

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Marcelo Cardoso

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA INTEGRADA C/
J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA JUNTO DA TURMA
DO 9ºF NO ANO LETIVO DE 2020/2021**

O IMPACTO DA “SEMANA PARALÍMPICA” NAS ATITUDES DOS
ALUNOS DO 2º CICLO FACE À INCLUSÃO DE ALUNOS COM
DEFICIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

VOLUME 1

**Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ensino de
Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário orientado pela
Professora Doutora Maria João Campos e apresentado à
Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da
Universidade de Coimbra.**

Outubro de 2021

MARCELO CARDOSO

2016235752

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA INTEGRADA C/J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA JUNTO DA
TURMA DO 9ºF NO ANO LETIVO DE 2020/2021**

**O IMPACTO DA “SEMANA PARALÍMPICA” NAS ATITUDES DOS ALUNOS DO
2º CICLO FACE À INCLUSÃO DE ALUNOS COM DEFICIÊNCIA NAS AULAS DE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

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

Orientador: Profª Drª Maria João Campos

COIMBRA

2021

Esta obra deve ser citada como:

Cardoso, M. (2021) *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica Integrada c/J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia, junto da Turma 9ºF, no ano letivo 2020/2021. O impacto da Semana Paralímpica nas atitudes dos alunos do 2º Ciclo face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de Educação Física.* Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Marcelo Cardoso, aluno nº2016235752 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 06 maio.

Coimbra, 30 Outubro de 2021

(Marcelo Cardoso)

Dedicatória

À minha mãe, pelo enorme esforço e dedicação ao longo de toda a minha formação.

AGRADECIMENTOS

A realização desta grande etapa, a minha formação profissional, da qual me orgulho de concluir, nem sempre foi fácil. Não teria sido possível chegar ao final desta jornada sem o apoio e ajuda de vários intervenientes fundamentais em todo o processo, por isso, devo uma palavra de agradecimento sincero a todos os que me permitiram chegar até aqui.

Em primeiro lugar, agradeço à minha mãe, por todo o sacrifício, por toda a dedicação, por nunca deixar que algo me faltasse e por me ter tornado a pessoa que sou hoje. Todas as palavras do mundo serão curtas, sem ela, nunca teria chegado até aqui.

À professora orientadora da faculdade, Professora Doutora Maria João Campos, pelas suas apreciações sobre o meu desempenho, pelas análises críticas e reflexões conjuntas, tão importantes para a evolução da minha intervenção pedagógica, e por toda a disponibilidade prestada.

Ao professor orientador da escola, Professor Edgar Ventura, por todos os ensinamentos e partilha de experiências, por toda a exigência que demonstrou ao longo do ano e por todas as sugestões e elogios. Pelo carinho e pela boa disposição partilhada sempre.

Aos meus colegas de estágio, Rita Costa, Edgar Catarino e Beatriz Martins, pois apesar de termos sido colocados no mesmo barco “ao acaso” estabelecemos relações que permitiram partilhar experiências fantásticas, agradecer-vos pelas críticas construtivas, pela motivação transmitida, pelas conversas e desabafos e especialmente pela amizade desenvolvida, não me imagino a reviver este ano sem a vossa companhia.

Aos meus alunos, que me fizeram sentir afortunado por partilhar este ano de estágio com eles. Estou grato pelo empenho que mostraram durante todas as aulas e por todos os momentos que vivenciamos. Por serem os meus primeiros alunos, nunca os esquecerei.

Aos meus amigos, por toda a amizade, alegria e disponibilidade, por todos os momentos bem passados e principalmente por acreditarem em mim e por estarem presentes todos os dias, nos bons momentos e nos menos bons.

A todos, o meu mais sincero e profundo Obrigado!

RESUMO

O Estágio Pedagógico simboliza um marco essencial na formação académica, profissional e pessoal. Na formação académica, dado que é o momento de aplicar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo de toda a formação inicial. Na formação profissional, porque é a primeira experiência no mundo do ensino, através de uma intervenção pedagógica, em contexto real e supervisionado. Por último, qualifico como marco a nível pessoal, visto que, é o culminar de muita dedicação e é um sonho de criança que está a ser consumado.

O presente Relatório de Estágio retrata todo o trabalho desenvolvido ao longo da unidade curricular Estágio Pedagógico, inserida no Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra, desenvolvida na Escola Básica Integrada com Jardim de Infância Prof. Dr. Ferrer Correia, junto da turma F do 9º ano de escolaridade, no ano letivo 2020/2021.

A estruturação do documento está repartida em três capítulos distintos. O primeiro capítulo refere-se às expectativas iniciais e à caracterização do contexto. Seguidamente, no capítulo dois consta a reflexão sobre a prática pedagógica, envolvendo todas as atividades de ensino-aprendizagem, ou seja, o planeamento, a intervenção pedagógica, a avaliação e, ainda, as atividades de organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas e a atitude ético-profissional. Por último, no terceiro capítulo foi abordado e aprofundado o tema-problema que visa analisar o impacto do programa de atividade física adaptada, denominado “Semana Paralímpica”, nas atitudes dos alunos do 2º ciclo face à inclusão de alunos com Necessidades Educativas Especiais nas aulas de Educação Física. Os resultados mostraram que após a implementação da atividade, houve diferenças estatisticamente significativas nas atitudes dos alunos sem Necessidades Educativas Especiais.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Atitudes, Necessidades Educativas Especiais, Inclusão.

ABSTRACT

Teacher Training symbolizes an essential milestone in academic, professional, and personal training. In academic training, as it is the time to put into practice the knowledge acquired throughout initial training. In professional training, because it is the first experience in the teaching world, through a pedagogical intervention, in a real and supervised context. Finally, I qualify as a milestone on a personal level, as it is the culmination of a lot of dedication and is a child's dream that is being fulfilled.

This Internship Report portrays all the work developed throughout the Pedagogical Internship course, included in the master's degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sport Sciences and Physical Education, University of Coimbra, developed at the Basic School Integrated with Kindergarten, Prof. Dr. Ferrer Correia, with the F class of the 9th grade, in the school year 2020/2021.

The structure of the document is divided into three distinct chapters. The first chapter refers to initial expectations and the context characterization. Then, in chapter two, there is a reflection on pedagogical practice, involving all teaching-learning activities, i.e., planning, pedagogical intervention, assessment and, also, activities of school organization and management, projects and partnerships educational activities and the ethical-professional attitude. Finally, the third chapter addressed and deepened the problem-theme that aims to analyse the impact of the adapted physical activity program, called "Paralympic Week", on the attitudes of 2nd cycle students towards the inclusion of students with Special Educational Needs in classes Physical Education. Results showed that after the activity implementation, there were statistically significant differences in the attitudes of students without Special Educational Needs.

Keywords: Teacher Training, Physical Education, Attitudes, Special Educational Needs, Inclusion.

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	VI
RESUMO	VII
ABSTRACT	VIII
ÍNDICE DE TABELAS	XI
ÍNDICE DE ANEXOS	XII
LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS	XIII
Introdução	1
Capítulo I – Contextualização da Prática	3
1. Expetativas Iniciais	3
2. Caraterização do Contexto.....	4
2.1 A Escola	4
2.1.1 Recursos Espaciais e Materiais	5
2.2 O Grupo Disciplinar.....	6
2.3 O Núcleo de Estágio	6
2.4 Os Orientadores	7
2.5 A Turma.....	8
Capítulo II – Análise Reflexiva Sobre a Prática Pedagógica	11
Área 1 – Atividades de Ensino- Aprendizagem.....	11
1. Planeamento.....	11
1.1 Plano Anual	12
1.2 Unidades Didáticas	13
1.3 Plano de Aula	14
2. Realização	15
2.1 Instrução	16
2.2 Gestão	18
2.3 Clima e Disciplina	19
2.4 Decisões de Ajustamento.....	20
3. Avaliação	21
3.1 Avaliação Formativa Inicial	21
3.2 Avaliação Formativa.....	22
3.3 Avaliação Sumativa.....	23
3.4 Autoavaliação	24
4. Ensino à Distância	25

5. Coadjuvação no 1º Ciclo.....	26
Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar.....	26
Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas.....	27
Área 4 – Atitude Ético-Profissional.....	28
Capítulo III– Aprofundamento do Tema-Problema	31
Resumo	31
Abstract.....	32
1. Introdução.....	33
2. Metodologia.....	35
2.1 Participantes	35
2.2 Instrumento.....	35
2.3 Procedimentos	36
2.4 Caracterização e Programa da Atividade	37
2.5 Análise Estatística	38
3. Resultados.....	38
4. Discussão dos Resultados.....	42
5. Conclusões.....	43
Referências.....	45
Considerações Finais	47
Referências Bibliográficas.....	48

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Dados Sociográficos.....	39
Tabela 2 - Resultados das Subescalas de Atitudes na 1ª e 2ª Aplicação	40
Tabela 3 - Resultados da Influência da Variável "Género" na Atitude Global nas duas Aplicações	40
Tabela 4 - Resultados da Influência da Variável “contacto prévio com deficiência na família/amigos” na Atitude Global nas duas Aplicações	41
Tabela 5 - Resultados da Influência da Variável “nível de competitividade” na Atitude Global nas duas Aplicações.....	41

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I – Ficha Individual do Aluno.....	51
Anexo II – Plano de Aula.....	54
Anexo III – Relatório de Aula.....	58
Anexo IV – Extensão de Conteúdos.....	60
Anexo V – Avaliação Formativa Inicial.....	61
Anexo VI – Avaliação Formativa Sumativa.....	61
Anexo VII – Ficha de Autoavaliação	62
Anexo VIII – Cartaz 1ª Atividade.....	63
Anexo IX – Cartaz 2º Atividade.....	64
Anexo X – Certificado FICEF.....	65
Anexo XI – Certificado Jogos para a Inclusão.....	65
Anexo XII – Certificado Oportunidades da Educação Olímpica.....	66
Anexo XIII – Certificado COMEDIG.....	67
Anexo XIV – Certificado Benefícios da atividade física vs a prática condicionada.....	67
Anexo XV – Certificado Estafeta do Conhecimento.....	68
Anexo XVI – Certificado XXI Fórum Internacional do Desporto.....	68

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

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

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

EBIJFC - Escola Básica Integrada com J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia

EP – Estágio Pedagógico

EF – Educação Física

RE – Relatório de Estágio

NE – Núcleo de Estágio

PNEF – Plano Nacional de Educação Física

GDEF – Grupo Disciplinar de Educação Física

UD – Unidade Didática

NEE – Necessidades Educativas Especiais

E@D- Ensino à Distância

AFI- Avaliação Formativa Inicial

AF- Avaliação Formativa

AS- Avaliação Sumativa

FB – Feedback

Introdução

O presente Relatório de Estágio (RE) foi desenvolvido no âmbito da unidade curricular Estágio Pedagógico (EP) no ano letivo 2020/2021, inserido no plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade Coimbra (FCDEF-UC). O EP pretende conceder a profissionalização de novos docentes através de um processo de prática profissional orientada e supervisionada, todavia autónoma, ao longo de um ano letivo. Desta forma, e para a realização deste documento, o EP foi realizado na Escola Básica Integrada com J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia (EBIJIFC), junto da turma do 9ºF, sob a orientação do professor orientador da FCDEF-UC, a Professora Doutora Maria João Campos e do professor orientador da EBIJIFC, o professor Edgar Ventura.

