem mudado ao longo dos anos e têm sido feitos mais estudos colocando os alunos no centro do processo de E-A.

Rosado e Mesquita (2009) defendem que o ambiente de aprendizagem resulta da convergência entre duas agendas, a dos professores e a dos alunos, contendo estas as suas expectativas, os seus valores e as suas conceções acerca do ensino, implicando esta convergência um processo de negociação entre professores e alunos para que seja possível a concretização dos objetivos de ambos.

Este tema “Perceções de professores e alunos sobre o processo E-A em Educação Física” pretende identificar as convergências e as divergências entre o professor (estagiário) e os respectivos alunos, no processo de ensino-aprendizagem tendo em conta as dimensões: instrução; planeamento e organização; relação pedagógica; disciplina; avaliação.

Esta temática tem como principal objetivo melhorar a qualidade de ensino e aproximar as perceções entre os professores e alunos no sentido de estas se aproximarem daquilo que é o correto e ideal relativamente ao ensino e desenvolvimento dos alunos. Neste sentido, torna-se importante, analisar e refletir sobre a percepção que os alunos têm acerca do processo de ensino, identificar as maiores diferenças de percepção entre alunos e professores sobre a intervenção dos segundos, construindo assim uma escola que vá cada vez mais ao encontro das necessidades de cada um dos nossos alunos.

Assim sendo, a relação que resulta da interação dos dois agentes do processo de E-A, os professores e os alunos, gera modificações de comportamento que têm influência na ação do outro interveniente. De entre os numerosos fatores que influenciam as modificações das aprendizagens dos alunos, torna-se pertinente identificar quais influenciam o sucesso dos alunos.

Esta investigação procurou conhecer a perceção dos alunos em relação à prática pedagógica da professora, identificar as convergências e divergências entre as perceções da professora estagiária e os respetivos alunos nas várias dimensões, analisar se existiram diferenças significativas na perceção dos alunos após terem sido aplicadas estratégias nas várias dimensões pedagógicas.

### **Metodologia**

De forma a realizar o tratamento dos dados foi utilizado o IBM SPSS STATISTICS, versão 26, para o tratamento das questões de resposta fechada, às quais corresponde um valor quantitativo de forma a possibilitar o tratamento estatístico: nunca - 1; raramente - 2; algumas vezes - 3; muitas vezes - 4 e sempre - 5.

Esta investigação teve por base uma metodologia de investigação quantitativa, onde foi realizada uma análise descritiva.

A estatística descritiva foi realizada recorrendo à média como medida de tendência central, o desvio padrão como medida de dispersão, assim como os valores mínimo e máximo, como medidas de localização relativa. Recorremos também à moda amostral por se tratar do valor que ocorre com maior frequência.

De forma a apurar o teste estatístico apropriado a esta investigação, primeiramente verificamos se as variáveis eram dependentes ou independentes. Desta feita chegamos à conclusão que se tratava de variáveis dependentes uma vez que a amostra foi igual nas duas aplicações.

De seguida testamos a normalidade da distribuição utilizando o teste Shapiro-Wilk, uma vez que a amostra era inferior a 50 elementos. Através deste teste identificámos que se tratava de uma distribuição não normal ( $p < 0,05$ ).

Posto isto recorreremos ao teste não- paramétrico, Wilcoxon para identificar a existência de diferenças estatisticamente significativas, após a aplicação de estratégias de intervenção pedagógica, entre as respostas dadas pelos alunos no primeiro e segundo momento. O nível de significância foi fixado em 5% ( $p \leq 0.05$ ). De realçar que as questões de natureza aberta não foram alvo deste estudo.

Os questionários foram aplicados em 2 momentos distintos:

- Momento 1 (M1): 1º período no dia 16 de novembro de 2020
- Momento 2 (M2): 3º período no dia 12 de abril de 2021

### **Instrumentos e Procedimentos**

Para a realização desta investigação foram aplicados dois questionários construídos em “espelho”, um denominado de “Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) – professor (QIPP-p)” (Anexo XXXIV), aplicado à professora estagiária e outro de “Questionário de Intervenção Pedagógica do Professor (de Educação Física) – alunos (QIPP-a)” (Anexo XXXV) aplicado aos alunos. Ambos os questionários foram adaptados dos questionários de qualidade pedagógica no ensino secundário para professor/aluno, de Ribeiro-Silva (2017).

Os questionários foram construídos em “espelho” e estruturados em 44 afirmações indexadas a 5 dimensões de intervenção pedagógica e apresentam-se em escala de Likert, com 5 níveis de concordância.

Relativamente à estrutura dos questionários, estes foram divididos em 2 grupos estando os mesmos em conformidade com os propostos por (Siedentop, Research on teaching in physical education, 1983) e pelo perfil geral de desempenho profissional dos professores dos ensinos básico e secundário (decreto-lei nº240/2001 de 30 de agosto), neste estudo foi alvo de investigação apenas o primeiro grupo de questões do questionário: o primeiro grupo é constituído por 44 questões fechadas associadas a cinco dimensões de intervenção pedagógica: dimensão instrução; dimensão planeamento e organização; dimensão relação pedagógica; dimensão disciplina e dimensão avaliação. As perguntas 2, 10, 13, 21, 25, 29, 30, 34, 35, 37, 38, 39, 40 pertencem à dimensão “Instrução”; as questões 1, 3, 4, 5, 6, 12, 26, 44 pertencem à categoria “Planeamento e Organização”; os itens 9, 11, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 27, 36, 42, 43 pertencem à categoria “Relação Pedagógica”; os itens 7, 14, 23, 28 à dimensão “Disciplina”; e por

fim, a dimensão “Avaliação” será avaliada através das respostas aos itens 8, 15, 31, 32, 33, 41. De realçar que as perguntas 12, 16 e 23 estão formuladas pela negativa, pelo que foi necessário inverter os valores.

De forma a não influenciar as respostas dos alunos, estes responderam ao questionário sem a presença da professora estagiária da turma.

### **Resultados e Discussão**

Conforme o referido anteriormente, os 44 itens que foram alvo de estudo foram respondidos segundo uma escala tipo Likert e encontravam-se subdivididas em várias dimensões: Dimensão Instrução; Dimensão Planeamento e Organização; Dimensão Relação Pedagógica; Dimensão Disciplina e Dimensão Avaliação (Anexo XXXVI e Anexo XXXVII).

De seguida serão apresentados os resultados obtidos dos questionários aplicados aos alunos e à professora estagiária nos 2 momentos em que foram aplicados. (M1 - 16.11.2020 e M2 - 12.05.2021)

Os resultados serão apresentados por dimensão de modo a facilitar a análise dos mesmos.

Na tabela abaixo encontram-se os resultados obtidos na dimensão instrução.

Tabela 2 - Dimensão Instrução: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento

Dimensão Instrução						
Itens/ indicadores		momento1		momento 2		Teste Wilcoxon (M1 / M2 Alunos)
		Alunos média	Perceção professora estagiária	Alunos média	Perceção professora estagiária	
2	O professor nas aulas de Educação Física apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	4,48	4	4,67	5	0,272
10	O professor nas aulas de Educação Física conhece a matéria que está a ensinar.	4,56	4	4,78	5	0,249
13	O professor nas aulas de Educação Física dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	4	4	4,41	5	0,356
21	O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos ao longo da aula.	4,26	3	4,56	3	0,255
25	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	4,15	5	4,63	5	0,009
29	O professor nas aulas de Educação Física coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	4,15	3	4,41	4	0,409
30	O professor nas aulas de Educação Física faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.	4,11	4	4,48	4	0,101
34	O professor nas aulas de Educação Física é claro quando corrige os alunos.	4,26	4	4,44	4	0,557
35	O professor nas aulas de Educação Física dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	4,19	3	4,33	4	0,578
37	O professor nas aulas de Educação Física utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.	4,67	4	4,59	4	0,439
38	O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.	4,22	3	4,44	3	0,379
39	O professor nas aulas de Educação Física utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	3,89	4	4,37	4	0,103
40	O professor nas aulas de Educação Física certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	4,11	3	4,37	3	0,435
Média:		4,25	3,69	4,50	4,08	

A dimensão instrução foi aquela onde a divergência entre as respostas dos alunos e da professora estagiária foi superior no 1º momento, sendo que em relação ao 2º momento estas diferenças de perceção foram mais atenuadas.

Como podemos verificar na questão 25 “O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas” foram identificadas diferenças significativas uma vez que o teste Wilcoxon deu o valor de 0,009. Analisando este resultado com a perceção dos alunos no M1 (4,15) e M2 (4,63) neste item, vemos que os alunos perceberam uma preocupação maior da professora estagiária em relacionar as aprendizagens já adquiridas com as novas.

A questão 10 “O professor nas aulas de Educação Física conhece a matéria que está a ensinar” foi aquela que os alunos deram uma cotação mais alta (4,78), esta tem elevada importância para nós uma vez que demonstra que os alunos sentem que a professora estagiária domina os conteúdos que está a transmitir.

A questão 37 “O professor nas aulas de Educação Física utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios” foi aquela que a média de respostas do 1º momento para o 2º foi inferior (4,67 e 4,59) acreditamos que um fator que possa estar associado a isto seja o facto do 2º questionário ter sido aplicado após o período do E@D este que condicionou e mudou completamente as características das aulas de EF.

Fazendo uma análise da média dos dois momentos verificámos que os alunos sobrevalorizaram a perceção da professora estagiária e tanto a perceção dos alunos como a perceção da professora estagiária aumentaram do 1º para o 2º momento. Consideramos que estes resultados foram extramente positivo uma vez que significam uma evolução na intervenção pedagógica nesta dimensão por parte da professora.

Na tabela 3 encontram-se os resultados obtidos na dimensão planeamento e organização.

Tabela 3 - Dimensão Planeamento e Organização: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiário no 1º e 2º momento

Dimensão Planeamento e Organização						
Nesta	Itens/ indicadores	Momento 1		Momento 2		Teste Wilcoxon ( M1 / M2 Alunos)
		Alunos média	Perceção professora estagiária	Alunos média	Perceção professora estagiária	
1	O professor nas aulas de Educação Física planifica a matéria, de forma lógica.	4,41	4	4,63	4	0,134
3	O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	4,56	4	4,67	4	0,564
4	O professor nas aulas de Educação Física informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	4,33	3	4,52	4	0,259
5	O professor nas aulas de Educação Física cumpre o horário da aula.	4,74	5	4,89	5	0,234
6	O professor nas aulas de Educação Física é assíduo.	4,52	5	4,85	5	0,053
12	Gasta muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a exercitação dos conteúdos. *(valor inverso)	3,30	3	3,11	2	0,271
26	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	4,26	4	4,41	4	0,677
44	O professor nas aulas de Educação Física utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.	2,11	4	2,33	4	0,457
<b>Média:</b>		<b>4,03</b>	<b>4,00</b>	<b>4,18</b>	<b>4</b>	

Nesta dimensão observamos a nível geral que os alunos deram uma cotação ligeiramente maior no 2º momento e que a professora manteve a média da sua cotação do 1º para o 2º momento.

Comparando os resultados obtidos no 1º e 2º momento verificámos que houve um aumento na cotação da perceção por parte dos alunos em todos os itens, exceto no 12 “Gasta muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a exercitação dos conteúdos. \*(valor inverso)”. Sendo que a questão 12 encontrava-se na negativa, foi positivo os alunos considerarem que houve uma evolução no âmbito da professora ser mais sucinta e objetiva nas suas explicações, proporcionando maior tempo de prática aos alunos.

A gestão da aula representa um elemento primordial na eficácia do ensino das atividades físicas e desportivas (Carreiro da Costa, 1995; Piéron 1996). Esta gestão é fundamental para a otimização do tempo potencial de aprendizagem.

O item 4 “O professor nas aulas de Educação Física informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação)” foi um dos itens que sentimos bastantes dificuldades numa fase inicial do estágio uma vez que estávamos bastante preocupados com as questões organizativas da aula, ainda não tinha sido definido a forma como iríamos avaliar os JDC devido à situação pandémica, os critérios de avaliação ainda não tinham sido definidos devido ao atraso na implementação do projeto MAIA e ainda assim sentimos algumas dificuldades em envolver os alunos neste processo. Comparando a perceção da professora estagiária e a dos alunos vemos que ambos aumentaram a cotação neste item no 2º momento.

Uma das estratégias utilizadas foi a criação de fichas de avaliação coparticipada, um maior realce dos critérios de êxito e de avaliação para os alunos obterem sucesso e a utilização do modelo de ensino recíproco, pois além da promoção da entreajuda dos alunos, também promoveu um maior conhecimento e sensibilidade por parte destes em dominar os critérios de avaliação.

Na questão 44 “O professor nas aulas de Educação Física utiliza TIC’s (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas” as perceções da professora estagiária e dos alunos foram bastantes dispares tanto no 1º como no 2º momento porque

a professora colocou “muitas vezes” nesta questão, devido ao facto de quando não é possível realizar a aula prática a professora realmente utiliza recursos TIC na sala de aula para lecionar os conteúdos pretendidos, através de apresentações powerpoint e visionamento de vídeos. Nas aulas prática não é possível recorrer a este tipo de materiais devido às condições existentes no pavilhão e nos espaços exteriores, em que é privilegiado o tempo de prática.

De realçar que nesta dimensão não foram encontradas diferenças significativas entre o 1º e o 2º momento.

Seguidamente iremos apresentar a tabela referente aos resultados obtidos na dimensão relação pedagógica.

Tabela 4 - Dimensão Relação Pedagógica: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento

Dimensão Relação Pedagógica						
Itens/ indicadores		Momento 1		Momento 2		Teste Wilcoxon (M1 / M2 Alunos)
		Alunos média	Perceção professora estagiária	Alunos média	Perceção professora estagiária	
9	O professor nas aulas de Educação Física dá ritmo e entusiasmo às aulas.	3,81	3	4,56	3	0,001
11	O professor nas aulas de Educação Física aceita as novas ideias dos alunos.	3,41	4	4,22	4	0,008
16	O professor nas aulas de Educação Física por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal. *(valor inverso)	2,19	1	4,52	1	0,045
17	O professor nas aulas de Educação Física encoraja os alunos.	3,93	5	4,48	5	0,035
18	O professor nas aulas de Educação Física dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	3,89	3	4,15	3	0,322
19	O professor nas aulas de Educação Física estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	4,26	4	4,30	4	0,946
20	O professor nas aulas de Educação Física estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	4,00	4	4,41	4	0,132
22	O professor nas aulas de Educação Física relaciona-se muito bem com os alunos.	3,81	4	4,52	5	0,009
24	O professor nas aulas de Educação Física estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.	4,26	5	4,48	5	0,330
27	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	4,44	5	4,15	5	0,473
36	O professor nas aulas de Educação Física trata os alunos com respeito.	4,81	5	4,74	5	0,565
42	O professor nas aulas de Educação Física mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.	4,07	5	4,44	5	0,085
43	O professor nas aulas de Educação Física motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).	4,26	5	4,37	5	0,666
<b>Média:</b>		<b>3,93</b>	<b>4,08</b>	<b>4,41</b>	<b>4,15</b>	

Observando os resultados da média obtida nesta dimensão aferimos que houve um aumento das percepções dos alunos e da professora estagiária comparando os dois momentos.