O Estágio Pedagógico permite uma primeira aproximação à prática profissional e promove a aquisição de um saber, de um saber fazer e de um saber julgar as consequências das ações didáticas e pedagógicas, desenvolvidas no quotidiano profissional. Assim, o EP ao possibilitar o envolvimento experiencial e interativo com alunos na sala de aula e com os orientadores, em situações pré e pós-ativas do ensino (Jackson, 1968), cria condições para a realização de aprendizagens que podem proporcionar a aquisição de saberes profissionais e mudanças, quer nas estruturas conceptuais, quer nas conceções de ensino. (Clark & Peterson, 1986).

Este documento visa a narração da trajetória ao longo do ano letivo, de todas os sentimentos, dificuldades e conquistas. Além de que, também pretende refletir sobre as opções tomadas, sobre as capacidades e as aprendizagens assimiladas durante o EP.

Assim, o RE está dividido em três capítulos, primeiramente, a contextualização da prática desenvolvida, onde serão apresentados os dados reveladores do contexto vivido. No segundo capítulo, será realizada uma análise reflexiva da prática pedagógica, abrangendo todas as atividades de ensino-aprendizagem, as atividades de organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas e a atitude ético-profissional. Este capítulo faz ainda referência ao Ensino à Distância (E@D), uma vez que, a maior parte do 2º período, foi lecionado neste regime. Por fim, no terceiro capítulo foi abordado e aprofundado o tema-problema que visa analisar o impacto do programa de atividade física adaptada, denominado “Semana Paralímpica”, nas atitudes dos alunos do 2º ciclo face à inclusão de alunos com Necessidades Educativas Especiais nas aulas de Educação Física.

Capítulo I – Contextualização da Prática

O Estágio Pedagógico (EP) assume-se como um momento único no percurso académico dos estudantes estagiários. Além de referirem o EP como a última etapa da qualificação profissional para a docência, os autores Resende, Silva, Albuquerque, Lima e Castro (2014) classificam-no como um processo complexo, multifacetado e caracterizado pela transferência do conhecimento teórico para a prática.

Posto isto, este primeiro capítulo é constituído por uma reflexão sobre as expectativas iniciais e pela caracterização do contexto no qual o EP se efetivou.

1. Expectativas Iniciais

No decorrer do primeiro ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), foi proposto aos alunos realizarem uma tarefa de observação de aula em contexto de EP, com o propósito de desenvolver competências de análise reflexiva sobre um ensino eficaz e de favorecer a integração em contexto escolar. Em virtude de conviver com um colega e amigo que estava a realizar o EP na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia, muitas vezes em conversa, ele falava-me das suas experiências e de como era vivido o EP por lá. Devido a isso, decidi realizar a tarefa nessa escola. Após ter finalizado essa observação de aula, percebi que esta escola seria uma das primeiras opções na minha candidatura para o EP que se avizinhava. Foram vários os aspetos que pesaram nesta decisão, destacando-se as condições das infraestruturas desportivas, a importância notória que a educação física ocupa na escola, o meio envolvente e a primeira impressão agradável que tive do Professor Orientador. Alguns meses depois, os resultados foram divulgados, e tal como pretendia fiquei colocado na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia, o que me deixou desde logo muito feliz e com vontade de iniciar esta nova etapa.

Se por um lado, sendo esta a etapa final de um longo processo de formação e tendo em conta que poderia finalmente exercer as funções de professor de Educação Física, profissão que ambicionava desde cedo, embora ainda como estagiário, sentia-me entusiasmado e motivado para finalmente começar. Por outro lado, por conta da pandemia provocada pela Covid-19 que alterou a nossa forma de viver, tinha a noção que lecionar

aulas de Educação Física (EF) neste contexto seria ainda mais complexo, “acrescentando” assim mais uma dimensão ao ensino, que era o que mais me preocupava e angustiava.

Nas primeiras visitas à escola, o professor orientador prontamente se encarregou de ambientar os professores estagiários à escola e a toda a comunidade escolar, o que levou a uma adaptação mais fácil e rápida. Após as inúmeras reuniões (do núcleo de estágio, do grupo disciplinar e do conselho de turma) antes do ano letivo se iniciar, a forma como fui recebido e como os problemas eram tratados, fez-me abstrair das minhas inquietações e concentrar-me em evoluir, não só em contexto de aula, mas também em todas as restantes situações envolventes do contexto escolar.

Assim, as minhas expectativas iniciais estavam focadas em criar, desde a primeira aula, uma relação pedagógica positiva com todos os alunos, apesar das características e individualidades de cada um, para garantir mais eficácia na aprendizagem destes durante a minha intervenção pedagógica. Além disso, fazia parte das minhas expectativas transmitir aos alunos, não só conhecimento ao nível da EF, mas também incutir atitudes e valores.

2. Caraterização do Contexto

De forma a contextualizar a prática pedagógica elaborada, é crucial caracterizar o meio envolvente e apresentar os seus intervenientes. Somente assim, é possível compreender em que contexto se desenvolveu.

2.1 A Escola

A Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia pertence ao agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo, situa-se no alto do Senhor da Serra, na freguesia de Semide. Inserida num meio rural, o Senhor da Serra conta com cerca de 500 habitantes, onde a maior parte da população empregada tem a sua fonte de rendimento proveniente do setor primário, mais concretamente da agricultura.

Na altura da criação da escola (1968), esta estava destinada apenas para o ensino primário. Em 1973, 5 anos mais tarde da sua criação, surgiu um projeto inovador e revolucionário que juntou o Jardim de Infância com outros ciclos do Ensino Básico, com o intuito de reduzir as carências ao nível da alimentação e da alfabetização. Destacando-se assim por ter sido a primeira Escola Básica Integrada em Portugal. A escola tem como

Patrono o Professor e Doutor António de Arruda Ferrer Correia, que ocupou o cargo de Reitor da Universidade de Coimbra e também de Presidente da Fundação Calouste Gulbenkian.

Relativamente à comunidade escolar, neste ano letivo a escola contou com 208 alunos, divididos por 16 turmas dos vários ciclos. Quanto ao corpo docente a escola é constituída por 36 professores e por 18 assistentes operacionais, que garantem o bom funcionamento da mesma. Salienta-se que o corpo docente da escola é um grupo unido, prestável e divertido, e que o corpo não docente é formado essencialmente por moradores da freguesia, assegurando assim um clima muito agradável de trabalho e um sentimento de familiaridade e pertença entre todos os envolvidos no meio, o que se torna numa mais-valia para todos.

Importante ainda referir, que um grupo considerável de alunos a frequentar a escola, provem do Lar de Jovens de Santa Maria de Semide, instituição que acolhe crianças e jovens oriundos de famílias problemáticas. Este fator, faz com que a Escola tenha características particulares, sendo necessário um acompanhamento mais pormenorizado destes alunos, para responder às suas necessidades e evitar comportamentos desviantes.

2.1.1 Recursos Espaciais e Materiais

A escola é constituída por dois edifícios principais e por grandes espaços de recreio ao ar livre, no edifício central encontram-se as salas do jardim de infância, as dezanove salas de aula, o auditório, a biblioteca, a sala dos professores, os serviços administrativos, o bar, a papelaria e a cantina.

O segundo edifício, referente às instalações desportivas, é composto por um pavilhão gimnodesportivo (espaço A), com todas as marcações necessárias para as modalidades de basquetebol, voleibol, futsal, badminton e ténis. Anexado ao pavilhão, deparamo-nos com a sala de ginástica (espaço B), propícia para as modalidades de ginástica, dança e atletismo (salto em altura). Existe ainda, junto ao pavilhão, um espaço exterior (espaço C), que engloba um campo de jogos, uma caixa de areia e uma pista de atletismo, onde é possível lecionar futsal, andebol, basquetebol e atletismo.

Quanto ao material, a escola dispunha de recursos materiais em bom estado e em quantidades suficientes para a prática de qualquer modalidade inserida no programa escolar.

Constata-se assim que a escola contém todas as condições para que o processo de ensino-aprendizagem na disciplina de EF seja eficiente.

2.2 O Grupo Disciplinar

O Grupo Disciplinar de Educação Física (GDEF) do Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo era constituído por 16 professores e 4 estagiários, destes, apenas 2 professores e os 4 estagiários exerciam funções na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia.

Uma vez que a maior parte dos professores do grupo disciplinar encontrava-se na escola sede do Agrupamento o contacto com o grupo foi reduzido, ainda assim, através das reuniões e de algumas atividades, foi possível partilhar experiências e perceber diferentes dinâmicas de trabalho. Foi visível o espírito de entreajuda e solidariedade, tal como o bom ambiente vivido, no seio do grupo,

No entanto, além da convivência com o professor orientador, que será abordado num dos tópicos seguintes, houve um contacto permanente com o professor Fernando Rodrigues, visto que lecionávamos no mesmo estabelecimento de ensino. O professor Fernando mostrou sempre uma enorme disponibilidade em colaborar, possibilitou-nos a oportunidade de assistir às suas aulas e acima de tudo ajudou-nos a crescer enquanto futuros profissionais.

2.3 O Núcleo de Estágio

O Núcleo de Estágio (NE) era constituído por 4 elementos, dois do sexo masculino e dois do sexo feminino.

Quando averiguei a lista de colocados nas escolas, e vi os colegas que comigo iam estagiar na Escola Básica Integrada c/ JI Prof. Dr. Ferrer Correia, senti-me um pouco apreensivo, porque, apesar de ter sido colocado na escola que desejava, desconhecia totalmente a Beatriz e o Edgar, uma vez que, durante o primeiro ano do MEEFEBS, não

pertencíamos à mesma turma, e por conta da pandemia, uma grande parte desse ano letivo foi em regime de Ensino à Distância (ED), o que não permitiu grande convivência. Em relação à Rita, já nos conhecíamos desde o tempo da licenciatura, mas nunca havíamos estado no mesmo grupo de trabalho. Deste modo, havia um desconhecimento no que respeita à forma de trabalhar e de ser dos colegas, o que se tornaria numa grande surpresa e desafio.

Assim que se iniciou o EP e até ao seu término, houve sempre uma relação extraordinária entre os quatro. Apesar dos diferentes pontos de vista e das reflexões críticas abertas sobre a prestação de cada um, nunca existiu qualquer tipo de conflito, muito pelo contrário, assistiu-se a um grupo coeso e divertido onde imperou a entreatajuda e o companheirismo, que potencializou a evolução de todos e proporcionou um clima harmonioso.

2.4 Os Orientadores

No decorrer do EP, tivemos como orientadores, o Professor Edgar Ventura, com a função de Professor Cooperante e a Professora Doutora Maria João Campos, que desempenhou a função de Orientadora da Faculdade.

Segundo Rodrigues (2009), o orientador tem como primeira meta facilitar o desenvolvimento do professor estagiário, ajudando-o a ensinar e a tornar-se um bom profissional. Deve ainda ajudar a contribuir para manter um bom clima relacional, ajudar o estagiário a desenvolver competências de reflexão, de autoconhecimento, de inovação e, acima de tudo, que o professor em formação desenvolva o gosto pelo ensino.

O Professor Cooperante, teve um papel fundamental na nossa integração na comunidade escolar, orientou a nossa intervenção pedagógica, estimulando sempre o nosso espírito crítico e de inovação, partilhou experiências e transmitiu todo o seu conhecimento dia após dia. Nas situações menos positivas, tinha sempre uma palavra de motivação, tornando-se assim num grande suporte ao longo de todo o ano.

Relativamente à Professora Orientadora, com a sua considerável experiência no ensino, auxiliou-nos na nossa prática pedagógica, uma vez que, ao longo do ano letivo observou diversas aulas, tendo-nos concedido dicas determinantes para melhorar a nossa intervenção. Também teve um papel preponderante no tema problema e na organização

do relatório de estágio. Convocou reuniões regulamente para se manter a par de todos os assuntos em torno do EP.

2.5 A Turma

Numa das várias reuniões antes do início do ano letivo, do NE com o Professor Cooperante, realizou-se o sorteio das turmas disponíveis para a realização do estágio, onde ficou definida a turma de cada um. O sorteio ditou que realizasse a minha intervenção pedagógica junto da turma F do 9º ano de escolaridade.

Visto que cada aluno é um ser individual e tem as suas particularidades, de maneira a ser possível uma caracterização inicial, o NE considerou pertinente elaborar uma ficha de caracterização do aluno, com perguntas sobre os seus dados pessoais e interesses. Esta foi aplicada na primeira aula do ano letivo, com a finalidade de averiguar aspetos importantes relativos ao perfil dos alunos. A caracterização possibilitara ter um melhor conhecimento da turma, tentando com isso precaver determinadas situações, e, em especial, adequar o processo de ensino à realidade da turma.

Assim, a turma era constituída por 19 alunos, sendo que 12 eram do género masculino e 7 do género feminino. Os alunos tinham idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos, havendo três alunos com 13, três alunos com 15, um aluno com 16, um aluno com 17 e os restantes com 14 anos de idade. A divergência de idades, devia-se ao facto de seis alunos terem reprovado em anos anteriores, alguns deles mais do que uma vez.

Relativamente ao quadro clínico dos alunos, dois dos alunos mencionaram ser asmáticos, pelo que transportavam sempre consigo uma bomba no caso de terem alguma crise. Um dos alunos tinha dificuldades motoras, mais concretamente, falta de agilidade e flexibilidade, no entanto, tratava-se de um aluno empenhado que apesar das dificuldades, procurava sempre as superar. Havia ainda um aluno, com um défice cognitivo, que usufruía de mais tempo nas tarefas teóricas, principalmente durante o ensino à distância e testes adaptados.

Quanto à vida escolar, os resultados demonstraram que os alunos têm a EF como disciplina preferida e a Matemática como a que têm mais dificuldades, sendo que, nenhum aluno respondeu ter dificuldades a EF. No que diz respeito à EF, catorze alunos admitiram

gostar muito da disciplina, cinco disseram gostar moderadamente e nenhum respondeu que gostava pouco.

Fora do contexto escolar, mais de metade da turma (12) indicou que não praticava nenhum desporto fora da escola. Dos sete alunos que praticavam algum desporto, quatro praticavam natação, um futebol, um ginástica e um ballet.

No decorrer das primeiras semanas, foi possível conhecer melhor a turma e obter uma opinião global da mesma, assim, de uma forma geral a turma gostava da disciplina, era muito empenhada e tinham um comportamento exemplar. Contudo, havia alunos que ao invés do que responderam na ficha de caracterização, sentiam muitas dificuldades em praticamente todas as modalidades.

Capítulo II – Análise Reflexiva Sobre a Prática Pedagógica

Área 1 – Atividades de Ensino- Aprendizagem

Silva et al. (2019) diz-nos que nesta área devemos considerar três grandes domínios profissionais da prática docente: o Planeamento do Ensino, a Condução do Ensino- Aprendizagem (Realização) e a Avaliação.

Deste modo, neste capítulo, será efetuado inicialmente um enquadramento teórico de cada domínio e subdomínio, e conseqüentemente uma análise reflexiva sobre os aspetos críticos da minha intervenção pedagógica no EP, debatendo essas mesmas áreas, e assim melhorar o processo de ensino-aprendizagem.

1. Planeamento

O planeamento divide-se em três níveis: Plano Anual, com as decisões a longo prazo; Unidades Didáticas, relativamente às decisões de médio prazo e Plano de Aula, correspondentes às decisões a curto prazo. Segundo Bento (2003), menciona que estes níveis funcionam como uma unidade e influenciam-se entre eles, sendo desenvolvidos do planeamento anual para o plano de aula, ou seja, do mais geral para o mais específico, criando esta interligação importante para um planeamento coeso.

Ainda Bento (2003, p15), refere que o planeamento “é o elo de ligação entre as pretensões, imanescentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, e a sua realização prática”, isto é, necessitamos de projetar os três níveis de acordo com as orientações do Programa Nacional de Educação Física (PNEF), as Aprendizagens Essenciais (AE), o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (Despacho nº6478/2017) e ainda, conforme o meio envolvente, as características da turma e os recursos disponíveis.

Posto isto, o planeamento permite-nos organizar o processo de ensino-aprendizagem, tendo em conta, que potencialmente será sujeito a ajustes. Com a finalidade de que seja executado de forma adequada, o professor é responsável pelo domínio da didática da sua estrutura, permitindo assim, que seja atingido um ensino eficaz e de acordo com as características dos alunos e do contexto circundante.

1.1 Plano Anual

De acordo com Bento (2003, p57) o plano anual é considerado como “o primeiro passo de planeamento e preparação do ensino, e traduz, sobretudo, a compreensão dos objetivos pretendidos bem como as reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso do ano letivo”.

Neste sentido, com o objetivo de realizar um plano anual exequível, primeiramente foi fundamental analisar o PNEF, as Aprendizagens Essenciais e o Projeto Educativo da Escola. Efetuar a caracterização da escola, do meio e dos recursos espaciais, temporais e materiais. De seguida, foram contabilizadas o número de aulas, foi feita a escolha das matérias, tendo por base o *roulement* (sistema de rotação de espaços), implementado pelo GDEF, as disciplinas lecionadas no ano transato, para que os alunos tivessem estímulos variados e a oportunidade de vivenciar modalidades diferentes das habituais, o plano anual de atividades e as estipulações do GDEF.

Em virtude de ser a primeira experiência, em contexto real, enquanto professores, e tendo em conta o *roulement*, numa das primeiras reuniões do NE, ficou definido que o modelo a seguir fosse o modelo de planificação por blocos. Facilitando assim, o processo de ensino-aprendizagem para o professor, tal como refere Rosado (2002) o modelo por blocos é determinado pelo *roulement* e permite uma maior facilidade na organização dos conteúdos, ao contrário do modelo por etapas, que exige espaços polivalentes e torna o controlo mais difícil.

As modalidades lecionadas foram as seguintes: 1º período: Ginástica de Aparelhos, Basquetebol e Atletismo (Corridas); 2º período: Voleibol, Atletismo (Saltos) e Orientação; 3º período: Futsal e Badminton. Com o intuito de verificar a evolução da aptidão física dos alunos, ficaram estabelecidos dois momentos para a realização da bateria de testes do FITescola, uma na primeira semana de aulas do 1º período e a outra na última semana de aulas do 3º período.

De seguida, foram definidos os objetivos gerais e específicos de cada modalidade e um conjunto de estratégias gerais e específicas para a intervenção pedagógica, de modo a auxiliar o professor estagiário ao longo do ano letivo. Por último, foram definidos os diferentes momentos de avaliação e as diferentes funções didáticas.

O plano anual produzido, permitiu uma boa organização do processo de ensino aprendizagem, tendo sido um guia orientador do professor. Apresentou um caráter aberto e flexível, o que se revelou um fator importante pois foi necessário reajustar diversas vezes, como será possível observar ao longo deste relatório, quer por conta da evolução das aprendizagens e das necessidades dos alunos, quer por conta do confinamento provocado pela COVID-19.

1.2 Unidades Didáticas

Segundo Bossle (2002), a unidade didática (UD) é “o segundo nível de planeamento, é uma construção orientadora da ação docente que, como processo, organiza e dá direção e coerência aos objetivos a que se propõe”.

Assim como o plano anual, as UD são uma tarefa de planeamento que têm em vista guiar todo o processo de ensino de uma forma mais específica e relativa a uma modalidade, certificando o desenvolvimento de competências específicas sem esquecer os pressupostos da EF vigentes nas orientações programáticas. É uma planificação organizada e apropriada, com início, meio e fim, que ajuda o professor na elaboração dos planos de aula, servindo como um roteiro no processo de ensino-aprendizagem.

A construção das UD, tinha como ponto de partida a apresentação e história da modalidade; a sua caracterização e o seu regulamento. Continha também: a seleção dos objetivos estabelecidos pelo PNEF e adaptados à turma; os conteúdos da modalidade a abordar (descrição, principais componentes críticas, erros comuns, ajudas, princípios de jogo, dentre outros); a extensão e sequenciação de conteúdos; a caracterização dos recursos disponíveis; as progressões pedagógicas, com exemplos de exercícios; as estratégias de ensino; a avaliação e por fim, o balanço final da UD, onde era realizada uma análise reflexiva do processo de ensino-aprendizagem da modalidade e recomendações para as próximas UD.

De realçar que a extensão e sequenciação de conteúdos apenas era contruída após a primeira aula e feita a análise dos resultados obtidos na avaliação formativa inicial, de modo que os objetivos propostos para a turma fossem adequados, sendo esta a principal dificuldade na construção das UD, uma vez que, a turma apresentava uma grande discrepância no nível de desempenho. Assim, houve a primordialidade de selecionar objetivos que garantissem o sucesso e a aprendizagem de toda a turma, sem abdicar das

necessidades dos alunos do nível pré-introdutório, mas também não pondo em risco a evolução dos alunos do nível elementar.

Da mesma maneira que o plano anual, as UD também são um documento com alguma flexibilidade, uma vez que a sua alteração e adaptação pode sempre ocorrer ao longo das aulas, em virtude do desempenho dos alunos. A elaboração das diversas UD concedeu-nos um extenso conjunto de conhecimentos científicos, oriundos da pesquisa realizada, permitiu-nos aprofundar os conhecimentos referentes a cada modalidade, resultando numa mais-valia para o desenvolvimento da intervenção pedagógica, principalmente nas UD que sentíamos mais dificuldades.

1.3 Plano de Aula

O plano de aula é o último momento da planificação do processo ensino-aprendizagem. Este corresponde ao nível micro do planeamento, isto é, deve ser uma pormenorização daquilo que será lecionado na aula, estruturado a partir do plano anual e da UD. Constitui um documento orientador, que auxilia a intervenção pedagógica do professor, levando em conta os objetivos previstos. De acordo com Bento (2003, p16) “o ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção e depois na realidade”.

A construção do modelo do plano de aula foi uma das primeiras tarefas solicitadas pelo professor orientador, sendo este um utensílio pedagógico crucial, de modo a auxiliar o professor, o NE definiu uma estrutura simples e compreensiva, atendendo às sugestões do orientador.

Segundo Bento (1987) o plano de aula estrutura-se em três partes “parte preparatória, parte principal e parte final. Assim, recorrendo à ideologia de Bento, o planeamento de cada aula seguiu uma estrutura tripartida. Inicialmente, a zona do cabeçalho abrange um conjunto de dados gerais importantes para a contextualização da aula. A estrutura tripartida é composta por um conjunto de pontos essenciais para o decorrer da aula, sendo eles: o tempo; a descrição e a organização da tarefa; as componentes críticas, os critérios de êxito e os objetivos específicos. Por último, havia lugar a uma fundamentação, onde eram justificadas as opções tomadas.

A parte inicial da aula (parte preparatória), iniciava-se com a preleção inicial, na qual era feita uma revisão dos conteúdos abordados na aula anterior, e eram referidos os

objetivos e a estrutura da aula. De seguida era realizado o aquecimento, uma vez que as aulas eram sempre de 50 minutos, de modo a aumentar o tempo de prática, o contacto com a bola (nas modalidades coletivas), e com o objetivo de motivar os alunos, a maioria das vezes optávamos por realizar um jogo lúdico como aquecimento específico. Na parte fundamental (principal), eram realizados exercícios dinâmicos, que permitissem um número elevado de repetições, em função do objetivo da aula, após isso era realizada situação de jogo, nas modalidades coletivas. Na parte final da aula, realizava-se o retorno à calma através de alongamentos e era feito o balanço final da aula.