Esta foi a dimensão em que encontramos mais itens em que houve diferenças significativas.

No item 9 “O professor nas aulas de Educação Física dá ritmo e entusiasmo às aulas” e 17 “O professor nas aulas de Educação Física encoraja os alunos” obtivemos diferenças significativas nos resultados, isto pode justificar-se com o facto da professora estagiária ter conseguido implementar algumas estratégias de ensino de modo a promover um clima de aula mais positivo, tais como: fornecer mais feedbacks de reforço positivo, ter um melhor controlo da turma fornecendo mais feedbacks cruzados, escolher tarefas ajustadas aos alunos, realizar tarefas competitivas.

O papel do professor é fundamental na promoção de um bom clima de aula, de tal forma que ao proporcionar um clima positivo, a confiança dos alunos nas suas capacidades e competências aumenta, assim como a sua autoestima (Dean, 2000).

Na questão 11 “O professor nas aulas de Educação Física aceita as novas ideias dos alunos” também foram encontradas diferenças significativas, à medida que a professora estagiária foi conhecendo melhor a turma percebeu que uma forma de motivar e cativar os alunos é aceitar algumas sugestões pertinentes dos mesmos, achamos que os alunos têm um papel ativo em todo o processo de ensino-aprendizagem, portanto as suas opiniões são válidas e devem ser valorizadas.

A questão 16 “O professor nas aulas de Educação Física por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal” tinha um valor inverso, desta forma considerámos que os alunos não se aperceberam de tal, uma vez que foram poucas as situações que a professora estagiária se zangou na aula.

Em relação à questão 22 “O professor nas aulas de Educação Física relaciona-se muito bem com os alunos” esta que apresentou diferenças significativas, verificou-se um grande aumento na percepção dos alunos e da professora estagiária. Desta forma refletimos que a relação dos alunos com a professora melhorou, o que fomenta um clima de aula mais positivo.

A influência que as boas ou más relações entre professores e alunos pode definir o clima de sala de aula, isto é, quanto melhor a relação interpessoal do professor com os alunos, maior será a resolução de tarefas em sala de aula, isto porque existe mais motivação e aprendizagem por parte dos alunos Wang et al.,1993 (citado em Morgado, 2004).

Na tabela 5 serão apresentados os resultados obtidos na dimensão disciplina.

Tabela 5 - Dimensão Disciplina: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento

Dimensão Disciplina						
Itens/ indicadores	Momento 1		Momento 2		Teste Wilcoxon (M1 / M2 Alunos)	
	Alunos média	Perceção professora estagiária	Alunos média	Perceção professora estagiária		
7	O professor nas aulas de Educação Física mantém a turma controlada.	3,67	3	4,00	4	0,128
14	O professor nas aulas de Educação Física é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.	4,22	4	4,59	4	0,191
23	O professor nas aulas de Educação Física por vezes, permite comportamentos de indisciplina. *(valor inverso)	2,78	2	4,22	2	0,013
28	O professor nas aulas de Educação Física previne comportamentos de indisciplina.	3,74	4	4,26	4	0,144
<b>Média:</b>		<b>3,60</b>	<b>3,25</b>	<b>4,27</b>	<b>3,5</b>	

Esta foi a dimensão na qual os alunos atribuíram uma cotação baixa no 1º momento (média: 3,60), significando que tinham a perceção que nem sempre a professora estagiária teve um controlo da turma em termos disciplinares. No entanto foi verificado um aumento neste âmbito quando analisamos a perceção dos alunos no 2º momento (média: 4,27).

Consideramos que esta foi uma dimensão na qual evoluímos bastante na nossa intervenção pedagógica.

Foram encontradas diferenças significativas na questão 23 “O professor nas aulas de Educação Física por vezes, permite comportamentos de indisciplina” acreditamos mais uma vez que tenha sido devido ao facto desta questão ter o valor inverso.

Inicialmente e em algumas situações sentimos que fomos pouco assertivos e que permitíamos alguns comportamentos desadequados, contudo fomos capazes de melhorar estes aspetos e arranjar estratégias que permitissem ultrapassá-los.

Algumas das estratégias utilizadas foram: motivar os comportamentos apropriados com interações positivas à frente dos colegas da turma, a utilização de muito feedback positivo, ignorar sempre que possível comportamentos inapropriados, o estabelecimento de regras simples e claras, adoção de um bom posicionamento no espaço da aula de forma a visualizar e controlar todos os alunos, escolha de tarefas motivantes e diversificadas, de modo a promover a atenção e motivação dos alunos evitando que adotem comportamentos fora da tarefa.

O professor deve procurar a adoção de técnicas que lhe permitam um eficaz controlo da turma, tais como a definição de regras de comportamento claras e maximizar o tempo de atividade do aluno, pois a maioria dos comportamentos desviantes surgem quando os alunos não têm nada para fazer. (Pieron, 1984).

Os professores que estabelecem e mantêm um clima de aprendizagem eficaz, nomeadamente mantendo os alunos empenhados em tarefas de aprendizagem, têm menos problemas de indisciplina do que os professores que procuram estabelecer as normas de uma forma autoritária (Hellison & Templin, 1991). Desta forma acreditamos que a escolha da tarefa seja fundamental para manter os alunos focados e motivados na realização da mesma.

Na tabela 6 encontram-se os resultados obtidos na dimensão avaliação.

Tabela 6 - Dimensão Avaliação: Estatística descritiva das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momento

Dimensão Avaliação						
Itens/ indicadores		Momento 1		Momento 2		Teste Wilcoxon ( M1 / M2 Alunos)
		Alunos média	Perceção professora estagiária	Alunos média	Perceção professora estagiária	
8	O professor nas aulas de Educação Física informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.	4,26	4	4,59	3	0,068
15	O professor nas aulas de Educação Física é justo nas avaliações.	4,00	4	4,52	4	0,087
31	O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	3,59	3	4,19	4	0,064
32	O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	4,30	5	4,74	5	0,030
33	O professor nas aulas de Educação Física foca a sua avaliação nas matérias dadas.	4,37	5	4,44	5	0,720
41	O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.	4,22	4	4,07	5	0,651
<b>Média:</b>		<b>4,12</b>	<b>4,17</b>	<b>4,43</b>	<b>4,33</b>	

Nesta dimensão ao compararmos a média no M1 e no M2 verificamos que esta aumentou passando de 4,12 alunos e 4,17 professora estagiária para 4,43 alunos e 4,33 professora estagiária.

Encontraram-se diferenças significativas apenas na questão 32 “O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação” acreditamos que possa ser justificado devido ao facto de no 1º momento de aplicação ter sido aplicado numa fase inicial do ano letivo e tinham sido realizados poucos momentos avaliativos. De qualquer forma a cotação de 4,74 dada pela média de respostas por parte dos alunos a esta questão indica que fomos bastante explícitos na forma como apresentámos os resultados da avaliação.

A questão 8 “O professor nas aulas de Educação Física informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula” foi aquela que reduzimos a nossa perceção do 1º para o 2º momento apesar da perceção dos alunos terem aumentado. Na nossa opinião sentimos

que nem sempre conseguimos chegar a todos os alunos da forma como pretendíamos, foi difícil encontrarmos momentos nas aulas para conversar individualmente com os alunos e dar feedbacks acerca do seu desempenho na aula. Achamos que fazer uma melhor gestão do tempo de aula para termos mais tempo no final da mesma para falar com os alunos poderia ter sido uma estratégia que privilegiasse este aspeto assim como durante a aula efetuar mais registos individuais e fornecer mais feedbacks aos alunos durante a aula nos momentos logo após a execução dos alunos.

Na questão 41 “O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados” podemos observar que os alunos deram uma cotação inferior no 2º momento enquanto a professora aumentou a sua perceção neste item. Fazendo uma análise mais precisa a esta questão verificamos que a moda da cotação dada pelos alunos foi 5, o valor mínimo foi 1 e o desvio padrão 1,207, ou seja, estes valores revelam que a resposta mais frequente foi 5 (“sempre”) e que existiu uma grande variedade de respostas por parte dos alunos. Desta forma não conseguimos explicar os resultados obtidos e esta diferença de perceção entre os alunos uma vez que consideramos os momentos avaliativos como parte integrante do processo de ensino-aprendizagem.

Corroborando a nossa ideia em relação à avaliação, Tomlinson (1999) “a avaliação tem sempre mais que ver em ajudar os alunos a desenvolverem-se do que em catalogar os seus erros”.

Os resultados obtidos nesta dimensão revelam que de uma forma geral as estratégias utilizadas foram eficazes.

De seguida será apresentado um gráfico com os resultados das perceções dos alunos e da professora estagiária no 1º momento.

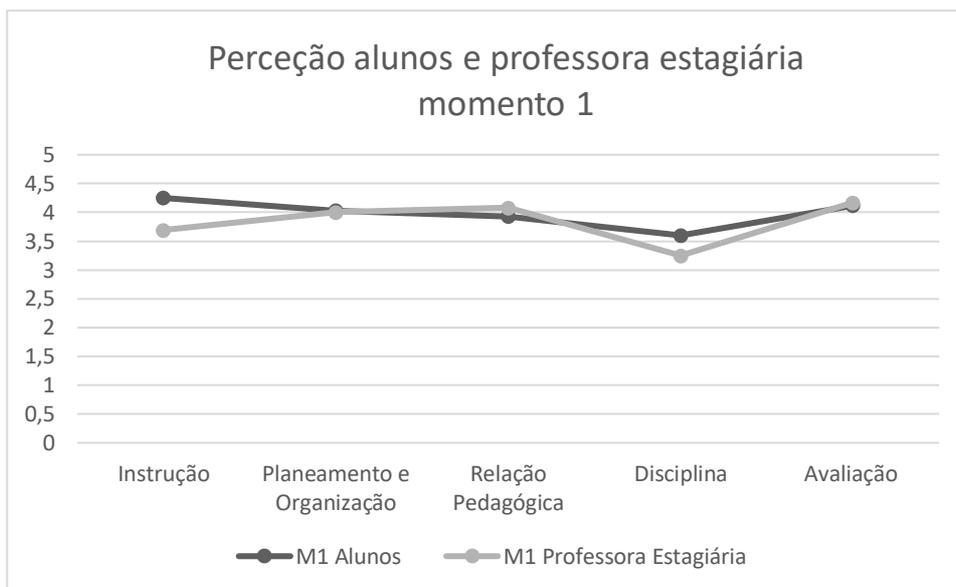


Gráfico 1 - Percepção dos alunos e professora estagiária no 1º momento

Analisando o gráfico 1 identificamos que a dimensão planeamento e organização foi aquela que apresentou uma maior convergência de percepções. A média de respostas dos alunos foi 4,03 e a média das respostas da professora estagiária foi 4.

Temos que na dimensão instrução foi onde se evidenciou uma maior discrepância de percepções entre alunos e professora estagiária, sendo a média de 4,25 e 3,69 respetivamente. Verificamos que a professora se subvalorizou nesta dimensão, pois os alunos atribuíram uma maior pontuação para esta comparativamente à percepção da professora.

De destacar que a dimensão instrução foi aquela em que os alunos deram uma maior pontuação à professora, comparativamente às outras dimensões.

Verificamos que na dimensão disciplina tanto a professora como os alunos os valores obtidos na pontuação foram menores comparativamente às outras dimensões.

Na dimensão relação pedagógica e na dimensão avaliação a professora sobrevalorizou a sua percepção em relação aos alunos, sendo mais notório este facto na dimensão na relação pedagógica

Nas dimensões instrução, planeamento e organização e avaliação os alunos sobrevalorizaram a perceção da professora. Sendo no planeamento e organização esta diferença muito pequena.

Após analisarmos os resultados do 1º momento, iremos realizar a análise do 2º momento através da observação do gráfico representado abaixo.

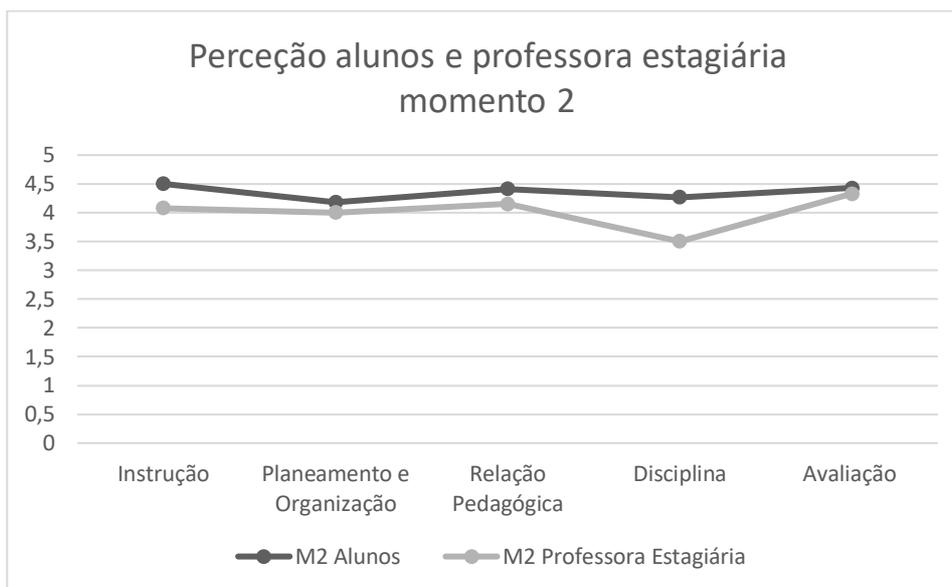


Gráfico 2 - Percepção dos alunos e professora estagiária no 2º momento

Como podemos observar em todas as dimensões os alunos sobrevalorizaram a percepção da professora.

As dimensões que os alunos e a professora estagiária se aproximaram mais foram a dimensão planeamento e organização e a dimensão avaliação, sendo que aquela em que as percepções foram mais dispares foi a dimensão disciplina (4,27 alunos e 3,5 professora estagiária).