Salienta-se que os planos de aula foram sempre planeados, tendo em conta o nível dos alunos, o princípio da progressão e da complexidade e a rentabilização do tempo de prática. Procurávamos garantir o maior tempo de empenhamento motor possível aos alunos aliado a um elevado número de feedbacks por parte do professor.

A maior fraqueza encontrada nesta componente do planeamento, prendia-se ao receio de introduzir exercícios diferentes dos habituais. Esta fraqueza foi sendo superada e nos últimos tempos do EP detinha uma assinalável diversidade de exercícios, com essa melhoria consegui aumentar ainda mais, os níveis de motivação e empenho por parte dos alunos.

Por último, no final de cada aula, de forma a melhorar o desempenho dos professores estagiários e de facilitar o planeamento das próximas aulas, havia uma troca de ideias entre o NE e o professor orientador. Estas “reuniões” aliadas às reflexões finais feitas após as aulas, foram bastantes benéficas para a nossa evolução, uma vez que, quem está do lado de fora consegue ter perceções diferentes das nossas.

2. Realização

Posteriormente ao planeamento, sucede-se a sua realização, que tem como objetivo conduzir com eficácia a realização da aula, agindo de acordo com as tarefas didáticas e considerando as diferentes dimensões da intervenção pedagógica.

Consideramos esta área, como a mais marcante, visto que foi onde conseguimos colocar em prática todos os conhecimentos que adquirimos ao longo da nossa formação e tudo que planeamos, foi aqui que transmitimos os nossos saberes aos alunos, onde os conhecemos e onde vivemos verdadeiramente o papel do que é “ser professor”.

Segundo Siedentop (1983), a ação pedagógica do docente, na perspectiva da realização encontra-se repartida em quatro dimensões (instrução, gestão, clima e disciplina), sendo estas conhecidas como dimensões de intervenção pedagógica, das quais o seu domínio é crucial para o processo de ensino-aprendizagem.

Neste sentido, de seguida serão abordadas as quatro dimensões da intervenção pedagógica e ainda outro ponto posterior referente as decisões de ajustamento, e a sua significância na EF.

2.1 Instrução

Instruir é um comportamento que faz parte do repertório do docente para transmitir informação diretamente relacionada com os objetivos e os conteúdos do ensino (Siedentop, 1991). Rosado e Mesquita (2011) afirmam que a comunicação é uma das componentes fundamentais dos professores, sendo evidente a sua importância na aprendizagem dos alunos. Nesta dimensão destacam-se quatro técnicas de intervenção pedagógica: preleção, demonstração, questionamento e o *feedback* (FB).

No que diz respeito à preleção, na preleção inicial eram comunicadas as informações iniciais, especificamente os objetivos e a organização da aula, assim como era feito uma ligação com os conteúdos lecionados nas aulas transatas.

Quanto à preleção, na parte fundamental da aula, nas aulas onde a função didática era de introdução, a instrução era mais extensa que o habitual, visto que havia a necessidade de mencionar as componentes críticas detalhadamente. Já nas aulas de exercitação e consolidação, apenas eram mencionadas as principais componentes críticas e os erros mais comuns na turma.

Na preleção final, além da revisão dos conteúdos, era realizado um balanço final da aula, onde era referido o desempenho da turma, a sua evolução e o que deveria de ser melhorado, tudo isto de forma afetiva para motivar os alunos para as próximas aulas e, por fim eram mencionados os objetivos da aula seguinte.

Nestes momentos, procurávamos que os alunos estivessem todos no nosso campo de visão, que o discurso fosse o mais breve possível e o mais objetivo, tínhamos o cuidado de ter um discurso terminológico adaptado a cada modalidade e adequado à faixa etária dos alunos. De forma a envolver os alunos, principalmente os mais reservados,

utilizávamos frequentemente o questionamento como método de ensino, este era maioritariamente usado para determinar se os alunos dominavam os conteúdos, se tinham percebido as tarefas e ao mesmo tempo de forma controlar a turma, isto é, os alunos tinham que estar atentos, porque sabiam que de um momento para o outro poderiam ser questionados. Nas preleções iniciais e finais, o questionamento era essencialmente usado com o objetivo de recordar e averiguar a assimilação dos conteúdos.

Relativamente à demonstração, esta aliava-se à instrução, muitas das vezes a explicação do exercício era realizado em simultâneo com a demonstração, para que esta fosse facilitada permitindo aos alunos que entendessem o exercício mais rápido. Nestes momentos, havia o cuidado de que esta fosse realizada de forma que todos os alunos tivessem a mesma perspetiva do movimento. Quanto ao modelo, optamos por realizar nós o exercício ou por escolher um aluno com experiência na modalidade em questão. O número de repetições da demonstração, variava consoante a complexidade do exercício, mas existia a preocupação de realizar sempre pelo menos uma vez o exercício na íntegra. Quando a demonstração não era feita de forma correta, caso fossemos nós a demonstrar, aproveitávamos para realçar os erros comuns, caso fosse um aluno, recorriamos ao FB para o corrigir.

Focando-nos agora no FB, para Rosado e Mesquita (2011) este é um comportamento do professor para a resposta motora do aluno, com o objetivo de alterar a sua ação motora, para que este a possa adquirir de forma correta. Importante referir, que a informação sob forma de FB deve, não só corrigir a prestação do aluno, mas também apontar como pode e deve melhorar.

O tipo de FB que mais utilizamos foi o descritivo, corretivo e interrogativo, quanto à forma, foram usados auditivos, visuais e algumas vezes quinestésicos, para que os alunos tivessem uma melhor perceção dos gestos, relativamente à direção, a maior parte das vezes era usado o FB individual, no entanto, quando o erro era comum, era fornecido à turma ou a um grupo. O FB foi a técnica que requereu mais atenção da nossa parte, já que, numa primeira fase, sentíamos grandes dificuldades em fornecer FB frequentemente e principalmente de forma pertinente, o que nos obrigou a dominar os conteúdos e a estar em constante observação de modo a identificar os principais erros. Outra dificuldade, passou por conseguirmos fechar o ciclo de FB.

Em suma, sobre a instrução, consideramos que houve uma melhoria bastante significativa ao longo do EP, principalmente ao nível das preleções e do FB, sendo um fator determinante para a minha intervenção pedagógica.

2.2 Gestão

Segundo Siedentop (2008), para uma gestão eficaz, é necessário que todos os comportamentos do professor maximizem o tempo de empenhamento motor dos alunos, com um número reduzido de comportamentos desviantes e é também necessário que o uso do tempo de aula seja o mais eficaz possível. Assim, o professor terá de procurar estratégias para rentabilizar o tempo útil de aula, levando conseqüentemente a um maior tempo de empenhamento motor.

Desde a primeira aula, com vista à concretização da ideia anteriormente transmitida, tivemos sempre a preocupação de planear as aulas com exercícios que seguissem uma sequência lógica e com transfere de uns para os outros. Foi fundamental que esta seleção fosse realizada de forma ponderada e refletida, para que proporcionasse uma organização fácil, criando um número elevado de repetições e que motivasse os alunos, originando assim, poucos momentos de transição e organização.

Numa fase mais adiantada, já com o conhecimento aprofundado dos alunos e das suas capacidades, aquando da realização do plano de aula, era feita a formação prévia dos grupos/equipas dentro dos grupos de nível. O que permitia realizar a instrução dos exercícios de forma desfasada e que os mesmos grupos de trabalho se mantivessem até ao final da aula, permitindo distribuir os coletes à medida que os alunos iam chegando ao pavilhão e estes servirem para todos os exercícios, uma vez que, foi verificado que onde se perdia mais tempo, era na constituição dos grupos/equipas na fase inicial do EP.

Definir regras de segurança e de funcionamento da aula, no início de cada unidade didática, que nos permitissem controlar a turma foi uma das estratégias utilizadas; a preparação prévia dos recursos materiais necessários para a aula quando era possível; o sinal de reunião, que consistia numa contagem decrescente, em que os alunos dispunham de 5 segundos para se reunirem junto do professor, com direito a castigo para quem não cumprisse o tempo definido; usar os alunos para me auxiliarem na colocação/remoção do material foram outras estratégias usadas.

Consideramos que a adoção destas estratégias desde início, foi um ponto chave para garantir um tempo de empenhamento motor elevado por parte dos alunos.

2.3 Clima e Disciplina

O clima e a disciplina são dimensões que estão fortemente ligadas, estando relacionadas com interações pessoais, relações humanas e o ambiente onde se desenrola. Estas dimensões são importantes para a aprendizagem dos alunos, dado que esta se torna mais eficaz quando a turma é disciplinada (Siedentop, 1998).

Desde o início do ano letivo, procuramos criar uma ligação com todos os alunos, antes das aulas através de conversas informais, questionando-os sobre jogos que tivessem acontecido durante o fim-de-semana, ou na parte final do ano letivo, sobre os seus jogos. Da mesma maneira, nos intervalos, na cantina ou em atividades extracurriculares procurávamos interagir com os alunos, procurando ajudar em alguma situação que necessitassem ou até mesmo entrando nas brincadeiras deles, mas, sem nunca descurar as funções de cada um e o respeito que se deve manter.

De modo a garantir que os alunos se mantinham empenhados e entusiasmados durante as aulas, foi necessário ser original e inovador no plano de aula, procurámos incluir exercícios com componentes lúdicas, formas jogadas e competitivas. Premiar as equipas vencedoras e punir as derrotas foi outra estratégia muito frequente, tal como, participar nas tarefas juntamente com os alunos, dado que estes demonstravam uma motivação extra quando o professor participava na aula.

Este relacionalmente e proximidade com os alunos, juntamente com o dinamismo que empregávamos às aulas e o tempo reduzido que os alunos estavam parados à espera de realizar um exercício, levou a que os comportamentos desviantes fossem praticamente inexistentes, e quando confrontados com estes, tendo sido sempre situações de pouca gravidade, bastava reprender os alunos de forma verbal sem ser preciso punir, havendo um controlo da turma muito eficaz.

Sentimos que o bom ambiente vivido e o controlo na turma deveram-se às rotinas estipuladas desde o início do ano letivo e sobretudo ao relacionamento criado entre professor/alunos, tendo sido fulcral para o sucesso do processo de ensino-aprendizagem.

2.4 Decisões de Ajustamento

Ao longo do EP, aconteceram inúmeros fatores extrínsecos ao professor, resultando no não cumprimento do que estava previamente planeado, desta forma, surgiu a necessidade de realizar reajustes, quer no planeamento, quer na intervenção pedagógica. Carreiro da Costa (1996), afirma que o professor deve ter espírito crítico sobre si mesmo, deve ser capaz de analisar continuamente o ensino e o resultado do seu trabalho, e estar disposto a promover as alterações que se mostrem necessárias.

Quanto ao planeamento, nas UD, houve necessidade de adequar a extensão e sequenciação de conteúdos, tendo em conta o nível de desempenho e a evolução dos alunos. Por vezes, também foi preciso restabelecer os objetivos, uma vez que, os alunos não correspondiam ao esperado. Ao nível do planeamento anual, por conta do confinamento provocado pela COVID-19, e com a passagem do ensino presencial para o ensino à distância este sofreu grandes alterações, alterações estas que terão especial destaque num dos pontos seguintes.

Relativamente à intervenção pedagógica, os reajustes deveram-se sobretudo ao número de alunos que participavam nas aulas, muitas vezes, estruturávamos a aula para um certo número de alunos, e no dia da aula, esse número era reduzido. Em algumas circunstâncias, bastou adaptar o exercício, mas em casos mais extremos, foi necessário realizar outro exercício. Considerando que, na maioria dos exercícios já tínhamos os grupos definidos, estas faltas de alunos também levavam a um reajustamento dos grupos de trabalho. Outro fator, prendia-se com o desenrolar dos exercícios, dependendo do empenho, da motivação dos alunos ou se o objetivo estava a ter sucesso, por vezes, foi fundamental criar variantes ou condicionar o exercício. Ocasionalmente, também foi necessário mudar de exercício, visto que, quando o planeávamos tinha tudo para funcionar, e na altura não estava a ir de encontro ao que pretendíamos.

Em suma, importa realçar que todas estas decisões de ajustamento foram tomadas com a consciência de que estávamos a melhorar o processo de ensino, mesmo que, por vezes estas decisões não tenham sido as mais corretas. Numa primeira fase, demorávamos a perceber que o exercício estava a necessitar de alterações, mas com as reflexões no final das aulas e os conselhos do professor orientador, fomos aprimorando este ponto.

3. Avaliação

Avaliar faz parte das competências do professor. É um processo contínuo e complexo que surge durante todo o ano, com o objetivo de analisar e identificar os progressos ou mesmo retrocessos existentes no processo de ensino-aprendizagem.

Bento (2003) diz-nos que a avaliação deve ser entendida como mais um instrumento de aprendizagem, não serve apenas para atribuir uma nota, para efeitos de classificação. Segundo Nobre (2009) a avaliação é “um processo sistemático de recolha de informação respeitando determinadas exigências, que envolve a formulação de juízos de valor com base num referencial, de modo a facilitar a tomada de decisões de melhoria do objetivo avaliado”.

Importante referir que, nas aulas com função didática de avaliar, procurávamos que estas fossem aulas ditas “normais”, ainda que fosse uma dificuldade inicialmente, estar a registar as avaliações e a dar FB ao mesmo tempo.

O processo avaliativo contemplou três momentos: a avaliação formativa inicial; a avaliação formativa e a avaliação sumativa. No término de cada período, os alunos realizavam ainda uma autoavaliação refletindo sobre a sua prestação.

3.1 Avaliação Formativa Inicial

A Avaliação Formativa Inicial (AFI) é vista como o momento base que vai servir como uma orientação geral para o professor na altura da realização do planeamento. É por meio da análise do estado de cada aluno que vamos adaptar o processo de ensino aprendizagem. Bento (2003) afirma que esta avaliação é realizada no início de cada UD, com o objetivo de diagnosticar o nível geral da turma e colocar os alunos em grupos ou níveis de aprendizagem que sejam adequados às suas capacidades.

No início do ano letivo, numa das reuniões do NE com o professor orientador, ficou definido que para realizar a avaliação seria usado o método de observação direta dos alunos, de seguida foi construído o instrumento de avaliação. Este instrumento tratou-se de uma grelha de observação direta e de fácil preenchimento (diferente para cada modalidade), de modo a reduzir o tempo no procedimento facilitando o processo avaliativo. Nesta grelha constavam os nomes dos alunos e os gestos técnicos e técnico-táticos, indo de encontro aos objetivos estabelecidos no PNEF e às Aprendizagens

Essenciais do 9º ano de escolaridade e tinha como propósito classificar quantitativamente o desempenho dos alunos, quanto ao nível motor, cognitivo e socio-afetivo numa escala de 1 a 3, correspondendo o 1 a não executa, 2: executa e 3: executa corretamente.

A AFI teve lugar na primeira aula de cada UD. Nas modalidades de jogos desportivos coletivos a observação foi feita através de exercícios critérios e maioritariamente em situações de jogo. Nas modalidades individuais, a avaliação foi executada através de exercícios critério.

Seguidamente à recolha de dados, procedíamos à realização do relatório da AFI, através deste, era planeado todo o processo de ensino, isto é, eram definidos os conteúdos a abordar, eram selecionados os objetivos a atingir e as estratégias e metodologias a utilizar em função do nível de proficiência da turma. Os alunos eram agrupados ainda em grupos de níveis, com o intuito de responder às necessidades específicas de cada aluno.

A principal dificuldade sentida inicialmente, principalmente na primeira UD, quando ainda não conseguia associar a cara dos alunos aos nomes, passou por numa aula de 50 minutos, conseguir avaliar todos os alunos em todos os parâmetros e ainda exercer a intervenção pedagógica de forma eficaz. Com o passar do tempo este processo foi melhorando e tornamos-mos capazes de preencher a grelha e ainda lecionar a aula sem estarmos “presos” à grelha.

3.2 Avaliação Formativa

Quanto à Avaliação Formativa (AF), esta consiste num processo contínuo e sistemático que nos permite, ao longo das UD e do ano letivo, orientar e regular a nossa intervenção pedagógica, assim como, controlar os seus efeitos. Admite que o professor proceda a adaptações que considere pertinentes para os seus alunos, tendo em conta as características específicas dos mesmos. Esta poderá ser considerada a avaliação que fornecerá mais informação útil para o processo de ensino-aprendizagem.

Para Ribeiro e Ribeiro (1990, cit. Por Gonçalves et al., 2010), esta avaliação deve acompanhar todo o processo de ensino-aprendizagem, identificando as aprendizagens que são mais bem-sucedidas e as que apresentam dificuldades, de modo a ultrapassá-las e levar os alunos a atingir os objetivos propostos.

A AF ocorreu após a AFI e anteriormente à Avaliação Sumativa (AS). O instrumento de avaliação usado consistiu também numa grelha, durante as aulas recolhíamos informações sobre a prestação, evolução e as principais dificuldades dos alunos e no final da aula registávamos na grelha. Uma vez que, no final da primeira UD, houve alunos com poucas informações quanto à AF, nas UD seguintes, optamos por, em cada aula, definir e focar-nos num conjunto de quatro ou cinco alunos e registar essas informações no final da aula.

Os resultados obtidos nesta avaliação, mostraram-se de grande utilidade, pois, possibilitaram-nos compreender se estavam a existir progressões no desempenho dos alunos, e conseqüentemente perceber se as estratégias utilizadas por nós estavam a ter resultado, ou se precisavam de ser alteradas.

3.3 Avaliação Sumativa

De acordo com Ribeiro (1999), a AS “pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, no sentido de aferir resultados já recolhidos por avaliações de tipo formativo e obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino.” Segundo Nobre (2015) este tipo de avaliação tem como principal finalidade determinar o alcance dos objetivos previsto e valorar os mesmos positiva ou negativamente, através do produto final.

A AS foi realizada no final de cada UD, na maior parte das vezes, nas duas últimas aulas de cada modalidade. Como já foi referido anteriormente, tínhamos sempre a preocupação de que as aulas com função didática de avaliar fossem normais, por isso, procuramos que a sua estrutura fosse idêntica às outras aulas e que as tarefas selecionadas já tivessem sido realizadas anteriormente, com o intuito de não influenciar a prestação dos alunos.

Mais uma vez, o instrumento para esta avaliação foi uma grelha de fácil preenchimento, onde eram reunidos os três domínios: psicomotor; cognitivo e socio-afetivo, idêntica à da AFI, com a diferença que aqui o desempenho dos alunos foi registado numa escala numérica de 1 a 5, os conteúdos avaliados tiveram por base os objetivos selecionados para a turma, em algumas UD poderiam ser desiguais aos conteúdos da AFI. Juntamente com a grelha, eram apresentados os critérios de referência e as componentes críticas relativas a cada nível.

Quanto ao domínio motor, este foi avaliado através da observação dos alunos em exercícios críticos e situações jogadas, em algumas modalidades, como o Badminton ou o Voleibol também foram realizados torneios interturma. Relativamente ao domínio cognitivo, a avaliação deu-se através do questionamento aos alunos ao longo das aulas, e através do cumprimento das regras do jogo por parte dos alunos. Por fim, o domínio socio-afetivo foi avaliado por meio das atitudes dos alunos.

As principais dificuldades sentidas, também foram semelhantes às da AFI, não conseguíamos dar tantos FB como pretendíamos, em virtude de preencher os parâmetros todos da grelha. A estratégia que encontramos, e uma vez que a avaliação é contínua e não pontual, foi levar a grelha já preenchida com os dados recolhidos da AF, e assim apenas confirmar se esses dados eram os mais adequados.

Após a AS de cada UD, elaboramos um relatório, com o objetivo de comparar os resultados com os da AFI, verificando se existiu evolução dos alunos, se estes atingiram os objetivos propostos para consequentemente analisar se a nossa intervenção pedagógica foi a mais adequada.

Importa ressaltar que no final de cada período, realizávamos a avaliação final, onde eram englobados os testes do FitEscola, o teste de avaliação, as atitudes e valores e a componente prática.

3.4 Autoavaliação

Para Pinto (2004), a autoavaliação aparece como a forma de avaliação privilegiada. Uma vez que está centrada nos alunos, cria-lhe oportunidade de refletir sobre o seu próprio percurso enquanto sujeito em aprendizagem.

A autoavaliação da turma foi efetuada no final de cada período, o instrumento utilizado foi uma grelha elaborada pelo NE juntamente com o professor orientador, através dela pretendíamos verificar a percepção dos alunos sobre o seu desempenho nos vários domínios. Ao analisarmos a grelha depois de preenchida pelos alunos, foi possível verificar que alguns deles não têm consciência do seu desempenho, autoavaliando-se com níveis superiores e até inferiores comparativamente ao seu nível de proficiência.

Paralelamente à autoavaliação, os alunos também preencheram uma ficha de heteroavaliação. Neste ponto, houve ainda mais discrepâncias do que na autoavaliação.

4. Ensino à Distância

Por conta do segundo confinamento, provocado pela COVID-19, o Ensino à Distância (E@D) veio substituir o ensino presencial durante grande parte do 2º período.

As aulas da turma continuaram a ter o mesmo horário, sendo as duas primeiras aulas semanais, aulas assíncronas e a outra aula síncrona. Em consequência disso, foi necessário ajustar o planeamento e adaptar a nossa intervenção pedagógica de modo a adequá-la à situação vivenciada.

O meio de contacto entre professores e alunos escolhido pelo agrupamento de escolas foi o Google Classroom. Esta plataforma consiste numa sala de aula virtual, onde os alunos e professores podem realizar aulas online e utilizar outras ferramentas, tais como realizar fichas de trabalho, disponibilizar documentos e vídeos, entre outros.

Assim, o NE, juntamente com o professor orientador, optou por definir o seguinte plano de trabalho semanal: na primeira aula da semana (aula assíncrona) era disponibilizado aos alunos um vídeo realizado pelos professores estagiários com um treino de uma capacidade física. Os alunos tinham como tarefa realizar os exercícios propostos no vídeo e de seguida responder a um questionário de perceção de esforço; na segunda aula (aula assíncrona), eram disponibilizados vídeos e/ou um PowerPoint acerca a modalidade lecionada, os alunos após visualizarem o material de apoio respondiam a uma ficha de trabalho; na última aula semanal (aula síncrona), esta era dividida em duas partes, a primeira parte da aula era teórica e a segunda prática. Nestas aulas aprofundávamos a UD em questão através da apresentação de um PowerPoint e/ou através de jogos, na segunda parte os alunos realizavam os exercícios propostos na primeira aula da semana. Todas as semanas era ainda disponibilizado um desafio para os alunos.