Neste 2º momento verificamos que tal como acontece no 1º momento, os alunos deram uma cotação maior à dimensão instrução.

A dimensão que os alunos deram uma cotação inferior foi à dimensão planeamento e organização, este resultado obtido contrasta com a primeira aplicação dos

questionários uma vez que nesse 1º momento os alunos tinham dado uma cotação inferior à dimensão disciplina.

Como podemos observar a dimensão disciplina foi aquela que apresentou uma percepção mais distinta entre os alunos e a professora estagiária, tendo a professora estagiária subvalorizado bastante a sua percepção em relação à percepção dos alunos.

A seguir apresentaremos um gráfico que compara a soma da média de todas as dimensões em estudo nos dois momentos.

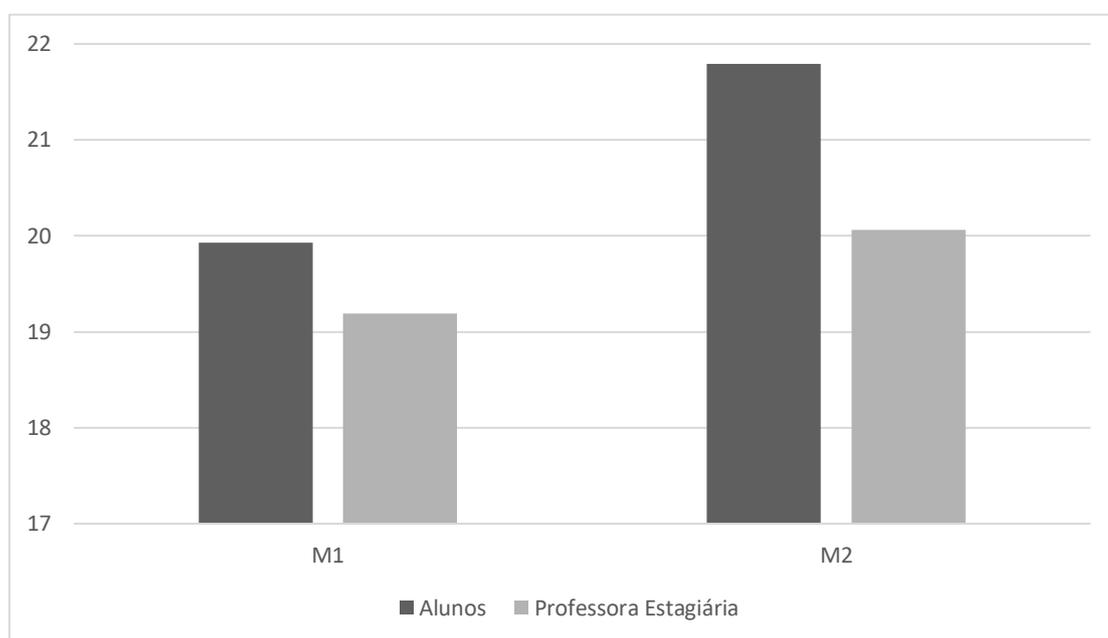


Gráfico 3 - Soma das médias obtidas nas várias dimensões no 1º e 2º momento

Analisando o gráfico podemos reparar que existiu um aumento das cotações tanto por parte dos alunos como da professora estagiária, sendo que este aumento foi mais significativo nas percepções dos alunos.

Através deste gráfico também é possível identificar que de um modo geral as percepções dos alunos e da professora estagiária divergiram mais no 2º momento em que foi aplicado o questionário. De facto, não temos uma razão aparente que possa explicar o sucedido, no entanto achamos que o facto da 2ª aplicação ter sido efetuada após o período E@D poderá ter influência nas respostas tanto dos alunos como da professora estagiária.

Apesar da discrepância entre percepções ter sido maior no 2º momento, consideramos como positivo o facto de ter existido um aumento das percepções tanto dos alunos como da professora estagiária.

### **Conclusões**

A realização deste estudo fez com que refletíssemos acerca da percepção dos alunos e da professora estagiária, sendo que foi possível constatar que as percepções entre os alunos e a professora estagiária foram distintas principalmente na dimensão disciplina. Desta forma devem ser criadas outro tipo de estratégias que aproximem as percepções entre a professora estagiária e respetivos alunos nesta dimensão.

A nossa reflexão acerca da nossa intervenção pedagógica após aplicação do 1º questionário e a criação de estratégias para colmatar os aspetos a melhorar tornou-se crucial para que no 2º momento fosse possível termos obtido resultados em que as percepções dos alunos e da professora estagiária fossem superiores.

Com a realização desta investigação apurámos que apesar das percepções terem sido superiores no 2º momento, as percepções entre os alunos e a professora estagiária afastaram-se mais neste momento comparativamente com o 1º.

Acreditamos que o facto da 2º aplicação do questionário ter sido após o período de E@D poderá ser um fator que tenha condicionado os resultados deste estudo.

Concluimos assim que a capacidade de envolvermos os alunos no processo E-A seja fundamental, fazendo com que este seja mais eficaz e adequado às necessidades de cada um dos nossos alunos.

### **Referências**

- Carreiro da Costa, F. (1988). O sucesso Pedagógico em Educação Física - Estudo das Condições e Factores de Ensino-Aprendizagem Associados ao Êxito numa unidade de Ensino. Universidade Técnica de Lisboa. I.S.E.F. Cruz Quebrada.
- Carreiro da Costa, F. (1995). O Sucesso Pedagógico em Educação Física. Estudo das Condições e Factores de Ensino-Aprendizagem Associados ao Êxito numa Unidade de Ensino.

- Dean. (2000). The two paradigms of education and the peer view of teaching.
- Hellison, D., & Templin, T. (1991). A Reflective Approach to Teaching Physical Education.
- Morgado, J. (2004). Qualidade na Educação – Um desafio aos professores. (L. Editorial, Ed.)
- Pieron, M. (1984). Pédagogie des Activités Physiques et Sportives Méthodologie et Didactique. Institut Supérieur d'Education Physique.: Université de Liège.
- Piéron, M. (1996). Formação de Professores – Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica. Cruz Quebrada: Edições FMH.
- Ribeiro, E. d. (2017). Calidad de la intervención pedagógica en el aula, en la perspectiva del profesorado y del alumnado.
- Rosado, A., & Ferreira, V. (2009). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem, in Rosado A. e Mesquita I., (org.) Pedagogia do Desporto.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução.
- Siedentop, D. (1983). Research on teaching in physical education. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Tomlinson, P.D. 1999. Conscious reflection and implicit learning in teacher preparation. Oxford Review of Education

**Legislação consultada:**

- Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto. Diário da República n.º 201/2001 – I Série A.  
Lisboa: Ministério da Educação.

## **Considerações finais**

Fazendo uma retrospectiva deste EP consideramos que foi um ano letivo de elevada exigência, repleto de desafios e acima de tudo rico em novas aprendizagens.

Sentimos que o acompanhamento que tivemos por parte da nossa professora orientadora da escola, foi extremamente decisivo para a nossa evolução, para nos adaptarmos à realidade escolar e termos uma visão mais profunda e distinta na forma de olhar para o ensino e para os nossos alunos. A nossa principal preocupação desde o início do ano letivo foi formar melhores alunos e acima de tudo melhores pessoas.

Defendemos que o professor deve promover um desenvolvimento harmonioso dos seus alunos, não só a nível físico, mas também a nível social e cognitivo, no fundo desenvolver e olhar para o aluno como um todo.

Este estágio contribuiu bastante para melhorar a nossa capacidade reflexiva, estimulando-nos a analisar e refletir sobre as nossas ações. A partilha de conhecimento e discussões sobre temas relacionados com esta área constituíram também fatores muito importantes que favoreceram as nossas aprendizagens.

Para Krug (2001) a formação profissional que inclui no seu programa uma forte componente de reflexão, a partir de situações práticas reais, contribui para que o futuro professor se sinta capaz de enfrentar situações novas e diferentes, de tomar decisões apropriadas e fundamentadas interligando teoria e prática. É indiscutível que apenas o professor que responder, explicar e justificar a sua prática pode assumir com autonomia a sua docência.

A realização deste estágio pedagógico foi muito enriquecedora, permitindo-nos uma profunda aquisição de conhecimentos, competências e experiências na prática de ensino de EF, providenciando-nos, assim, um grande desenvolvimento pessoal e profissional.

Este ano tivemos a prova que o conhecimento teórico não basta para ter sucesso na prática, este conhecimento é por si um meio para atingir o objetivo de ensinar, no entanto por si só não chega, é necessário adquirir competências pedagógicas, é necessário

passar por esta experiência, passar pelas dificuldades, adversidades e sair da nossa zona de conforto.

Durante este ano de estágio, participámos ativamente com toda a comunidade escolar, de forma a conhecermos toda a sua dinâmica e podermos ser professores mais conscientes da realidade escolar.

Perante o nível de exigência do estágio, foram escassos os momentos em que sentimos que estávamos na nossa zona de conforto, apareciam sempre problemas e desafios que nos obrigaram a arranjar estratégias para os superar.

Terminamos assim esta etapa com o sentimento de dever cumprido, pois demos o nosso melhor para agarrar esta oportunidade e promover aprendizagens significativas aos nossos alunos.

Sem dúvida que todo este processo nos fez ficar mais bem preparados para encararmos a realidade desta profissão. Sendo que temos a plena noção que ainda há um longo caminho a percorrer neste âmbito e que estamos apenas no início de uma longa caminhada.

## Referências bibliográficas

- Anacleto, F. (2008). Do Pensar ao Planear: Análise das Decisões Pré-Interativas de Planeamento de Professores de Educação Física em Estágio Curricular Supervisionado.
- Barbosa, A., Campos, R., & Valentim, T. (2007). Diversidade em sala de aula: um estudo exploratório sobre a relação professor-aluno.
- Barreiros, J. (2016). Plano Nacional de formação de treinadores.
- Bento, J. O. (1987). *Planeamento e avaliação em educação física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: 2ª Edição: Livros Horizonte.
- Bossle, F. (2002). Planeamento de ensino na Educação Física - Uma contribuição ao colectivo docente. *Movimento*, 8 (1), pp. 19 - 42.
- Bossle, F. (2002). Planeamento de ensino na educação física: uma contribuição ao coletivo docente.
- Caetano, A. P., & Silva, M. L. (2009). Ética profissional e Formação de Professores.
- Carreiro da Costa, F. (1995). O Sucesso Pedagógico em Educação Física. *Estudo das Condições e Factores de Ensino-Aprendizagem Associados ao Êxito numa Unidade de Ensino*.
- Dean. (2000). The two paradigms of education and the peer view of teaching.
- Ferraz, M., Carvalho, A., Dantas, C., Cavaco, H., Barbosa, J., Tourais, L., & Neves, N. (1994). Avaliação Formativa: algumas notas.
- Graça, A. (2001). Breve roteiro da investigação empírica na Pedagogia do Desporto: a investigação sobre o ensino de Educação Física.

- Hellison, D., & Templin, T. (1991). *A Reflective Approach to Teaching Physical Education*.
- Ilha et al. (2009). O encadeamento dos Estágios Curriculares Supervisionados no curso de Licenciatura em Educação Física do CEFD/UFSM.
- Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula*. Coimbra: Livraria: Almedina.
- Juan, R. O., & Marques, M. L. (2015). A Autoavaliação como Instrumento de Autorregulação dos Progressos dos Alunos. *Coimbra: Universidade de Coimbra*.
- Krug, A. (2001). *Ciclos de formação: uma proposta transformadora*. Porto Alegre.
- Marques, A., Rocha, A., Amorim, C., Ribeiro-Silva, E., Oliveira, F., Sarmiento, H., . . . Campos, M. J. (2020). Prática Pedagógica Supervisionada em Educação Física IV - 2020/2021.
- McCaughtry, N., Tischler, A., & Flory, S. (2008). The Ecology of the Gym: Reconceptualized and Extended.
- Miranda, M. (2008). Ensino e Pesquisa: o estágio como espaço de articulação. *Estágio supervisionado e prática de ensino: desafios e possibilidades*.
- Moura, R. (1998). *A avaliação no processo de ensino-aprendizagem*. Obtido de [rmoura.tripod.com: http://rmoura.tripod.com/evaluation.htm](http://rmoura.tripod.com/evaluation.htm).
- Moura, R. (1998). *Check sua logística interna*. São Paulo: Imam.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos.
- Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didática em Educação Física. .
- Pieron, M. (1984). *Pédagogie des Activités Physiques et Sportives Méthodologie et Didactique*. Institut Supérieur d'Education Physique.: Université de Liège.
- Piéron, M. (1996). *Formação de Professores – Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Cruz Quebrada: Edições FMH.

- Piéron, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas.
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. *Pedagogia do Desporto*.
- Siedentop, D. (1983). Developing teaching skills in Physical Education.
- Siedentop, D. (2008). Aprender a Enseñar la Educación Física.
- Silva, J., & Silva, M. (2015). Colaboração entre professores e autoeficácia docente: Que relações?
- Werner, P., & Rink, J. (1987). Case studies of teacher effectiveness in second grade physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*.

### **Legislação consultada**

- Decreto de Lei nº 240/2001 de 30 de Agosto, Diário da República, Série I-A. 5569 – 5572. Ministério da Educação. Lisboa
- Decreto-Lei nº 75/2008 de 22 de abril. Diário da República, Série I-2341. Ministério da Educação. Lisboa
- Decreto Lei nº 137/2012 de 2 de julho. Diário da República, Série I-126, 340. Ministério da Educação e Ciência. Lisboa
- Decreto Lei nº 55/2018 de 6 de julho. Diário da República, Série I-129, 2928. Ministério da Educação. Lisboa
- Portaria n.o359/2019 de 8 de outubro do Ministério da Educação, Pub. L. No. Diário da República, série 1, N.o193, 17 (2019).