Durante o E@D, de forma a manter os alunos empenhados e interessados procurámos não os sobrecarregar com tarefas teóricas, ao invés disso, procurámos elaborar fichas de trabalho atrativas, fazer com que os alunos realizassem exercício físico diariamente e que visualizassem conteúdos sobre desporto e sobre a matéria. Manter o contacto com os alunos, foi outra estratégia usada. Nas aulas síncronas, procurámos criar aulas interativas, questionávamos os alunos constantemente e proporcionávamos

momentos de diálogo, com o intuito de cativar os alunos e criar um bom ambiente de aula.

O E@D, possibilitou desenvolver novas estratégias e foi uma experiência bastante enriquecedora, contribuindo para o nosso desenvolvimento enquanto professores.

5. Coadjuvação no 1º Ciclo

Paralelamente às intervenções pedagógicas anteriormente descritas, foi-nos proposto lecionar uma aula por semana a uma turma do 1º ciclo da mesma escola. Assim, durante o ano letivo, lecionamos junto da turma do 3º ano. Esta era composta por 10 alunos e a aula ocorria à terça-feira das 10h às 10h30m, no pavilhão da escola. Durante as aulas, focamo-nos em realizar exercícios e atividades que garantissem o desenvolvimento das capacidades psicomotoras essenciais que caracterizam este nível etário.

Esta tarefa mostrou-se bastante proveitosa e gratificante, permitiu-nos vivenciar uma realidade diferente, lidando com crianças mais jovens, das que estávamos acostumados. Fomos expostos a novos desafios e a diferentes dificuldades, o que nos obrigou a adaptar-nos e a optar por outras estratégias, mais eficazes para esta idade. Com isto, desenvolvemos novas competências enquanto docentes e fomentamos a nossa experiência pessoal e profissional.

Área 2 – Atividades de Organização e Gestão Escolar

Outra das tarefas realizadas durante o EP, tratou-se do acompanhamento a um cargo de gestão intermédia, com o propósito de promover a compreensão dos modos e conteúdos de intervenção dos professores na gestão da escola. Para a efetivação desta tarefa, foi realizada a assessoria à Diretora de Turma (DT) do 9ºF, turma que lecionamos durante o EP.

O DT assume uma figura de gestão intermédia da escola, tem responsabilidades específicas: na coordenação de todos os professores da turma; na estimulação do desenvolvimento pessoal e social dos alunos e na sua integração no ambiente escolar, e é o centro da relação entre a Escola, os Encarregados de Educação e a Comunidade.

Ao longo do ano letivo, reunimos com a DT quinzenalmente, o que possibilitou experienciar as principais tarefas e funções inerentes ao cargo. Nesses momentos foi possível analisar o dossier da turma e ter alguns momentos de conversa informal com a DT, o que permitiu conhecer melhor os nossos alunos e perceber certas atitudes. Relativamente às reuniões, prestei apoio na organização dos materiais e na sua preparação, participamos ainda nessas mesmas reuniões. Quanto ao atendimento semanal dos Encarregados de Educação, não nos foi possível assistir nenhuma vez, uma vez que, nesse horário, estávamos a lecionar aula, ainda assim, a DT explicou-nos todos os procedimentos a ter. Além disso, tratamos ainda de realizar a verificação semanal da assiduidade dos alunos, de organizar o dossier da turma e de colaborar nas atividades e projetos da mesma.

A assessoria deste cargo foi muito enriquecedora para o nosso processo formativo, permitiu-nos perceber a sua complexidade e o papel preponderante que tem para a promoção do sucesso educativo. Sentimos que adquirimos conhecimentos e competências para que no futuro, se presenteados com a oportunidade de ocupar este cargo, cumpriremos estas funções de forma correta e sempre visando o sucesso dos alunos e professores da turma, ainda que, tenhamos a consciência de que só seremos capazes de desempenhar esta função na sua plenitude após anos de ensino.

Área 3 – Projetos e Parcerias Educativas

Esta dimensão tem como principal objetivo desenvolver competências de conceção, construção, desenvolvimento, planificação e avaliação de projetos educativos e curriculares em diferentes vertentes, assim como expandir a participação na organização da escola. Posto isto, o NE com a colaboração do professor orientador teve a tarefa de organizar e consumir duas atividades para a comunidade escolar.

A primeira atividade criada pelo NE denominou-se de “Semana Paralímpica”, e ocorreu na última semana do mês de novembro, durante as aulas de EF de todas as turmas. A realização desta atividade surgiu pelo facto de a escola contar com vários alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e ser uma escola inclusiva, desta forma, esta atividade teve como principal objetivo proporcionar uma semana inclusiva a esses alunos e sensibilizar todos os outros para as dificuldades sentidas por estes colegas. O evento englobou atividades de sensibilização e modalidades paralímpicas, tais como: Boccia, Polybat, Voleibol Sentado, Goalball e Basquetebol em cadeira de rodas. Uma vez que, o

evento decorreu durante as aulas de EF, todos os alunos, do 1º ao 9º ano participaram nas atividades. Ao longo da semana, os alunos demonstraram bastante interesse e empenho nas atividades, e, acima de tudo, criaram atitudes positivas face à inclusão.

A segunda atividade consistiu num “Peddy Paper Desportivo” e realizou-se no último dia de aulas do 2º período. A atividade conteve um percurso de orientação juntamente com questões sobre desporto e charadas. Com a realização deste evento, pretendemos proporcionar aos alunos atividade física ao ar livre, com exploração da natureza e ao mesmo tempo uma competição saudável, fomentando o fortalecimento de relações, entreajuda e o convívio entre os alunos. Ao contrário da outra atividade, nesta, a logística já foi diferente, visto que, como não decorreu durante as aulas de EF, já envolveu, inscrições, autorizações, justificações de faltas, entre outros. No total tivemos 130 alunos inscritos, o que representa 85% dos alunos da escola. No dia da atividade, apesar de existirem alguns percalços, estes foram sempre solucionados com brevidade, e assim a atividade decorreu como planeado. Os alunos divertiram-se, conviveram uns com os outros, praticaram exercício físico e tiveram a oportunidade de experienciar uma modalidade que nunca tinham realizado.

Em suma, podemos afirmar que com a organização destas duas atividades desenvolvemos capacidades de planeamento e realização de eventos, aprimoramos o trabalho em equipa e conseguimos envolver toda a comunidade escolar proporcionando um clima agradável para todos os intervenientes no processo educativo ao longo destes dias. De realçar ainda que em todas as atividades mencionadas anteriormente, foram realizadas progressões consoante o ano e a turma. Consideramos que estas atividades foram muito benéficas para nós enquanto profissionais de EF, pois foram uma enorme oportunidade para melhorarmos as nossas *soft skills*.

Área 4 – Atitude Ético-Profissional

“A ética profissional constitui uma dimensão paralela à dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor. A ética e o profissionalismo docente são pilares deste agir e revelam-se constantemente no quadro do desempenho diário do estagiário (...)” (Guia de Estágio 2020/2021: p.17).

Posto isto, esta dimensão compreende que o desempenho do professor não se limite apenas a ensinar os conteúdos da sua disciplina, é essencial a passagem de valores aos alunos, valores esses que os acompanharam ao longo da sua vida.

Procuramos assumir desde o primeiro momento do EP uma postura ético-profissional de acordo com o cargo que ocupávamos. Desempenhamos um carácter social, através do contacto com todos os constituintes da escola, desde o pessoal não docente ao pessoal docente. Demonstramos interesse em participar e auxiliar ativamente em todas as atividades da comunidade escolar.

Assumimos um compromisso com a aprendizagem dos alunos, e sabíamos que tínhamos um papel crucial no seu processo de ensino-aprendizagem. Assim, esta etapa final da nossa formação, foi encarada com bastante responsabilidade e compromisso, mobilizamos os nossos conhecimentos gerais e específicos adquiridos na formação inicial e reforçamo-los com a constante pesquisa de novos conhecimentos ao longo do ano, sempre com a ambição de melhorar o processo de ensino-aprendizagem. Assim, participamos nas seguintes formações e fóruns durante o ano letivo: “X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física – Ensinar e formar em Educação Física durante a pandemia; Webinar organizado pelo Comité Olímpico de Portugal intitulado de “Oportunidades da Educação Olímpica em Contexto Escolar”; Seminário “COMEDIG – Competências de Literacia Digital e Mediática em Portugal”; Formação “Jogos para a Inclusão” organizada pela PCAND em parceria com a FCDEF-UC.

Relativamente ao trabalho de equipa, este foi uma mais-valia para que o EP decorresse de forma harmoniosa, como já foi referido anteriormente, imperava um clima bastante agradável e era visível o espírito de entreaajuda entre o NE. Foi notória também a importância da comunicação verificada entre o NE e o professor orientador, que nos ajudou sempre através de críticas construtivas que se vieram a verificar bastante oportunas para o nosso desenvolvimento profissional.

Resumidamente, providenciamos sempre que os valores cívicos prevalecessem durante a nossa presença, proporcionámos momentos engrandecedores aos alunos e fomentamos valores junto deles.

Capítulo III– Aprofundamento do Tema-Problema

O IMPACTO DA “SEMANA PARALÍMPICA” NAS ATITUDES DOS ALUNOS DO 2º CICLO FACE À INCLUSÃO DE ALUNOS COM DEFECIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

THE IMPACT OF THE “PARALYMPIC WEEK” ON THE ATTITUDES OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS TOWARD THE INCLUSION OF STUDENTS WITH DISABILITIES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Marcelo Cardoso

Prof. Dr. Maria João Campos

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

Resumo

Devido ao grande aumento de alunos com NEE a frequentar as escolas, nas últimas décadas, o termo inclusão tem sido bastante discutido. A escola inclusiva procura que todos os alunos aprendam juntos independentemente das suas capacidades e diferenças. O principal objetivo deste estudo é analisar o impacto do programa de atividade física adaptada, denominado de “Semana Paralímpica”, nas atitudes dos alunos do 2º ciclo face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF e ao mesmo tempo compreender de que modo as variáveis “género”, “contato prévio com deficiência na família/amigos” e “nível de competitividade” influenciam as atitudes dos alunos sem NEE face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF. Participaram 25 alunos do 2º ciclo. O instrumento aplicado foi a versão portuguesa do *Children’s Attitudes Toward Integrated Physical Education – Revised (CAIPE-R)*, BLOCK (1995). Os resultados obtidos comprovam que os alunos melhoraram significativamente as suas atitudes após o evento e que as variáveis mencionadas influenciam estas atitudes.

Palavras-Chave: Inclusão, Semana Paralímpica, Atitudes

Abstract

Due to the large increase in students with SEN attending schools in recent decades, the term inclusion has been widely discussed. The inclusive school seeks that all students learn together regardless of their abilities and differences. The main objective of this study is to analyze the impact of the adapted physical activity program, called "Paralympic Week", on the attitudes of 2nd cycle students towards the inclusion of students with SEN in THE classes and at the same time understand how the variables "gender", "previous contact with disabilities in family/friends" and "level of competitiveness" influence the attitudes of students without SEN towards the inclusion of students with SEN in classes of PE. The study sample consists of 25 students who attend the 2nd cycle. The instrument applied was the Portuguese version of *The Children's Attitudes Toward Integrated Physical Education – Revised (CAIPE-R)*, BLOCK (1995). The results obtained prove that the students significantly improved their attitudes after the event and that the variables mentioned influence these attitudes.

Keywords: Inclusion, Paralympic Week, Attitudes

1. Introdução

Devido ao grande aumento de alunos com NEE a frequentar as escolas de ensino regular, nas últimas décadas o termo inclusão tem sido bastante discutido e alvo de infindos estudos. Com o propósito de contextualizar a problemática apresentada, em primeiro lugar serão clarificados vários conceitos elementares e intrínsecos à mesma.

Segundo a Declaração de Salamanca (UNESCO, 1994), o conceito de NEE abrange todas as crianças e jovens cujas necessidades envolvam deficiências ou dificuldades de aprendizagem. Relativamente ao conceito de deficiência, em concordância com a OMS, esta remete para a ausência ou disfunção de uma estrutura psíquica, fisiológica ou anatômica.

Posto isto, é fulcral que as escolas disponham de estratégias para incluir e ajudar todo o tipo de alunos, devendo estas se ajustarem a todas as crianças e jovens, independentemente das suas condições físicas, sociais, linguísticas ou outras.

Desta forma, surge a importância da Inclusão, segundo (Coppennolle, cit. Por Amaral, 2006), a inclusão é muito mais do que simplesmente colocar crianças juntas com e sem condição de deficiência, significa a alteração de atitudes, desenvolvendo o sentido de responsabilidade. A criança com deficiência deve ser preparada para se envolver na escola e esta deve prepara-se para acolher a criança. A inclusão tem como objetivo oferecer a todos os alunos uma educação igual e com qualidade, de modo a respeitar todos relativamente às suas características e necessidades, retirando assim o estigma da “deficiência”.

É notório que são muitos os entraves que as pessoas com NEE se deparam no seu dia-a-dia e também na escola, entraves estes físicos, sensoriais, organizativos, entre outros, dificultando a sua adaptação, o seu progresso em relação aos outros. No entanto, estas barreiras podem ser ultrapassadas com a adoção de atitudes mais favoráveis por parte de todos os intervenientes no seio escolar e na sociedade.

Ao nível da EF, esta revela-se deveras importante, principalmente na inclusão de alunos com NEE. De acordo com Rodrigues (2003) existem três grandes razões pelas quais a EF tem possibilidades de ser uma ajuda na construção da educação inclusiva: Em EF, o professor dispõe de uma maior liberdade para organizar os conteúdos que pretende que os alunos vivenciem ou aprendam nas suas aulas, isto é, é uma área que possui um

caráter mais flexível facilitando a diferenciação curricular; os professores de EF são vistos como profissionais que desenvolvem atitudes mais positivas face aos alunos que os outros professores; a EF permite uma participação de todos os alunos incluindo aqueles que evidenciam dificuldades, originando um grau de satisfação elevado de alunos com níveis de desempenho muito diferentes.

Por último, as atitudes são extraordinariamente importantes na construção de uma escola inclusiva de modo a melhor adaptar as formas de abordar os conteúdos às necessidades ou características dos alunos com NEE. As atitudes são a chave da mudança para a criação de ensino inclusivo, pois as atitudes e os comportamentos são parte essencial no processo de sociabilização. Segundo Rodrigues (1996) citado por Gomes (2009) este classifica atitude como uma organização duradoura de crenças e cognições, em geral dotada de carga pró ou contra um objeto social definido, que predispõe a uma ação coerente com as cognições e afetos relativos a esse objeto.

No que concerne a estudos realizados no âmbito desta área, a nível internacional temos o estudo de Block (1995) que desenvolveu um instrumento de medida das atitudes das crianças sem NEE face à inclusão de crianças com NEE das aulas de EF, Van Biesen, Busciglio & Vanlandewijck (2006), realizaram um estudo em três escolas primárias na Bélgica, promovendo a realização do “Dia Paralímpico na Escola” com o objetivo de promover a mudança de atitudes, após o evento, conclui-se que com o evento foram fomentadas atitudes positivas. Já Panagiotou, et al. (2008) na Grécia, realizou um estudo com o objetivo de averiguar o efeito da atividade “Dia Paralímpico na Escola” nas atitudes de alunos sem deficiências, do 5º e 6º anos, os resultados do estudo mostraram diferenças significativas no grupo experimental, apenas na subescala das atitudes gerais.

Em Portugal, um estudo realizado por Campos, Ferreira e Block (2014) comprova que os resultados em relação à atitude dos alunos sem NEE melhoram após a implementação de um programa de sensibilização, convertendo assim os alunos mais conscientes relativamente à importância da inclusão. Um ano mais tarde, Campos e Fernandes (2015), mais uma vez comprovaram que um evento com atividades paralímpicas enaltece as atitudes dos alunos face à inclusão.

Posto isto, o principal objetivo deste estudo é analisar o impacto do programa de atividade física adaptada, denominado de “Semana Paralímpica”, nas atitudes dos alunos do 2º ciclo face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF e ao mesmo tempo

compreender de que modo as variáveis “género”, “contato prévio com deficiência na família/amigos” e “nível de competitividade” influenciam as atitudes dos alunos sem NEE face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF.

2. Metodologia

2.1 Participantes

A amostra do estudo é constituída por alunos do 2º Ciclo do Ensino Básico, de uma escola pública do ensino regular da região centro (Escola EBI/JI Prof. Doutor Ferrer Correia), no ano letivo 2020/2021.

A realização deste estudo contou com a participação de 25 alunos (N=25), sendo que 11 são do género masculino e 14 do género feminino, apresentando uma média de idades igual a 10,36 anos e um desvio padrão de 0,490.

2.2 Instrumento

Para operacionalizar a realização deste estudo, foi aplicado à amostra um instrumento de medida com o objetivo de avaliar a atitude dos alunos sem NEE do 2º Ciclo do Ensino Básico face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF.

O instrumento aplicado na recolha de dados para avaliar as atitudes dos alunos foi a versão traduzida e validada por Campos, Ferreira & Block (2013), a partir do questionário *Children’s Attitudes Toward Integrated Physical Education – Revised (CAIPE-R)*, BLOCK (1995).

Este instrumento assume-se como uma ferramenta válida e confiável para medir as atitudes dos alunos sem NEE face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF, comprovado através do estudo realizado por Block (1995), com o propósito de avaliar e conferir a sua credibilidade.

Primeiramente, o questionário dispõe de orientações gerais, em seguida consta uma história hipotética de na turma haver um aluno com NEE, que possui várias limitações na realização das aulas de EF, com o intuito de contextualizar os alunos participantes na problemática.

O questionário é composto por 11 itens (*Atitudes globais*) que são divididos por 2 subescalas de atitudes:

Atitudes gerais- Referentes às crenças sobre a inclusão de alunos com NEE no contexto geral da EF (ex.: “*Se o João estivesse nas minhas aulas de EF, eu conversaria com ele e seria seu amigo*”);

Atitudes específicas- Referentes às crenças sobre as modificações das regras em jogos de grupo (ex.: “*Seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo?*”).

Os alunos respondem às questões através de uma escala de Lickert de 4 pontos, em que 1 = Não; 2 = Provavelmente Não; 3 = Provavelmente Sim; 4 = Sim.

O questionário contém ainda várias questões que possibilitam caracterizar o aluno e adquirir informações sobre certas variáveis pertinentes para o estudo, tais como: dados biográficos (idade e gênero); dados relativos à escola (ano de escolaridade e turma); dados relativos à convivência ou falta dela com pessoas com deficiência ou NEE; e por fim dados relativos à competitividade.

2.3 Procedimentos

Quanto à aplicação do instrumento (CAIPE-R), este foi aplicado em dois momentos distintos: na semana anterior, e na semana seguinte da atividade. Este questionário foi sempre aplicado durante as aulas de Educação Física das 2 turmas da amostra.

Previamente ao momento da primeira aplicação do questionário, foi referido aos alunos que o mesmo era anónimo; que não existiam respostas corretas ou erradas, que a resposta dependia somente da sua opinião; que prestassem o máximo de atenção enquanto o professor lia e que respondessem com a maior sinceridade. De seguida, o professor lia uma questão, os alunos respondiam e assim sucessivamente até ao final do questionário.

Na semana seguinte à primeira aplicação do questionário, realizámos a atividade “Semana Paralímpica”, durante as 3 aulas semanais de Educação Física das duas turmas da amostra. Atividade esta que será explanada no ponto seguinte.

O segundo momento da aplicação do questionário foi realizado na semana seguinte à atividade, tendo os mesmos moldes da primeira aplicação, apesar de os alunos já conhecerem o instrumento.

2.4 Caracterização e Programa da Atividade

A atividade denominada de “Semana Paralímpica”, decorreu durante uma semana, nas três aulas de EF de cada turma, esta englobou atividades de sensibilização e modalidades paralímpicas. Esta atividade teve como objetivo possibilitar aos alunos uma experiência diferente, dando-lhes a conhecer outras modalidades e proporcionar uma semana inclusiva aos alunos com NEE e ao mesmo tempo sensibilizar os alunos sem NEE para as dificuldades sentidas por esses alunos.

De seguida será apresentado o programa da atividade:

1º Dia de Atividade:

- Apresentação da atividade: visionamento de um PowerPoint e de um vídeo de sensibilização.
- Circuito de sensibilização:
 - Caixa dos sentidos (cheiro e tato);
 - Jogo para adivinhar os materiais de várias modalidades com os olhos vendados.
 - Percurso em cadeira de rodas.

2º Dia de Atividade:

- Polybat;
- Boccia;
- Voleibol Sentado.

3º Dia de Atividade:

- Goalball;
- Basquetebol em cadeira de rodas;
- Reflexões finais;
- Preenchimento do questionário de satisfação.

Em todas as modalidades, primeiramente foi realizada uma abordagem às regras e de seguida os participantes realizaram progressões pedagógicas em formas jogadas, com o intuito de ensinar as regras do jogo e despertar interesse aos alunos.

2.5 Análise Estatística

O tratamento dos dados foi efetuado recorrendo à análise estatística por meio do programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 27.0 para o Windows.

Em primeiro lugar, foi contruída uma base de dados com uma codificação pré-estabelecida, de modo a facilitar a colocação e o tratamento dos dados relativos aos questionários.

Para analisar os dados referentes à amostra foi utilizada a estatística descritiva, de modo a apresentar os cálculos dos diferentes parâmetros. Para tal analisamos a média (M) como medida de tendência central e o desvio padrão (DP) como medida de dispersão.

Relativamente à estatística inferencial, foi utilizado o teste não paramétrico de *Wilcoxon* para amostras emparelhadas, por se tratar de uma amostra inferior a 30 alunos, de modo a analisar comparativamente as duas aplicações, averiguando se existiram ou não diferenças estatisticamente significativas. Foi utilizado o nível de significância de $p \leq 0,05$.

De modo a conferir a influência das variáveis “género” e “contacto prévio com deficiência na família/amigos” nas atitudes dos alunos foi utilizado o teste U de Mann - Whitney, uma vez que, se trata de um teste não paramétrico aplicado para duas amostras independentes e que apresentam apenas duas respostas possíveis. Para verificar a influência da variável “nível de competitividade” foi usado o teste de Kruskal – Wallis, dado que havia mais de dois tipos de resposta.

3. Resultados

Primeiramente, serão exibidos os resultados da estatística descritiva com dados sociográficos, através dos quais conseguimos obter um conhecimento mais profundo dos participantes. Posteriormente, serão expostos os dados relativos à estatística inferencial das variáveis em estudo.