### **Documentos do Agrupamento**

- AEMF (2019). Regulamento Interno do Agrupamento de Escolas Martim de Freitas. Retirado de: [http://www.agrupamentomartimdefreitas.com/web/images/DOCUMENTOS/1920/Regulamento\\_Interno/RI\\_AEMF\\_2018\\_2022.pdf](http://www.agrupamentomartimdefreitas.com/web/images/DOCUMENTOS/1920/Regulamento_Interno/RI_AEMF_2018_2022.pdf)
- AEMF (2019). Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas Martim de Freitas. Retirado de: [http://www.agrupamentomartimdefreitas.com/downloads/DOCUMENTOS/PEA\\_1619.pdf](http://www.agrupamentomartimdefreitas.com/downloads/DOCUMENTOS/PEA_1619.pdf)

## Anexos

Anexo I - Vista aérea da EB2,3 MF



Anexo II - Espaços de EF do 3º Ciclo da EB 2/3 MF



Anexo III - Matérias Prioritárias por Espaço

ESPAÇO	1 (2/3 Pav)	2 (1/3 Pav)	3 (S. Ginástica)	4 (Ext.)	5 (Bloco E)
<b>3º Ciclo</b>	<p><b>Voleibol</b></p> <p><b>Raquetes:</b></p> <p>- Badminton</p> <p>- Tênis</p> <p><b>Patinagem</b></p> <p><b>Basquetebol</b></p>	<p><b>Atletismo:</b></p> <p>- Salto em Altura</p> <p><b>Voleibol</b></p> <p><b>Ginástica</b></p> <p>(mínimo: 2 tapetes)</p> <p><b>FitEscola</b></p>	<p><b>Ginástica:</b></p> <p>- Solo</p> <p>- Aparelhos</p>	<p><b>Andebol / Futsal</b></p> <p><b>Basquetebol</b></p> <p><b>Atletismo:</b></p> <p>- Triplo Salto</p> <p>- Salto em Comprimento</p> <p>- Corrida de Resistência / Milha</p> <p>+</p> <p>- Corrida de Velocidade</p> <p>- Corrida de Barreiras</p> <p>- Corrida de Estafetas</p>	<p><b>Andebol / Futsal</b></p> <p><b>Atletismo:</b></p> <p>- Corrida de Velocidade</p> <p>- Corrida de Estafetas</p> <p>- Corrida de Resistência</p>

Anexo IV - Mapa dos Espaços/ "Roulement"

2/2 semanas	ROTAÇÃO						ROTAÇÃO						DANÇA					
	2º Ciclo		3/mai a 14/mai				3º Ciclo		3/mai a 14/mai				Todo o ano					
	Espaços	6	2	1		Espaços	5	4	3 (S.Gin)		Horário	S. DANÇA						
Segunda-feira	08:40-09:30	PR	6D	PF	5F	AM	6E					RS	8C	08:40-09:30	FS	5E		
	09:35-10:25	PR	6D	FS	6H	AM	6C			MF	9E	RS	8C	09:35-10:25	JQ	5D		
	10:40-11:30			PF	6A					MF	9F	DM	8E	RS	8A			
	11:35-12:25	JQ	7C			AM	5B			MF	9D	DM	8G	RS	8A	11:35-12:25	PR	6G
	12:30-13:20	JQ	7C	PF	5H	AM	5B			MF	9D	DM	8G			12:30-13:20	PR	5A
	13:40-14:30			13h25-14h15		DE-Badm						DE-Ad 13h						
	14:35-15:25																	
	15:30-16:20	PR	6B	PF	6I	AM	6E							RS	8D	14:35-15:25	PF	6A
	16:35-17:25	PR	6B	PF	6I	AM	6E							RS	8D	16:15-17:05	DM	8E
	17:30-18:20										DM	8F	RS	8D				
18:25-19:15																		
Terça-feira	08:40-09:30									DM	7D	RS	8B	08:40-09:30	FS	6H		
	09:35-10:25							MN	9B	JQ	7F	RS	8B	09:35-10:25	FS	6I		
	10:40-11:30			FS	5E									10:40-11:30	PR	ACS		
	11:35-12:25	PR	6G	DE	Bcc					MF	7E	JQ	7A					
	12:30-13:20	PR	6G						MN	9G	MF	7B						
	13:40-14:30																	
	14:35-15:25																	
	15:30-16:20			FS	5I	AM	5C											
	16:35-17:25	JQ	5D	FS	5I	AM	5C			MN	9H	MF	9I					
	17:30-18:20									MN	9H	MF	9I					
18:25-19:15																		
Quarta-feira	08:40-09:30	PR	6B			MF	9F		MN	9C	DM	8G	JQ	7C				
	09:35-10:25	JQ	5G			MF	9F		MN	9C			RS	7G	09:15-10:05	DM	8G	
	10:40-11:30	JQ	5G	DE	Bcc						DM	8F	RS	8A				
	11:35-12:25	JQ	5A						MN	9A	DM	8F			11:35-12:25	PR	6D	
	12:30-13:20	JQ	5A						MN	9A			MF	9D	12:30-13:20	PR	6B	
	13:40-14:30			13h25-14h15		DE-Badm												
	14:35-15:25			DE-Ad 14h														
	15:30-16:20																	
	16:35-17:25																	
	17:30-18:20																	
18:25-19:15																		
Quinta-feira	08:40-09:30	PR	6D			AM	6C											
	09:35-10:25			PF	6I	AM	6C				DM	7D			09:35-10:25	PR	ACS	
	10:40-11:30										DM	7D			10:40-11:30	AM	5B	
	11:35-12:25	PR	6G	PF	5H						JQ	7F			11:35-12:25	AM	6E	
	12:30-13:20	FS	5I	PF	5H	AM	5C				JQ	7F						
	13:40-14:30			14h00-15h00		DE-Badm						14h35-15h25		PF	6F-DNC			
	14:35-15:25																	
	15:30-16:20	FS	6H	PF	6A	AM	6E							DE	Bcc	15:10-16:00	RS	8A
	16:35-17:25	FS	6H	PF	6A	AM	6E			MN	9B	MF	9E			16:15-17:05	RS	8C
	17:30-18:20									MN	9B	MF	9E	RS	8B			
18:25-19:15																		
Sexta-feira	08:40-09:30	JQ	5A						MN	9C	DM	8E	RS	8D	08:40-09:30	AM	5C	
	09:35-10:25	JQ	5G						MN	9G	DM	8E			09:35-10:25	AM	6C	
	10:40-11:30	JQ	5D			AM	5B		MN	9G	MF	9I	RS	8C				
	11:35-12:25	JQ	5D			AM	6E		MN	9A	MF	7E	RS	7G				
	12:30-13:20								MN	9H	MF	7E	RS	7G	12:30-13:20	AM	6F	
	13:40-14:30																	
	14:35-15:25																	
	15:30-16:20	FS	5E	PF	5F													
	16:35-17:25	FS	5E	PF	5F							MF	7B	JQ	7A			
	17:30-18:20					DE-Futs						MF	7B	JQ	7A			
18:25-19:15																		

AM-Ana Maria / DM-Diana Melo / FS-Fredrick Saraiu / JQ-José Quadrado / MF-Maria Freitas / MN-Monica Nunes / PR-Paula Ruas / PF-Pedro Felfas / RS-Rui Silva

Anexo V - Matérias a trabalhar por Ano de Escolaridade

CATEG.	7º Ano	8º Ano	9º Ano
A	JDC Andebol <b>Basquetebol</b> Futsal Voleibol	JDC Andebol Basquetebol <b>Futsal</b> Voleibol	JDC <b>Andebol</b> Basquetebol Futsal Voleibol
B	GINÁSTICA Ginástica de Aparelhos <del>- Plinto</del> <del>- Boque</del> - Minitrampolim Ginástica de Solo	GINÁSTICA Ginástica de Solo <del>Ginástica Acrobática</del> <del>- Pares e/ou Trios</del> Ginástica de Aparelhos <del>- Plinto</del> <del>- Boque</del> - Minitrampolim	GINÁSTICA <del>Ginástica Acrobática</del> <del>- Pares e/ou Trios</del> Ginástica de Aparelhos <del>- Plinto</del> <del>- Boque</del> - Minitrampolim
C	ATLETISMO <u>Corridas</u> <i>Resistência</i> <i>Velocidade</i> <i>Barreiras (Iniciação; sem avaliação)</i> <i>Estafetas (Iniciação) (sem transmissão)</i> <u>Salto</u> <i>Comprimento</i> <i>Altura (técnica de Tesoura)</i>	ATLETISMO <u>Corridas</u> <i>Resistência</i> <i>Estafetas (sem transmissão)</i> <i>Velocidade</i> <u>Salto</u> <i>Altura (Fosbury Flop)</i> <i>Comprimento</i>	ATLETISMO <u>Corridas</u> <i>Resistência</i> <i>Barreiras (opcional)</i> <i>Estafetas (sem transmissão)</i> <u>Salto</u> <i>Tripla Salto</i> <i>Altura (Fosbury Flop Tesoura)</i>
D	PATINAGEM		
E		Dança (os conteúdos passaram para CEA)	
F	RAQUETES Badminton	RAQUETES Badminton Ténis (Iniciação; sem avaliação)	RAQUETES Badminton (Sem avaliação) Ténis
G	OUTRAS <i>Escalada, Luta (Judo), Orientação, Hóquei em Campo, Rúgbi, Lançamento do peso, ...</i>		

Anexo VI - Ficha individual do aluno

		
<b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS</b>		
<b>ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS</b>		
<b>Ano letivo de 2020/2021</b>		

**FICHA INDIVIDUAL DO ALUNO**

**Identificação:**

Nome: _____	Ano: _____	Turma: _____	Número: _____	Data de Nascimento: ____/____/____
Peso: _____ kg	Altura: _____ cm	Documento de Identificação: _____		
Morada: _____	Telemóvel: _____			

**A tua Saúde e Alimentação:**

Tens algum dos seguintes problemas: Asma <input type="checkbox"/> Epilepsia <input type="checkbox"/> Problemas na Coluna <input type="checkbox"/> Diabetes <input type="checkbox"/> Bronquite <input type="checkbox"/>
Problemas Cardíacos <input type="checkbox"/> Hipertensão <input type="checkbox"/> Colesterol <input type="checkbox"/> Outros: _____
Ouves bem? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Vês bem? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Alguma vez foste submetido a uma intervenção cirúrgica? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> A quê? _____
Horas a que normalmente te deitas: _____ E a que horas acordas? _____
Tens dispensa médica da componente prática da aula de Educação Física? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Se sim, qual é o motivo? _____
Quantas refeições realizas por dia? ____ Quais são: _____

**Prática Desportiva:**

Praticas alguma modalidade desportiva? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Se a tua resposta foi <b>SIM</b> , indica qual (quais)? _____
Federada? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Qual é o Clube? _____
Qual os dias e horários dos treinos? _____
Se a tua resposta foi <b>NÃO</b> , já praticaste? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Se a tua resposta foi <b>SIM</b> , indica qual (quais)? _____ Federada? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Já participaste nos Grupo/Equipa do Desporto Escolar? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Este ano pretendes fazer parte de algum? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Se <b>SIM</b> , qual(quais)? Futsal <input type="checkbox"/> Badminton <input type="checkbox"/> Atletismo <input type="checkbox"/> Boccia <input type="checkbox"/>

**Dados relativos à Educação Física:**

Assinala as modalidades que mais gostas?
Andebol <input type="checkbox"/> Futebol <input type="checkbox"/> Atletismo <input type="checkbox"/> Orientação <input type="checkbox"/> Escalada <input type="checkbox"/> Badminton <input type="checkbox"/> Voleibol <input type="checkbox"/> Natação <input type="checkbox"/>
Basquetebol <input type="checkbox"/> Corfebol <input type="checkbox"/> Patinagem <input type="checkbox"/> Ginástica <input type="checkbox"/> Jogo Tradicionais <input type="checkbox"/> Surf <input type="checkbox"/> Golfe <input type="checkbox"/> Ténis <input type="checkbox"/>
Outras <input type="checkbox"/> Quais? _____
Indica 3 modalidades que gostarias de dar este ano: _____
Qual ou quais as modalidades que tu gostas <b>MAIS</b> ? _____
Qual ou quais as modalidades que tu gostas <b>MENOS</b> ? _____
Qual foi a tua nota à disciplina de Educação Física no ano letivo anterior? _____



### Tempos Livres

#### Nos dias de aulas

Para onde vais quando saís da escola? \_\_\_\_\_  
Onde fazes os trabalhos escolares? \_\_\_\_\_ A que horas? \_\_\_\_\_  
Com quem? \_\_\_\_\_ Costumas ler histórias ou livros? \_\_\_\_\_  
Vês televisão? \_\_\_\_\_ A que horas? \_\_\_\_\_ Brincas em casa? \_\_\_\_\_ Na rua? \_\_\_\_\_  
Sozinho? \_\_\_\_\_ Acompanhado? \_\_\_\_\_  
Ajudas os pais? \_\_\_\_\_ Em que tarefas? \_\_\_\_\_ Quanto tempo? \_\_\_\_\_  
Tens alguma atividade extraescolar? \_\_\_\_\_ Catequese? \_\_\_\_\_  
Desporto? \_\_\_\_\_ Línguas estrangeiras? \_\_\_\_\_ Natação? \_\_\_\_\_ Música? \_\_\_\_\_ Outras: \_\_\_\_\_

#### No fim de semana

Vês televisão? \_\_\_\_\_ Passeias com os pais? \_\_\_\_\_ Vais ao cinema? \_\_\_\_\_ Brincas na  
rua? \_\_\_\_\_ Brincas em casa? \_\_\_\_\_ Ajudas os pais? \_\_\_\_\_  
Praticas desporto? \_\_\_\_\_ Outras: \_\_\_\_\_

#### Férias

Costumas passar férias? \_\_\_\_\_ Onde? \_\_\_\_\_ Quando? \_\_\_\_\_

### Gostos/Preferências

#### Escola

Gostas de andar na escola? \_\_\_\_\_  
Em caso negativo, porquê? \_\_\_\_\_  
O que gosta mais da escola? Recreio  Aulas  Os dois   
Assinala as tuas disciplinas preferidas:  
Matemática  Língua Portuguesa  Desenho   
Educação Física  Música  TIC  Outra/s  Qual/Quais? \_\_\_\_\_

#### Fora da escola

Gostas de: Ler Ouvir música Brincar Jogar Cantar Dançar  
Brincadeira preferida \_\_\_\_\_ Alimento preferido \_\_\_\_\_  
Programa de televisão preferido \_\_\_\_\_ Livro preferido \_\_\_\_\_  
Clube de Futebol preferido \_\_\_\_\_ Profissão que gostaria de ter \_\_\_\_\_

Observações \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

BOM ANO LETIVO

Anexo VII - Exemplo tarefa para aluna com atestado médico

**Tarefa 5 de abril**  
**Badminton e voleibol**

Nome:

Nº:

**O teu objetivo nesta tarefa é observares e registares a quantidade de componentes críticas que os alunos fazem (F) tanto no badminton como no voleibol.**

**Podes e deves intervir para ajudar os teus colegas a executarem corretamente o exercício.**

F= Faz (Nesta coloca deves colocar o nº correspondente à componente crítica que o aluno faz).

Obs.: =Observações (Casos queiras mencionar algo)

No verso da folha tens as componentes críticas de cada gesto do badminton e do voleibol que pretendo que observes

N.º	NOME	Badminton		Voleibol	
		F	Obs:	F	Obs:
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					

**Tarefa 5 de abril**  
**Badminton e voleibol**

**Componentes críticas**

**Badminton**

**Lob**

- 1- Realiza o batimento abaixo da cintura
- 2- Coloca o volante no fundo do campo adversário

**Clear**

- 3- Realiza o batimento acima da cabeça
- 4- Arma bem o braço atrás e faz rotação do tronco

**Serviço curto**

- 5- Trajetória rasante à rede

**Serviço longo**

- 6- Coloca o volante no fundo do campo adversário

**Voleibol**

**Passe:**

- 1- Contacta a bola com as pontas dos dedos
- 2- Coloca-se debaixo da trajetória da bola

**Manchete**

- 3- Contacta a bola com os antebraços
- 4- Realiza flexão dos membros inferiores

**Serviço por baixo**

- 5- Coloca a perna contrária à mão que vai bater na bola à frente
- 6- Consegue colocar a bola dentro do campo oposto

Anexo VIII - Análise SWOT da Disciplina de EF na Escola EB 2/3 MF

Pontos fortes	Pontos fracos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grupo disciplinar dinâmico;</li> <li>• Boa dinâmica do Desporto Escolar;</li> <li>• Trabalho por multimatérias;</li> <li>• Processo de avaliação bem definido;</li> <li>• Bons instrumentos de avaliação.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recursos materiais insuficientes;</li> </ul>
Oportunidades	Ameaças
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevada motivação dos alunos para a prática de Atividade Física;</li> <li>• Projeto do Desporto Escolar;</li> <li>• Valorização da disciplina por parte da direção da escola.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elevado número de alunos por turma;</li> <li>• Poucas horas letivas da Educação Física;</li> <li>• Instabilidade a nível de espaços quando chove;</li> <li>• Poucos recursos materiais;</li> <li>• Mau estado de algum material;</li> <li>• Pandemia (Covid-19):</li> <li>• Distanciamento de 3 metros entre alunos;</li> <li>• Tempo perdido na desinfeção do material;</li> <li>• Tempo perdido na organização dos alunos;</li> <li>• Necessidade de desinfeção das mãos dos alunos com regularidade;</li> <li>• Possibilidade de ensino à distância.</li> </ul>

# Anexo IX - 1ª Versão da Calendarização Anual

**1º PERÍODO**

Mês	Setembro						Outubro						Novembro						Dezembro																			
Dia	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	01	02	03	04	05	06	07
Nº aula	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	01	02	03	04	05	06	07
Nº espaço	51	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	1	5	1	1	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Matérias	Feriado																																					
FITESCOLA																																						
Aptidão Física																																						
Andebol																																						
Basquetebol																																						
Voleibol																																						
Futsal																																						
Ginástica de Aparelhos																																						
Ginástica de Solo																																						
Resistência																																						
Estafetas																																						
Velocidade																																						
Salto em Comprimento																																						
Badminton																																						
Tênis (iniciação em avaliação)																																						
Orientação																																						
Salto em altura																																						

**2º período**

Mês	Janeiro						Fevereiro						Março																							
Dia	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	01	02			
Nº aula	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70			
Nº espaço	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
Matérias	Carnaval																																			
FITESCOLA																																				
Andebol																																				
Basquetebol																																				
Voleibol																																				
Futsal																																				
Ginástica de Aparelhos																																				
Ginástica de Solo																																				
Resistência																																				
Estafetas																																				
Velocidade																																				
Salto em Comprimento																																				
Badminton																																				
Tênis (iniciação em avaliação)																																				
Orientação																																				

**3º PERÍODO**

Mês	Abril						Maio						Junho																							
Dia	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	01	02	03			
Nº aula	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	00	01	02			
Nº espaço	3	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1			
Matérias																																				
FITESCOLA																																				
Andebol																																				
Basquetebol																																				
Voleibol																																				
Futsal																																				
Ginástica de Aparelhos																																				
Ginástica de Solo																																				
Resistência																																				
Estafetas																																				
Velocidade																																				
Salto em Comprimento																																				
Badminton																																				
Tênis (iniciação em avaliação)																																				
Orientação																																				

## Anexo X - Versão Final da Calendarização Anual

1º PERÍODO																																
Mês	Setembro								Outubro								Novembro								Dezembro							
Dia	seg 27	qua 29	seg 28	qua 30	seg 5	qua 07	seg 14	qua 16	seg 23	qua 25	seg 30	qua 01	seg 8	qua 10	seg 15	qua 22	seg 29	qua 05	seg 12	qua 19	seg 26	qua 03	seg 10	qua 17	seg 24	qua 31	seg 07	qua 14	seg 21	qua 28		
Nº aula	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Nº espaço	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
<b>Matérias</b>																																
Aptidão Física																																
Andebol																																
Basquetebol																																
Voleibol																																
Futsal																																
Ginástica de Aparelhos																																
Ginástica de Solo																																
Resistência																																
Estafetas																																
Velocidade																																
Salto em Comprimento																																
Badminton																																
Ténis (iniciação sem avaliação)																																
Orientação																																
Salto em altura																																

2º período																																
Mês	Janeiro								Fevereiro								Março															
Dia	seg 4	qua 6	seg 11	qua 13	seg 18	qua 20	seg 25	qua 27	seg 1	qua 3	seg 8	qua 10	seg 15	qua 17	seg 22	qua 25	seg 1	qua 3	seg 8	qua 10	seg 15	qua 17	seg 22	qua 25	seg 1	qua 3	seg 8	qua 10	seg 15	qua 17	seg 22	qua 24
Nº aula	34	35	36	37	38	39	40	41	42		43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	
Nº espaço	2	2	2	2	2	1	1	1																								
<b>Matérias</b>																																
Aptidão Física																																
Andebol																																
Basquetebol																																
Voleibol																																
Futsal																																
Ginástica de Aparelhos																																
Ginástica de Solo	AFI	AFI																														
Resistência																																
Estafetas																																
Velocidade																																
Salto em Comprimento																																
Badminton																																
Ténis (iniciação sem avaliação)																																
Orientação																																
Visita de estudo																																
Avaliação dos conhecimentos																																

3º PERÍODO																																
mês	Abril								Maio								Junho															
Dia	seg 05	qua 07	seg 12	qua 14	seg 19	qua 21	seg 26	qua 28	seg 3	qua 05	seg 10	qua 12	seg 17	qua 19	seg 24	qua 26	seg 31	qua 2	seg 07	qua 9	seg 14	qua 16	seg 21	qua 23	seg 28	qua 30	seg 04	qua 06	seg 11	qua 13	seg 18	qua 20
Nº aula	64 e 65	66	67 e 68	69	70 e 71	72	73 e 74	75	76 e 77	78	79 e 80	81	82 e 83	84	85 e 86	87	88 e 89	90	91 e 92	93	94 e 95	96	97 e 98	99								
Nº espaço	1	1	1	1	5	5	5	5	4	4	4	4	3	3	3	3	5	5	5	5	2	2	2	2								
<b>Matérias</b>																																
Aptidão Física																																
Andebol																																
Basquetebol																																
Voleibol																																
Futsal																																
Ginástica de Aparelhos																																
Ginástica de Solo																																
Resistência																																
Estafetas																																
Velocidade																																
Salto em Comprimento																																
Badminton																																
Ténis (iniciação sem avaliação)																																
Orientação																																
Boccia																																

Anexo XI - Modelo Plano de Aula

	 <b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS</b>	 <b>ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS</b>
<b>Ano letivo de 2020/2021</b>		

<b>Plano Aula</b>			
Professor Estagiário:		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Período:	Espaço:	
Nº da aula:	U.D./Nº da aula da U.D.:	Duração da aula:	
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Auxiliares de Ensino:			
Objetivos da aula:			

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

**Áreas de competências (perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória):**

- A- Língua e textos
- B- Informação e comunicação
- C- Raciocínio e resolução de problemas
- D- Pensamento Crítico e Pensamento Criativo
- E- Relacionamento Interpessoal
- F- Desenvolvimento Pessoal e Autonomia
- G- Bem-Estar, Saúde e Ambiente
- H- Sensibilidade Estética e Artística
- I- Saber Científico, Técnico e Tecnológico
- J- Consciência e Domínio do Corpo

**Componentes críticas:**

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

Anexo XII - Modelo de Reflexão Crítica/ Relatório de Aula

	 REPÚBLICA PORTUGUESA	
<b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS</b>		
<b>ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS</b>		
<b>Ano letivo de 2020/2021</b>		

Plano Aula			
Professor(a) estagiário(a):		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Período: 1º Período	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.:	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula:
Nº de alunos presentes:		Nº de alunos dispensados:	
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			

Reflexão Crítica / Relatório da Aula:
<b>Planeamento da aula</b> (de que modo o plano influenciou positiva e negativamente o alcance dos objetivos da aula e a intervenção do professor)
<b>Instrução:</b>
<b>Gestão:</b>
<b>Clima:</b>
<b>Disciplina:</b>
<b>Decisões de ajustamento:</b>
<b>Aspetos positivos mais salientes:</b>
<b>Oportunidades de melhoria:</b>
<b>Referências Bibliográficas:</b>

Anexo XIII - Modelo Planificação Semanal das Aulas de EF

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
		<b>Momento 2 Aula Síncrona em grupos 8:20 às 9:10</b>		
<b>Momento 1 Aula Síncrona 11:15 às 12:05</b>				
				<b>Momento 3 #EstudoEmCasa 14:30 às 15h</b>

Anexo XIV - Instrumento de Avaliação da Modalidade de Voleibol

8ºG	Voleibol	Data:								Soma	°P	°P
		I - 3			E - 6			A - 8				
		1	2	3	4	5	6	7	8			
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
<b>Observ.</b>												
<b>Nível INTRODUTÓRIO</b>				<b>Nível ELEMENTAR</b>				<b>Nível AVANÇADO</b>				
I - 3 pontos				E - 6 pontos				A - 7/8 pontos				
Jogo de oposição 2x2				Jogo de oposição 2x2 ou 3x3				Jogo de oposição 2x2 ou 3x3				
1. Coloca a bola no colega em trajetória ascendente-descendente, de modo a que este possa dar continuidade ao jogo 2. Efetua passe / manchete em função da trajetória da bola 3. Serve por baixo dirigindo a bola ao colega				4. Realiza o 2º toque para posterior ataque 5. Ataca para um espaço vazio 6. Serve por baixo colocando a bola em zona de difícil recepção*				7. Serve por cima ou por baixo para zona de difícil recepção 8. Remata (em apoio ou suspensão)				

Anexo XV - Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área das Atividades Físicas

8º ano																									
5 Modal.					4 Modal.					3 Modal.			2 Modal.												
A	A	A	A	A	25	5	100	A	A	A	A	20	5	100	A	A	A	15	5	100	A	A	10	5	100
A	A	A	A	E	24	5	96	A	A	A	E	19	5	96	A	A	E	14	5	93	A	E	9	5	90
A	A	A	E	E	23	5	93	A	A	E	E	18	5	94	A	E	E	13	5	90	A	I	8	4	75
A	A	A	A	I	23	5	93	A	A	A	I	18	5	94	A	A	I	13	5	90	E	E	8	4	75
A	A	A	E	I	22	5	90	A	E	E	E	17	5	92	A	E	I	12	4	85	A	PI	7	3	65
A	A	E	E	E	22	5	90	A	A	A	PI	17	5	92	A	A	PI	12	4	85	E	I	7	3	65
A	A	A	A	PI	22	5	90	A	A	E	I	17	5	90	E	E	E	12	4	85	E	PI	6	3	50
A	A	E	E	I	21	4	85	A	A	I	I	16	4	80	A	I	I	11	4	75	I	I	6	3	50
A	E	E	E	E	21	4	85	A	E	E	I	16	4	80	A	E	PI	11	4	75	I	PI	5	2	40
A	A	A	I	I	21	4	85	A	A	E	PI	16	4	80	E	E	I	11	4	75	PI	PI	4	2	30
A	E	E	E	I	20	4	80	E	E	E	E	16	4	80	A	I	PI	10	3	65					
A	A	E	I	I	20	4	80	A	E	I	I	15	4	70	E	E	PI	10	3	65					
A	A	A	I	PI	20	4	80	A	E	E	PI	15	4	70	E	I	I	10	3	65					
A	A	E	E	PI	20	4	80	E	E	E	I	15	4	70	A	PI	PI	9	3	55					
E	E	E	E	E	20	4	80	A	I	I	I	14	3	60	E	I	PI	9	3	55					
A	A	E	I	PI	19	4	75	A	A	PI	PI	14	3	60	I	I	I	9	3	55					
A	A	I	I	I	19	4	75	A	E	I	PI	14	3	60	E	PI	PI	8	2	45					
A	E	E	E	PI	19	4	75	E	E	E	PI	14	3	60	I	I	PI	8	2	45					
A	A	A	PI	PI	19	4	75	E	E	I	I	14	3	60	I	PI	PI	7	2	35					
A	E	E	I	I	19	4	75	A	I	I	PI	13	3	55	PI	PI	PI	6	2	25					
E	E	E	E	I	19	4	75	E	E	I	PI	13	3	55											
A	A	I	I	PI	18	4	70	E	I	I	I	13	3	55											
A	A	E	PI	PI	18	4	70	A	I	PI	PI	12	3	50											
A	E	I	I	I	18	4	70	E	E	PI	PI	12	3	50											
A	E	E	I	PI	18	4	70	E	I	I	PI	12	3	50											
E	E	E	I	I	18	4	70	I	I	I	I	12	3	50											
E	E	E	E	PI	18	4	70	I	I	I	I	12	3	50											
A	A	I	PI	PI	17	3	65	A	PI	PI	PI	11	2	40											
A	E	E	PI	PI	17	3	65	E	I	PI	PI	11	2	40											
A	E	I	I	PI	17	3	65	I	I	I	PI	11	2	40											
A	I	I	I	I	17	3	65	E	PI	PI	PI	10	2	30											
E	E	E	I	PI	17	3	65	I	I	PI	PI	10	2	30											
E	E	I	I	I	17	3	65	I	PI	PI	PI	9	2	20											
A	E	I	PI	PI	16	3	60	PI	PI	PI	PI	8	1	15											
A	I	I	I	PI	16	3	60																		
A	A	PI	PI	PI	16	3	60																		
E	E	I	I	PI	16	3	60																		
E	I	I	I	I	16	3	60																		
E	E	E	PI	PI	16	3	60																		
A	E	PI	PI	PI	15	3	50																		
A	I	I	I	PI	15	3	50																		
E	I	I	I	PI	15	3	50																		
E	E	I	PI	PI	15	3	50																		
I	I	I	I	I	15	3	50																		
A	I	PI	PI	PI	14	2	45																		
E	E	PI	PI	PI	14	2	45																		
I	I	I	I	PI	14	2	45																		
E	I	I	PI	PI	14	2	45																		
A	PI	PI	PI	PI	13	2	35																		
E	I	PI	PI	PI	13	2	35																		
I	I	I	I	PI	13	2	35																		
E	PI	PI	PI	PI	12	2	25																		
I	I	PI	PI	PI	12	2	25																		
I	PI	PI	PI	PI	11	1	15																		
PI	PI	PI	PI	PI	10	1	10																		

Anexo XVI - Tabela de Combinação de Níveis de Desempenho na Área da Aptidão Física

FITescola  
Níveis PI-I-E-A

Tabela para obtenção do nível final na realização dos testes FITescola				
Vai Vem 20 metros (aptidão aeróbia)				
Abdominais (força resistente dos músculos abdominais)				
Impulsão Horizontal (força explosiva dos membros inferiores)				
2º / 3º Cidos				

4 ESPECIALIDADES					3 testes realizados					2 testes realizados					1 teste realizado						
A	A	A	A	20	5,0	100,0		A	A	A	15	5,0	100,0	100,0	A	A	A	10	5,0	100,0	95,0
A	A	A	E	19	4,8	95,0		A	A	E	14	4,7	93,3	90,0	A	A	E	9	4,5	90,0	85,0
A	A	E	E	18	4,5	90,0		A	E	E	13	4,3	86,7	85,0	E	A	I	8	4,0	80,0	75,0
A	A	A	I	18	4,5	90,0		A	A	I	13	4,3	86,7	85,0	E	E	E	8	4,0	80,0	75,0
A	E	E	E	17	4,3	85,0		A	E	I	12	4,0	80,0	80,0	E	E	I	7	3,5	70,0	65,0
A	A	A	PI	17	4,3	85,0		A	A	PI	12	4,0	80,0	80,0	E	A	PI	7	3,5	70,0	65,0
A	A	E	I	17	4,3	85,0		E	E	E	12	4,0	80,0	80,0	E	I	I	6	3,0	60,0	55,0
A	A	I	I	16	4,0	80,0		A	I	I	11	3,7	73,3	75,0	E	E	PI	6	3,0	60,0	55,0
A	E	E	I	16	4,0	80,0		A	E	PI	11	3,7	73,3	75,0	E	I	PI	5	2,5	50,0	45,0
A	A	E	PI	16	4,0	80,0		E	E	I	11	3,7	73,3	75,0	E	PI	PI	4	2,0	40,0	35,0
E	E	E	E	16	4,0	80,0		A	I	PI	10	3,3	66,7	65,0	I	A					
A	E	I	I	15	3,8	75,0		E	E	PI	10	3,3	66,7	65,0	I	E					
E	E	E	I	15	3,8	75,0		E	I	I	10	3,3	66,7	65,0	I	E	I				
A	E	E	PI	15	3,8	75,0		A	PI	PI	9	3,0	60,0	55,0	I	A	PI				
A	I	I	I	14	3,5	70,0		E	I	PI	9	3,0	60,0	55,0	I	E	I				
A	A	PI	PI	14	3,5	70,0		I	I	I	9	3,0	60,0	55,0	I	I	I				
A	E	I	PI	14	3,5	70,0		E	PI	PI	8	2,7	53,3	45,0	PI	E	PI				
E	E	E	PI	14	3,5	70,0		I	I	PI	8	2,7	53,3	45,0	PI	I	I				
E	E	I	I	14	3,5	70,0		I	PI	PI	7	2,3	46,7	40,0	PI	E	I				
A	I	I	PI	13	3,3	65,0		PI	PI	PI	6	2,0	40,0	30,0	PI	I	PI				
E	E	I	PI	13	3,3	65,0															
E	I	I	I	13	3,3	65,0															
A	I	PI	PI	12	3,0	60,0															
E	E	PI	PI	12	3,0	60,0															
E	I	I	PI	12	3,0	60,0															
I	I	I	I	12	3,0	60,0															
A	PI	PI	PI	11	2,8	55,0															
E	I	PI	PI	11	2,8	55,0															
I	I	I	PI	11	2,8	55,0															
E	PI	PI	PI	10	2,5	50,0															
I	I	PI	PI	10	2,5	50,0															
I	PI	PI	PI	9	2,3	45,0															
PI	PI	PI	PI	8	2,0	40,0															

## Anexo XVII - Critérios de Avaliação após implementação do projeto MAIA

Critérios de avaliação		
Critérios	Nível	Perfis de desempenho
<p>. Utilização de linguagem e símbolos associados à disciplina</p> <p>. Utilização de estratégias diversificadas para obter informação e comunicar</p> <p>. Procura de respostas para novas situações analisando a informação e aplicando-a em contextos específicos</p> <p>. Desenvolvimento da sensibilidade estética e artística e consciência e domínio do corpo</p> <p>. Adequação de comportamentos a contextos diversificados</p> <p>. Análise do seu conhecimento identificando pontos fortes e fragilidades</p>	1 e 2	O aluno revela muitas dificuldades ao nível da utilização de linguagem e símbolos associados à disciplina, e em comunicar. Não utiliza estratégias para obter informação e comunicar. Não é capaz de procurar respostas a novas situações e aplicar informação em contextos específicos. Revela dificuldades ao nível da apreciação estética e no domínio do corpo. Tem dificuldade em adequar os comportamentos. Também demonstra muita dificuldade em analisar o seu próprio conhecimento. Tendo em conta o ano de escolaridade o aluno terá dificuldade em adquirir, de forma satisfatória, no final do ciclo as competências necessárias a prosseguir o seu percurso escolar na escolaridade obrigatória.
	3	O aluno utiliza de forma satisfatória a linguagem e símbolos associados à disciplina. Utiliza de forma satisfatória estratégias para obter informação e comunicar. É capaz, com alguma dificuldade, de procurar respostas a novas situações e aplicar informação em contextos específicos. Revela alguma sensibilidade ao nível da estética e do domínio do corpo. Adequa o comportamento com mais ou menos dificuldade. Revela alguma dificuldade em analisar o seu próprio conhecimento. Tendo em conta o ano de escolaridade o aluno demonstra poder adquirir, de forma satisfatória, no final do ciclo as competências necessárias a prosseguir o seu percurso escolar.
	4	O aluno utiliza com facilidade a linguagem e símbolos associados à disciplina. Utiliza bem estratégias para obter informação e comunicar. É capaz, com facilidade, de procurar respostas a novas situações e aplicar informação em contextos específicos. Revela sensibilidade ao nível da estética e do domínio do corpo. Adequa os comportamentos e consegue analisar o seu próprio conhecimento. Tendo em conta o ano de escolaridade o aluno demonstra poder adquirir, com facilidade, no final do ciclo, as competências necessárias a prosseguir o seu percurso escolar.
	5	O aluno utiliza com muita facilidade a linguagem e símbolos associados à disciplina. Utiliza muito bem estratégias para obter informação e comunicar. É capaz, com muita facilidade, de procurar respostas a novas situações e aplicar informação em contextos específicos. Revela boa sensibilidade estética e bom domínio do corpo. Adequa conscientemente os comportamentos e consegue de forma clara analisar o seu próprio conhecimento. Tendo em conta o ano de escolaridade o aluno demonstra poder adquirir, com muita facilidade, no final do ciclo as competências necessárias a prosseguir o seu percurso escolar.

Anexo XVIII - Exemplo tarefa para a aluna de atestado médico

**Tarefa Aluna Atestado Médico**

**O teu objetivo nesta tarefa é observares e registares os alunos que Fazem ou Não Fazem a correta postura de receção após o salto em extensão no minitrampolim e contabilizares o nº de vezes que cada aluno passa pela estação.**

**Podes e deves intervir para ajudar os teus colegas dizendo o que eles podem melhorar, dizendo-lhe qual a componente crítica que está a ser mal executada, ou não esta a ser feita.**

F= Faz; NF= Não Faz; Obs= observações (coloca o nº da componente crítica que não é cumprido)

Postura de Receção, componentes críticas:

- 1- Flexão dos membros inferiores
- 2- Extensão dos membros superiores à frente
- 3- Olhar dirigido para a frente
- 4- Mantém o equilíbrio na receção

8ºG										
N.º	NOME	F/ NF								Obs:
		N.º de repetições								
		1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
..										

Anexo XIX - Programa Educativo Individual

**Programa Educativo Individual**

<p>Relacionamento interpessoal</p>	<p>O aluno deve ser capaz de:</p> <p>Cumprimentar a professora à chegada e saída da aula Cooperar com os colegas na procura do êxito pessoal e do grupo, Agir com cordialidade e respeito na relação com os colegas e com o professor, Aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio,</p>
<p>Desenvolvimento pessoal e autonomia</p>	<p>Conhecer, respeitar e aplicar as regras organizativas e de segurança pessoal e dos companheiros, Cooperar na preparação e na organização dos materiais,</p>
<p>Bem-estar, saúde e ambiente</p>	<p>Conhecer e aplicar cuidados de higiene, Conhecer e aplicar regras de preservação dos recursos materiais e do ambiente,</p>
<p>Consciência e domínio do corpo</p>	<p>Voleibol: realizar serviço por baixo e passe Futsal: realizar passe, receção e condução de bola Andebol: realizar passe, receção e drible Basquetebol: realizar passe, receção e drible Badminton: realizar corretamente a pega da raquete, e executar os gestos técnicos: <b>loq</b>, clear, serviço curto e serviço longo Ténis: realizar corretamente a pega da raquete Ginástica de solo: realizar o avião Ginástica de aparelhos: minitrampolim (realizar a corrida de balanço, chamada e impulsão), realizar a passagem sobre o boque/plinto Atletismo: Resistência: realizar 10 percursos no teste do Vaivém e correr 5 minutos sem parar no teste da milha Velocidade: identificar as 2 vozes da partida alta e posicionar-se de acordo com as mesmas, desacelerar apenas depois da meta, correr dentro da sua pista Salto em comprimento: realiza 3 fases do salto: corrida de balanço, chamada e a queda</p>

Anexo XX - Ficha de avaliação coparticipada da aptidão física

	 <b>REPÚBLICA PORTUGUESA</b>   EDUCAÇÃO
<b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS</b> <b>ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS</b> <b>Ano letivo de 2020/2021</b>	
<b>AVALIAÇÃO COPARTICIPADA</b> <b>Disciplina de Educação Física</b>	

Nome:	N.º
-------	-----

Peso:      Altura:

<b>Cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC)</b>	<b>Índice de Masa Corporal</b>  $IMC = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Altura (m)}^2}$	<b>Calcula o teu IMC</b>
--	--	--------------------------

RESISTÊNCIA MILHA	1º MOMENTO	2º MOMENTO	3º MOMENTO	NÍVEL 1	NÍVEL 2	NÍVEL 3
	TEMPO	TEMPO	TEMPO			
	8'25	-		E	-	
<b>Nível Introdutório (I)</b> Percorre uma Milha entre 9'30" e 11'30". O aluno pode andar mas não pode parar.	<b>Nível Elementar (E)</b> Percorre uma Milha entre 8'00" e 9'29". O aluno pode andar mas não pode parar.		<b>Nível Avançado (A)</b> Percorre uma Milha em menos de 8'00". O aluno pode andar mas não pode parar.			

VAIVÉM	1º MOMENTO	2º MOMENTO	3º MOMENTO	NÍVEL 1	NÍVEL 2	NÍVEL 3
	Número de Percursos	Número de Percursos	Número de Percursos			
	26	-		I	-	
IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A	IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A		IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A			
12	22	33	43	23	41	59
13	25	35	45	28	48	67
14	27	37	47	36	57	77
15	29	39	48	42	64	85
RAPARIGAS			RAPAZES			

ABDOMINAIS	1º MOMENTO	2º MOMENTO	3º MOMENTO	NÍVEL 1	NÍVEL 2	NÍVEL 3
	Número de Repetições	Número de Repetições	Número de Repetições			
	33	10		I	PI	
IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A	IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A		IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A			
12	18	36	53	18	39	60
13	18	38	57	21	44	66
14	18	39	59	24	48	71
15	18	40	62	24	48	71
RAPARIGAS			RAPAZES			

FLEXÃO DE BRAÇOS	1º MOMENTO	2º MOMENTO	3º MOMENTO	NÍVEL 1	NÍVEL 2	NÍVEL 3
	Número de Repetições	Número de Repetições	Número de Repetições			
	7	8		I	I	
IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A	IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A		IDADE      Z Saudável ≥ I      Nivel ≥ E      P. Atlético ≥ A			
12	7	11	15	10	16	21
13	7	12	16	12	17	22
14	7	12	16	14	19	24
15	7	12	17	16	22	27
RAPARIGAS			RAPAZES			

Anexo XXI - Ficha de autoavaliação

	 <b>REPÚBLICA PORTUGUESA</b>
<b>AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS</b>	
<b>ESCOLA BÁSICA 2/3 MARTIM DE FREITAS</b>	
Ano Letivo de 2020/2021	

**Ficha de Autoavaliação de**

Nome: \_\_\_\_\_ nº \_\_\_\_\_ turma: \_\_\_\_\_ ano: \_\_\_\_\_

Esta ficha pretende ajudar-te a refletir sobre a tua avaliação relativamente a conhecimentos, capacidades e atitudes ao longo do período.  
Para fazeres a tua autoavaliação, precisas de refletir sobre as aprendizagens realizadas nesta disciplina e o teu desempenho nas aulas, nos trabalhos, no grupo e individualmente, bem como, sobre o comportamento.

**DESCRITORES DE DESEMPENHO**

- **Utilizo linguagem e símbolos associados à disciplina**
  - Domino conceitos e procedimentos da disciplina.
  - Utilizo linguagens verbais e não verbais para comunicar.
- **Utilizo estratégias diversificadas para obter informação e comunicar**
  - Pesquiso, seleciono e organizo informação para a usar em várias situações.
  - Descrevo, explico e justifico as minhas ideias, procedimentos e raciocínios.
  - Sou capaz de argumentar.
- **Procuro resposta para novas situações analisando a informação e aplicando-a em contextos específicos**
  - Interpreto e compreendo situações ligadas ao mundo real.
  - Aplico conhecimentos a novas situações.
- **Tenho sensibilidade ao nível da estética e artística e consciência do domínio do corpo.**
  - Reconheço, experimento, aprecio e valorizo as diferentes manifestações culturais.
  - Realizo atividades e utilizo materiais específicos da disciplina.
- **Tenho comportamentos adequados**
  - Coopero, colaboro com os outros em projetos e trabalhos comuns.
  - Interajo com os outros com tolerância, empatia e responsabilidade.
  - Tenho consciência e responsabilidade ambiental.
  - Uso uma linguagem adequada.
- **Analiso o meu conhecimento identificando pontos fortes e fragilidades**
  - Sou empenhado, autónomo e persistente.
  - Cumpro os deveres escolares de assiduidade e de pontualidade, de material escolar, de realização das tarefas, na sala de aula e em casa.
  - Utilizo o feedback para melhorar a minha aprendizagem.
  - Sou capaz de autoavaliar-me de forma consciente.

Analisa com atenção os descritores de desempenho, acima apresentados.  
 Reflete sobre o teu desempenho ao longo do período e assinala com um (x) o nível que corresponde à tua situação.  
 Se tiveres dúvidas, pede ajuda ao teu professor.

	Conhecimentos, capacidades e atitudes	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo
Nível 1/2	Revelo muitas dificuldades/dificuldades nas aprendizagens essenciais e no desenvolvimento das competências.			
Nível 3	Revelo algumas dificuldades nas aprendizagens essenciais e no desenvolvimento das competências.			
Nível 4	Revelo facilidade nas aprendizagens essenciais e no desenvolvimento das competências.			
Nível 5	Revelo muita facilidade nas aprendizagens essenciais e no desenvolvimento das competências.			

Fundamenta a tua autoavaliação e diz o que podes fazer para melhorar.

1º Período	
Assinatura	
2º Período	
Assinatura	
3º Período	
Assinatura	



## TRICEPS NA ROCHA

FORÇA MEMBROS SUPERIORES



**5X**  
Nível 1

**10X**  
Nível 2

**15X**  
Nível 3

## Anexo XXIII - Divulgação da palestra com a campeã olímpica Rosa Mota no site da escola

Mantim de Freitas  
Biblioteca Escolar  
SeguraNET  
Eco-Escolas  
Associação de Pais

Escola em Segurança

Regras Ensino Pré-Escolar e 1.º Ciclo



Regras Ensino Básico e Secundário



Horário nº 27 - Grupo 910

Abertura de inscrições para o Pré Escolar - ano letivo 2021/2022

Abertura de inscrições para o 1º Ano do 1º CEB - ano letivo 2021/2022

### PALESTRA | Campeã olímpica Rosa Mota

[Imprimir Email](#)

Agosto 11 abril 2021. Publicado em Notícias

No âmbito do DAC (domínio de autonomia curricular) realizado com as turmas do 7.ºD, 8.ºE, 8.ºF e 8.ºG sobre os Jogos Olímpicos, o núcleo de estágio de Educação Física organizou uma palestra com a campeã olímpica Rosa Mota. A palestra realizou-se à na próxima quarta-feira, dia 21 de abril, pelas 14h30. Esta atividade foi alargada aos alunos do Desporto Escolar. Será um enorme privilégio poder partilhar este momento com uma pessoa que tão bem representa os valores olímpicos: excelência, respeito e amizade.



### O Dia Mundial da Saúde

[Imprimir Email](#)

Agosto 12 abril 2021. Publicado em Notícias

O Dia Mundial da Saúde é celebrado anualmente a 7 de abril. A data foi escolhida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 1948, aquando da organização da primeira assembleia da OMS. O objetivo desta comemoração visa garantir o melhor nível de saúde para as pessoas em todo o mundo, através da divulgação de temas importantes para a sociedade e que possam contribuir com a melhoria da qualidade de vida.

## Anexo XXIV - Acordo entre a FPO e a EB 2/3 Martim de Freitas



**FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ORIENTAÇÃO**  
Fundada em 19 de Dezembro de 1990  
Utilidade Pública Desportiva, Despacho 62/95, Diário da República n.º 244, de 21.10.1995  
Utilidade Pública, Despacho 4861/2012, Diário da República n.º 70, de 09.04.2012

### ACORDO DE PARCERIA

A Escola/Agrupamento de Escolas \_\_\_\_\_, (no caso de escola não agrupada, referir apenas o nome da escola) aqui representado (a) pelo (a) seu/sua Diretor(a), concorda com os termos da parceria com a Federação Portuguesa de Orientação, segundo os quais a FPO colabora com a Escola/AE através de:

- Cedência de placas para marcação de percursos permanentes de Orientação;
- Apoio na produção de um mapa de Orientação vocacionado para a Educação Física e Desporto Escolar, na área da escola, se solicitado e condicionado às disponibilidades;
- Iniciativas de caráter formativo que contribuam para apoiar a atividade da escola e dos professores, nomeadamente e sem prejuízo de outras:
  - Ações de formação creditadas, em articulação com Centro de Formação parceiros, sobre iniciação e desenvolvimento da modalidade;
  - Ações de formação complementadas por vídeos tutoriais, especificamente dedicados à implementação, manutenção e rentabilização de percursos permanentes;
  - Vagas específicas para professores não filiados, em ações do plano de formação FPO, versando temáticas como cartografia, traçado de percursos, cronometragem, sistema Oásis e outras.

E em contrapartida, a Escola/AE compromete-se a:

- Identificar um professor, do quadro de escola, que se assuma como interlocutor privilegiado da FPO neste âmbito, disponibilizando os respetivos contactos;
- Abordar curricularmente a modalidade nas aulas de Educação Física;
- Dinamizar a modalidade em contexto de complemento curricular em atividades abertas e tendencialmente massivas, pelo menos 1 vez em cada ano letivo (ex: dia da modalidade, competições interturnos ou similares, etc.);
- Procurar viabilizar a participação da escola, se possível e oportuno, em atividades interescolas que venham a ser promovidas pela FPO;
- Partilhar com a FPO o mapa da escola e respetivos percursos, para efeitos de inclusão numa base de dados FPO de percursos permanentes, com vista ao conhecimento por parte da comunidade da dinâmica da escola;
- Colaborar em processos de monitorização desenvolvidos pela FPO, nomeadamente através da resposta a pequenos questionários de atividade neste âmbito.

\_\_\_\_\_  
(local e data)

O Diretor/A Diretora \_\_\_\_\_  
(nome do diretor (a))

A FPO é apoiada por:



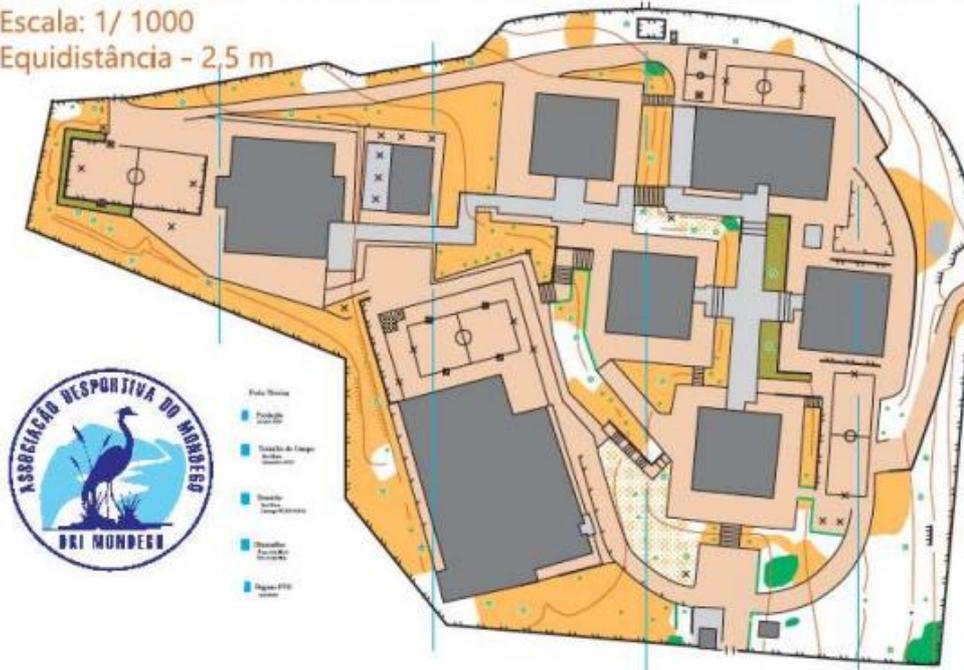
\_\_\_\_\_  
(assinatura do diretor (a))

Estrada da Vieira, 4 - Bairro Florestal - Pedreiras - 2430-401 MARINHA GRANDE | NIF 503083801  
IBAN PT50 0035 0441 0004 2596 9302 7 | Tel: (+351) 244575074 | Tlm.: (+351) 919919801 / 960236011 [geral@fpo.pt](mailto:geral@fpo.pt) \* [www.fpo.pt](http://www.fpo.pt)

# Escola Básica 2/3 de Martim de Freitas

Escala: 1/ 1000

Equidistância - 2,5 m



Anexo XXVI - “Seminário COMEDIG- Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal”



CERTIFICADO

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

Coimbra, 6 de novembro de 2020.

A Organização





Co-financiado por



## Anexo XXVII - Encontro digital extra “E@D... E agora?”

### **ENCONTRO DIGITAL** WEBINAR **EXTRA**

#### **CARLOS NUNES**

Licenciado em Ensino de Informática. É formador de professores na área das Tecnologias Educativas e professor de Informática no Agrupamento de Escolas de Silves Sul.

Autor de diversos manuais escolares da disciplina de TIC e de vídeos didáticos, sobre diversas ferramentas e aplicações, no canal YouTube «A Pensar em», que contam mais de 3 milhões de visualizações.

**CERTIFICADO**

Certifica-se que **Ana Rita Coutinho** assistiu:

**ENCONTRO DIGITAL EXTRA**  
**E@D... e agora?**

**auladigital** passo a passo

Plataforma Digital passo a passo, as principais funcionalidades para ensinar e comunicar à distância.

Este encontro foi dinamizado por Carlos Nunes, no dia 18 de fevereiro de 2021, às 17h30 e com a duração de 1 hora.

A Direção de Marketing Escolar

Logos: ASA, GALVRO, SEBENTA, Texto, LEYÁ EDUCAÇÃO



## CERTIFICADO



Certifica-se que

Ana Rita Coutinho

esteve presente na sessão do Ciclo de Boas práticas: **Lesões 1 – Conhecer | Prevenir.**

Esta sessão decorreu no dia 16 de março às 17h30, com a duração de 60 minutos.

A sessão foi dinamizada por Francisco Poças e Liliana Gomes

### **Francisco Poças**

Fisioterapeuta em diversas clínicas desportivas: Hospital Escola da Universidade Fernando Pessoa (2016/17); clínica FOR+ (2017/18) e clínica ETG (2018- até ao presente). Fisioterapeuta em clubes de diversas modalidades desportivas: Clube Atlântico da Madalena (2016/ 17); Sporting Clube de Portugal –Voleibol Sénior Masculino (2017/18 -2018/19); colaboração com Seleção Australiana de Voleibol (Séniiores Masculinos); Seleção Portuguesa de Voleibol (Séniiores Masculinos) e AJM/FC Porto – Voleibol Sénior Feminino (2019/2020)

### **Liliana Gomes**

Formação em Educação Física/ Desporto pela FCDEF – UP e especialização em Educação Especial. Participa em vários projetos, dos quais se destacam o projeto saúde e bem-estar na empresa Cartonagem Trindade com aulas de ginástica matinal, o projeto de prevenção de lesões e otimização da performance em bailarinas no Ginasiano Escola de Dança e a recuperação e reabilitação de lesões na Clínica FOR+.

**A DIREÇÃO DE MARKETING ESCOLAR**



Anexo XXIX - LeYa Educação participação na formação "Aula Digital"





## Certificado de Participação

Certifica-se que Rita Coutinho participou no **XIII Congresso Internacional de Avaliação Formativa em Educação** realizado na **Universidade Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física**, nos dias 24, 25 e 26 de junho de 2021.

*Prof. Doutor José Pedro Leitão  
Ferreira*

**Diretor da Faculdade de Ciências do  
Desporto e Educação Física da  
Universidade de Coimbra**

*Prof. Doutor Víctor López-Pastor*

**Coordenador da Red de Evaluación  
Formativa y Compartida en Educación**



FACULDADE DE  
CIÊNCIAS DO DESPORTO  
E EDUCAÇÃO FÍSICA  
UNIVERSIDADE DE  
COIMBRA





## Certificado de membro da organização

Certifica-se que Rita Coutinho integrou a **Comissão Organizadora do XIII Congresso Internacional de Avaliação Formativa em Educação** realizado na **Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Portugal**.

*Prof. Doutor José Pedro Leitão  
Ferreira*

**Diretor da Faculdade de Ciências do  
Desporto e Educação Física da  
Universidade de Coimbra**

*Prof. Doutor Victor López-Pastor*

**Coordenador da Red de Evaluación  
Formativa y Compartida en Educación**

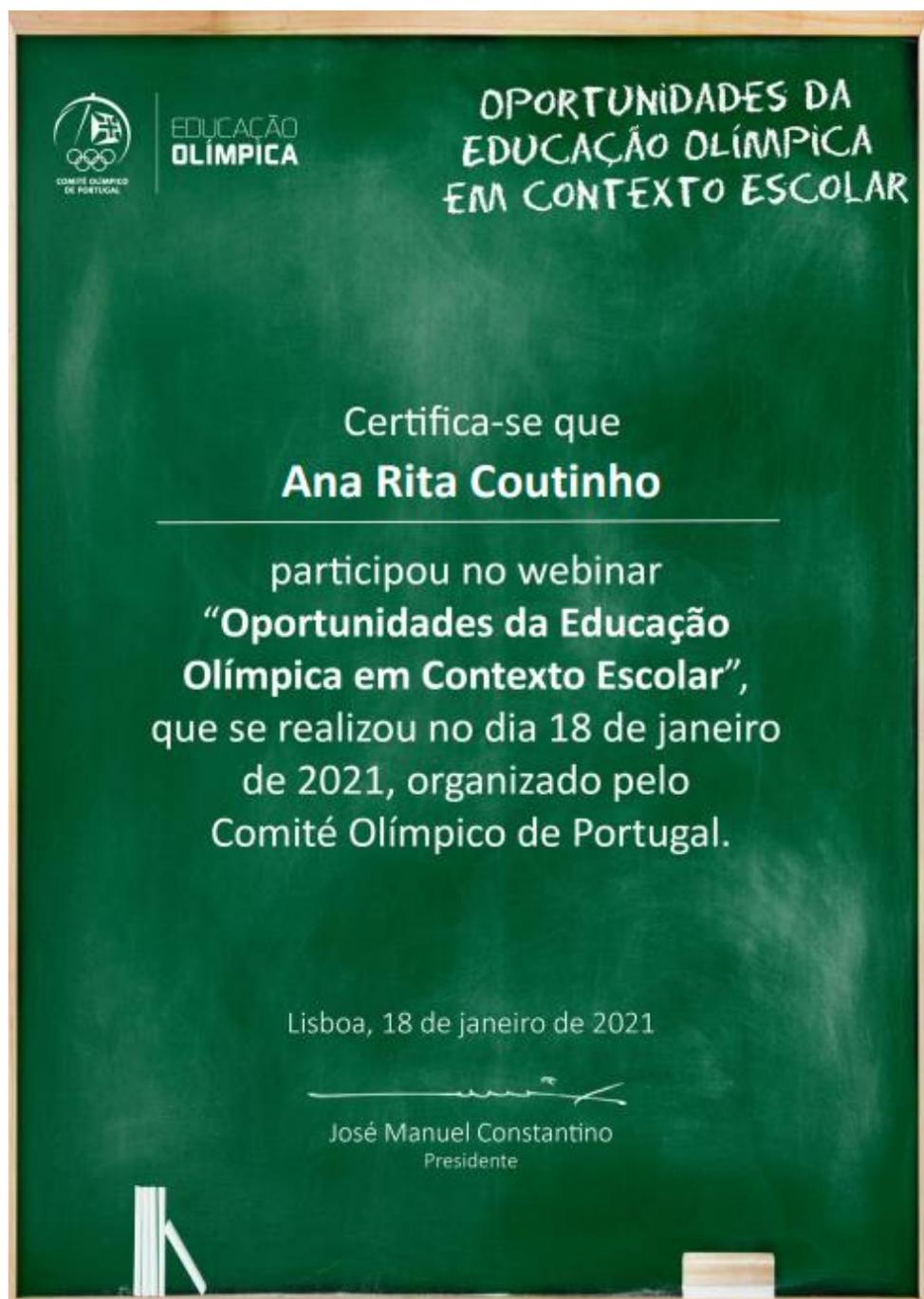


FACULDADE DE  
CIÊNCIAS DO DESPORTO  
E EDUCAÇÃO FÍSICA  
UNIVERSIDADE DE  
COIMBRA



Anexo XXXII - X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física





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



**QUESTIONÁRIO**

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

Este questionário visa perceber a visão dos estagiários sobre a sua intervenção pedagógica em aula. Simultaneamente, o conjunto da totalidade das respostas permitirá traçar um perfil de estagiário no início do Estágio Pedagógico. Não existem respostas certas ou erradas, dado que se trata de um questionário de percepções. Para que aqueles objetivos possam ser alcançados, é fundamental que as respostas correspondam à realidade.

Nome do estagiário:	
Escola:	
Data de resposta:	Género: Masculino ___ Feminino ___
Idade:	Ciclo(s) em que está a lecionar? 3ºciclo ___ Sec. ___
Instituição da Licenciatura:	
Designação da Licenciatura:	

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

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

Nas minhas aulas...	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
16. ... por vezes, incompatibilizo-me com algum aluno, sem razão aparente para tal.					
17. ... encorajo os alunos.					
18. ... dou especial atenção aos alunos com mais dificuldade.					
19. ... estímulo a autorresponsabilização dos alunos.					
20. ... estímulo a intervenção do aluno e a expressão das suas ideias.					
21. ... forneço <i>feedback</i> ao longo da aula.					
22. ... relaciono-me positivamente com os alunos.					
23. ... por vezes, permito comportamentos inapropriados.					
24. ... fomento uma relação positiva entre os alunos da turma.					
25. ... preocupo-me em relacionar as novas aprendizagens com as já adquiridas.					
26. ... preocupo-me em realizar tarefas diversificadas e motivadoras.					
27. ... preocupo-me em tratar os alunos de forma igual.					
28. ... previno comportamentos de indisciplina.					
29. ... questiono os alunos fazendo-os refletir sobre os conteúdos abordados.					
30. ... realizo um balanço dos conteúdos no início e no final da aula, tendo como objetivo a aprendizagem.					
31. ... utilizo formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).					
32. ... apresento, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.					
33. ... foco a sua avaliação nos conteúdos lecionados.					
34. ... sou claro na transmissão de <i>feedback</i> .					
35. ... transmiço <i>feedback</i> determinante para a melhoria das aprendizagens dos alunos.					
36. ... trato os alunos com respeito.					
37. ... utilizo a demonstração na apresentação das tarefas.					
38. ... utilizo diferentes estratégias ou formas para promover a aprendizagem dos alunos.					
39. ... utilizo os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.					
40. ... certifico-me se os alunos saem da aula sem dúvidas.					
41. ... informo, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).					
42. ... mostro disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.					
43. ... motivo os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).					
44. ... utilizo recursos materiais e/ou TIC's (tecnologias de informação e comunicação).					



## GRUPO II

### 1ª PARTE - Importância da EF

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

### 2ª PARTE – Ideia sobre a EF

1. Dentro das seguintes referências, o que lhe vem à ideia quando pensa na disciplina que leciona (colocar um X apenas em uma opção):

- a) Aprendizagem
- b) Gosto
- c) Monotonia
- d) Pavor
- e) Prazer
- f) Inação
- g) Diversidade
- h) Repetitividade
- i) Obrigação
- j) Necessidade
- l) Outro: \_\_\_\_\_

1.1. Apresente a principal razão desse sentimento:

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

Obrigada pela colaboração!





## Anexo XXXVI - Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário no Momento 1

Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário: "A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física"									
	Itens/indicadores	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Percepção professora estagiária	Dimensão
1	O professor nas aulas de Educação Física planifica a matéria, de forma lógica.	27	3	5	4	4,41	0,572	4	PO
2	O professor nas aulas de Educação Física apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	27	3	5	5	4,48	0,700	4	I
3	O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	27	1	5	5	4,56	0,892	4	PO
4	O professor nas aulas de Educação Física informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	27	2	5	5	4,33	0,961	3	PO
5	O professor nas aulas de Educação Física cumpre o horário da aula.	27	2	5	5	4,74	0,712	5	PO
6	O professor nas aulas de Educação Física é assíduo.	27	2	5	5	4,52	0,849	5	PO
7	O professor nas aulas de Educação Física mantém a turma controlada.	27	2	5	4	3,67	0,679	3	D
8	O professor nas aulas de Educação Física informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.	27	3	5	4	4,26	0,712	4	A
9	O professor nas aulas de Educação Física dá ritmo e entusiasmo às aulas.	27	1	5	4	3,81	0,921	3	RP
10	O professor nas aulas de Educação Física conhece a matéria que está a ensinar.	27	2	5	5	4,56	0,847	4	I
11	O professor nas aulas de Educação Física aceita as novas ideias dos alunos.	27	1	5	5	3,41	1,474	4	RP
12	O professor nas aulas de Educação Física gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.	27	1	5	2	3,30	1,409	3	PO
13	O professor nas aulas de Educação Física dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	27	2	5	4	4,22	0,847	4	I
14	O professor nas aulas de Educação Física é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.	27	1	5	5	4,22	1,013	4	D
15	O professor nas aulas de Educação Física é justo nas avaliações.	27	1	5	5	4,00	1,359	4	A
16	O professor nas aulas de Educação Física por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.	27	1	5	1	2,19	1,469	1	RP
17	O professor nas aulas de Educação Física encoraja os alunos.	27	1	5	4	3,93	0,997	5	RP
18	O professor nas aulas de Educação Física dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	27	1	5	4	3,89	1,050	3	RP
19	O professor nas aulas de Educação Física estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	27	2	5	5	4,26	0,903	4	RP
20	O professor nas aulas de Educação Física estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	27	1	5	5	4,00	1,074	4	RP
21	O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos ao longo da aula.	27	1	5	5	4,26	1,059	3	I
22	O professor nas aulas de Educação Física relaciona-se muito bem com os alunos.	27	1	5	4	3,81	1,241	4	RP
23	O professor nas aulas de Educação Física por vezes, permite comportamentos de indisciplina.	27	1	5	1	2,78	1,717	2	D
24	O professor nas aulas de Educação Física estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.	27	2	5	5	4,26	0,813	5	RP
25	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	27	2	5	4	4,15	0,864	5	I
26	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	27	2	5	5	4,26	0,859	4	PO
27	O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	27	1	5	5	4,44	0,934	5	RP
28	O professor nas aulas de Educação Física previne comportamentos de indisciplina.	27	1	5	5	3,74	1,259	4	D
29	O professor nas aulas de Educação Física coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	27	1	5	4	4,15	0,989	3	I
30	O professor nas aulas de Educação Física faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.	27	2	5	5	4,11	1,013	4	I
31	O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	27	1	5	4	3,59	1,152	3	A
32	O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	27	3	5	5	4,30	0,724	5	A
33	O professor nas aulas de Educação Física foca a sua avaliação nas matérias dadas.	27	2	5	5	4,37	0,839	5	A
34	O professor nas aulas de Educação Física é claro quando corrige os alunos.	27	1	5	5	4,26	1,059	4	I
35	O professor nas aulas de Educação Física dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	27	2	5	4	4,19	0,736	3	I
36	O professor nas aulas de Educação Física trata os alunos com respeito.	27	2	5	5	4,81	0,622	5	RP
37	O professor nas aulas de Educação Física utiliza a demonstração (exemplificativa) na apresentação dos exercícios.	27	1	5	5	4,67	0,832	4	I
38	O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.	27	2	5	5	4,22	0,892	3	I
39	O professor nas aulas de Educação Física utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	27	1	5	5	3,89	1,219	4	I
40	O professor nas aulas de Educação Física certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	27	1	5	5	4,11	1,188	3	I
41	O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.	27	1	5	5	4,22	0,974	4	A
42	O professor nas aulas de Educação Física mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.	27	2	5	4	4,07	0,829	5	RP
43	O professor nas aulas de Educação Física motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).	27	2	5	5	4,26	0,813	5	RP
44	O professor nas aulas de Educação Física utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.	27	1	5	1	2,11	1,340	4	PO

Anexo XXXVII - Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário no Momento 2

2ª aplicação									
Estatística Descritiva do Grupo I da 1ª Parte do Questionário: "A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física"									
itens/indicadores	N	Mínimo	Máximo	Moda	Média	Desvio Padrão	Perceção professora estagiaria	Dimensão	
1	planifica a matéria, seguindo uma sequência lógica.	27	3	5	5	4,63	0,565	4	PO
2	apresenta os conteúdos, ajustando-os ao nível de conhecimento dos alunos.	27	4	5	5	4,67	0,480	5	I
3	apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	27	3	5	5	4,67	0,555	4	PO
4	apresenta o processo avaliativo de forma clara e inequívoca.	27	3	5	5	4,52	0,580	4	PO
5	cumprir o horário da aula.	27	4	5	5	4,89	0,320	5	PO
6	é assíduo.	27	4	5	5	4,85	0,362	5	PO
7	mantém a turma controlada.	27	2	5	4	4,00	0,784	4	D
8	dá a conhecer ao aluno a qualidade do seu desempenho em aula.	27	3	5	5	4,59	0,636	3	A
9	imprime ritmo e dá entusiasmo à aula.	27	3	5	5	4,56	0,698	3	RP
10	demonstra um conhecimento aprofundado da matéria que ensina.	27	4	5	5	4,78	0,424	5	I
11	demonstra-se receptivo a novas ideias dos alunos.	27	3	5	4	4,22	0,641	4	RP
12	gasta muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a execução dos conteúdos.	27	1	5	3	3,11	1,311	2	PO
13	transmite os conteúdos, levando os alunos a estabelecer ligações entre as matérias.	27	1	5	5	4,41	0,888	5	I
14	é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos inapropriados.	27	3	5	5	4,59	0,636	4	D
15	é justo nas avaliações.	27	3	5	5	4,52	0,700	4	A
16	por vezes, incompatibiliza-se com algum aluno, sem razão aparente para tal.	27	1	5	5	4,52	1,014	1	RP
17	encoraja os alunos.	27	3	5	5	4,48	0,580	5	RP
18	dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	27	3	5	5	4,15	0,818	3	RP
19	estimula a autorresponsabilização dos alunos.	27	2	5	5	4,30	0,869	4	RP
20	estimula a intervenção do aluno e a expressão das suas ideias.	27	1	5	5	4,41	0,931	4	RP
21	fornece feedback ao longo da aula.	27	2	5	5	4,56	0,751	3	I
22	relaciona-se positivamente com os alunos.	27	3	5	5	4,52	0,580	5	RP
23	por vezes, permite comportamentos inapropriados.	27	1	5	5	4,22	1,050	2	D
24	fomenta uma relação positiva entre os alunos da turma.	27	3	5	5	4,48	0,643	5	RP
25	preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já adquiridas.	27	4	5	5	4,63	0,492	5	I
26	preocupa-se em realizar tarefas diversificadas e motivadoras.	27	2	5	5	4,41	0,844	4	PO
27	preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	27	1	5	5	4,15	1,099	5	RP
28	previne comportamentos de indisciplina.	27	2	5	5	4,26	1,023	4	D
29	questiona os alunos fazendo-os refletir sobre os conteúdos abordados.	27	2	5	5	4,41	0,797	4	I
30	realiza um balanço dos conteúdos no início e no final da aula, tendo como objetivo a aprendizagem.	27	2	5	5	4,48	0,802	4	I
31	utiliza formas diversificadas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	27	2	5	5	4,19	0,962	4	A
32	apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	27	3	5	5	4,74	0,526	5	A
33	foca a sua avaliação nos conteúdos lecionados.	27	2	5	5	4,44	0,698	5	A
34	é claro na transmissão de feedback.	27	3	5	5	4,44	0,698	4	I
35	transmite feedback determinante para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	27	3	5	5	4,33	0,784	4	I
36	trata os alunos com respeito.	27	3	5	5	4,74	0,594	5	RP
37	utiliza a demonstração na apresentação das tarefas.	27	4	5	5	4,59	0,501	4	I
38	utiliza diferentes estratégias ou formas para promover a aprendizagem dos alunos.	27	3	5	5	4,44	0,698	3	I
39	utiliza, os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	27	2	5	5	4,37	0,792	4	I
40	certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	27	2	5	5	4,37	0,839	3	I
41	informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	27	1	5	5	4,07	1,207	5	A
42	mostra disponibilidade para auxiliar os alunos no final das aulas.	27	3	5	5	4,44	0,641	5	RP
43	motiva os alunos de modo a que estes se interessem pela disciplina, fora do contexto de aula/escola (tempos livres).	27	2	5	5	4,37	0,884	5	RP
44	utiliza recursos materiais e/ou TIC's (tecnologias de informação e comunicação).	27	1	5	2	2,33	1,301	2	PO