3.1 Análise Descritiva dos Dados

Tabela 1 - Dados Sociográficos

		Amostra Total N = 25	
		Frequência	%
Ano escolaridade	5º ano	15	60
	6º ano	10	40
Idade	10 anos	16	64
	11 anos	9	36
Género	Masculino	11	44
	Feminino	14	56
Contacto c/ pessoas c/ deficiência em família e amigos	Não	13	52
	Sim	12	48
Nível competitividade	Muito competitivo	7	28
	Mais ou menos competitivo	15	60
	Não competitivo	3	12

Através da análise dos dados apresentados na tabela 1, relativamente à variável género, dos vinte e cinco alunos inquiridos que constituem a amostra (N=25), 56% são do género feminino (N=14) e 44% são do género masculino (N=11). Deste modo, verifica-se que se trata de uma amostra equilibrada quanto ao género. Quanto à idade dos sujeitos, encontra-se no intervalo dos 10 aos 11 anos, sendo que 64% (N=16) têm 10 anos e 36% (N=9) têm 11 anos. Assim, a média de idades situa-se nos 10,36 anos. No que se refere ao contacto prévio com pessoas com deficiência ou NEE no seio familiar ou no grupo de amigos, denota-se que 48% (N=12) dos alunos têm alguém na família ou um amigo próximo com deficiência ou NEE, contrariamente aos 52% (N=13) que indicaram que não. Relativamente ao nível de competitividade dos alunos, verificamos que: 28% (N=7) identificam-se como “muito competitivos”, apontando que gostam de vencer e ficam frustrados quando perdem; já 60% (N=15) reconhecem-se como “mais ao menos competitivos” indicando que gostam de vencer, mas que não importa se perderem algumas vezes; por fim 12% (N=3) identificam-se como “não competitivos”, assinalando que não importa se ganham ou perdem, pois, o importante é divertirem-se.

3.2 Estudo Estatístico Inferencial

Tabela 2 - Resultados das Subescalas de Atitudes na 1ª e 2ª Aplicação

Variáveis Dependentes	Média	Desvio Padrão	Sig.
Atitude Geral - A	3,19	,36	,000
Atitude Geral - B	3,57	,19	
Atitude Especifica - A	3,38	,36	,001
Atitude Especifica - B	3,72	,19	
Atitude Global - A	3,28	,30	,000
Atitude Global - B	3,64	,16	

Como podemos observar na tabela 2, relativamente à subescala da Atitude Geral, que contempla as perguntas 1 a 6, verifica-se que na primeira aplicação a média (M) foi de 3,19, na segunda aplicação, verificamos que a média (M) foi de 3,57. Constata-se então que houve alterações estatisticamente significativas da primeira para a segunda aplicação, pois $p=0,000$.

Quanto à subescala da Atitude Especifica, que engloba as perguntas 7 a 11, observamos que na primeira aplicação a média (M) foi de 3,38, já na segunda aplicação a média (M) foi de 3,72. Verifica-se uma vez mais que houve alterações estatisticamente significativas da primeira para a segunda aplicação, uma vez que $p=0,01$

No que respeita à Atitude Global, que abrange todas as perguntas, denota-se que mais uma vez a média (M) aumenta da primeira (3,28) para a segunda aplicação (3,64). Constata-se assim que existem diferenças estatisticamente significativas de uma aplicação para a outra, visto que $p=0,000$.

Tabela 3 - Resultados da Influência da Variável "Género" na Atitude Global nas duas Aplicações

Género	Primeira Aplicação			Segunda Aplicação		
	M	DP	Sig.	M	DP	Sig.
Feminino	3,38	,27	,045	3,65	,16	,767
Masculino	3,16	,30		3,61	,15	

Na tabela 3, é possível verificar que as raparigas apresentaram uma média superior na atitude global em relação aos rapazes na primeira aplicação. Obtivemos diferenças estatisticamente significativas entre género $p=0,045$. Já no pós atividade as médias (M) aumentaram nos dois géneros e ficaram muito próximas, não existindo diferenças estatisticamente significativas.

Tabela 4 - Resultados da Influência da Variável “contacto prévio com deficiência na família/amigos” na Atitude Global nas duas Aplicações

Contacto Prévio Família/Amigos	Primeira Aplicação			Segunda Aplicação		
	M	DP	Sig.	M	DP	Sig.
Não	3,24	,30	0,400	3,58	,13	,060
Sim	3,35	,30		3,70	,16	

No que diz respeito à análise das atitudes dos alunos em função da variável “contato prévio com deficiência na família/amigos”, verifica-se que nas duas aplicações quem já teve contacto apresenta uma média (M) superior a quem nunca teve contacto. Não existindo diferenças estatisticamente significativas.

Tabela 5 - Resultados da Influência da Variável “nível de competitividade” na Atitude Global nas duas Aplicações

Nível de Competitividade	Primeira Aplicação			Segunda Aplicação		
	M	DP	Sig.	M	DP	Sig.
Muito competitivo	3,02	0,28	0,022	3,66	,21	,837
Mais ao menos competitivo	3,38	0,26		3,63	,14	
Não competitivo	3,36	0,18		3,67	,14	

No quadro acima, verificamos que na primeira aplicação os alunos que se consideram não competitivos e mais ao menos competitivos evidenciam atitudes mais positivas comparativamente com os alunos que se consideram muito competitivos. Obtendo diferenças estatisticamente significativas uma vez que $p=0,022$. Já na segunda aplicação, uma vez mais, as médias aumentaram e ficaram muito próximas uma das outras.

4. Discussão dos Resultados

O principal objetivo deste estudo foi analisar o impacto do programa de atividade física adaptada, denominado de “Semana Paralímpica”, nas atitudes dos alunos do 2º ciclo face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF e perceber de que modo é que as variáveis “género”, “*contacto prévio com pessoas com deficiência ou NEE*” e “*nível de competitividade*” influenciam estas atitudes.

Observando os resultados obtidos na comparação entre as duas aplicações, verifica-se que a “Semana Paralímpica” teve um forte impacto nas atitudes dos alunos face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF, havendo uma forte diferença estatisticamente significativa. A atividade foi eficaz na promoção de atitudes positivas dos alunos nas três subescalas, corroborado pelos estudos de Panagiotou et al. (2008) e Van Biesel et al (2006) que também demonstraram que o efeito de uma atividade paralímpica concebeu melhorias significativas nas atitudes dos alunos.

Na variável género, comprova-se que os alunos antes da atividade do género feminino, tinham atitudes mais favoráveis face à inclusão, em contrapartida com o género masculino, verificaram-se diferenças estatisticamente significativas nas atitudes globais, sendo o nível de significância 0,045 corroborando os estudos de Block (1995) e Van Biesen, et al (2006) que também concluíram que as raparigas têm atitudes mais favoráveis à inclusão de alunos com NEE comparativamente com os rapazes. Segundo Fishbein (1996) as raparigas são mais afetuosas e sentem-se mais responsáveis perante indivíduos com NEE do que os rapazes. Após a atividade observamos que as médias subiram nos dois géneros e ficaram muito próximas uma da outra.

À semelhança do género, também é possível verificar que quem teve contacto prévio com pessoas com deficiência na família / amigos, apresentou atitudes mais positivas, quer na primeira, quer na segunda aplicação, que os alunos que nunca tiveram um contacto prévio, apesar de não existirem diferenças estatisticamente significativas. Estes resultados vão ao encontro do estudo feito por Block (1995), dado que os alunos da amostra que têm familiares ou amigos próximos têm atitudes mais elevadas face à inclusão em aulas de EF. Esta situação parece dever-se a que os alunos ao estarem mais próximos e contactarem com pessoas com NEE desenvolvam um conhecimento adequado e realista sobre as suas capacidades e criem afeto por elas.

Quanto ao nível de competitividade, no pré atividade, os alunos que se consideram muito competitivos ($M=3,02$) têm atitudes significativamente mais negativas do que os alunos mais ao menos competitivos ($M=3,38$) e do que os alunos não competitivos ($M=3,36$). De igual modo, no estudo efetuado por Campos (2013), concluiu que estudantes sem NEE com um nível de competitividade mais elevado têm atitudes mais negativas face à inclusão. De acordo com Panagiotou et al (2008), os alunos que se consideram mais competitivos desaprovam a implementação de estratégias inclusivas que implicam a adaptação das regras do jogo, pois consideram os jogos adaptados pouco desafiantes e competitivos, muito fáceis e diferentes dos que estão habituados. Além do mais, estes alunos não querem que os alunos com NEE pertençam às suas equipas, para terem uma equipa mais forte. Já no pós teste, uma vez mais, as médias subiram e ficaram muito próximas uma das outras.

Na sequência do que foi referido, há a ressaltar a limitação da amostra, a amostra do estudo foi bastante reduzida, portanto, o número de alunos envolvidos no estudo pode ter influenciado a autenticidade das suas conclusões. Tendo em consideração a limitação mencionada, a recomendação para estudos posteriores, com a mesma temática é que se aplique o questionário a um maior número de alunos, com diferentes idades, e que frequentem escolas diferentes, com o objetivo de obter resultados mais conclusivos.

5. Conclusões

Após analisar os resultados obtidos, concluímos que as atitudes dos alunos sem NEE que constituem a amostra face à inclusão de alunos com NEE nas aulas de EF após a implementação de um programa de Desporto Adaptada sofreram melhorias significativas. Este programa contribui para a promoção de atitudes positivas face à inclusão e promoveu a aceitação e o respeito perante os colegas com NEE.

Anteriormente à implementação da atividade, as atitudes dos alunos já eram favoráveis, devendo-se de certa forma ao facto de a escola em questão se assumir como uma escola inclusiva, contando com alunos com NEE no seu seio e contar com várias atividades paralímpicas e inclusivas no seu planeamento anual em todos os anos letivos.

Concluímos também que as variáveis “género”, “contacto prévio com pessoas com deficiência ou NEE” e “o nível de competitividade” influenciam estas atitudes.

Como já foi referido as raparigas têm atitudes mais favoráveis do que os rapazes, facto este que considero dever-se à maior sensibilidade e responsabilidade do que os rapazes e o nível de competitividade ser mais baixo em relação aos rapazes.

Relativamente à variável “contacto prévio com pessoas com deficiência ou NEE, os alunos que vivenciam com alguém com deficiência ou NEE possuem atitudes mais positivas, possivelmente, pelo facto da tolerância criada pelo contacto mais próximo, pela entreajuda já conseguida noutras circunstâncias e pelo maior conhecimento das potencialidades e capacidades destas pessoas.

Por fim, quanto à variável nível de competitividade, os resultados obtidos através do estudo, levam a crer que os alunos sem NEE que se consideram “muito competitivos” têm atitudes mais negativas em relação a inclusão de alunos com deficiência ou NEE nas aulas de EF, que podem ser justificadas pela circunstância de sentirem que a atividade vai diminuir de intensidade ou mesmo ser arruinada se um aluno com deficiência ou NEE participar no jogo, pois percebem uma diminuição do ritmo da aula devido as alterações das regras.

Referências

- UNESCO; (1994) *Declaração De Salamanca E Enquadramento Da Ação Na Área Das Necessidades Educativas Especiais. Conferência Mundial Sobre Necessidades Educativas Especiais: Acesso e Qualidade*. Salamanca. Espanha, UNESCO e Ministério da Educação e Ciência de Espanha
- Campos, M. J., Ferreira, J. P, Block, M.E. (2013). *Na analysis into the structure, validity and reliability of the Children's Attitudes towards Integrated Physical Education-revised (CAIPE-R)*. European Journal of Adapted Physical Activity, 6(2), 29-37.
- Campos, M. J., Fernandes, C. (2015). *Impacto da Semana Paralímpica nas atitudes dos alunos fase à Inclusão. Desporto e Atividade Física para Todos – Revista Científica da FPDD*, 2015 Vol. 1, N.o 1, ISSN 2183-9603
- Campos, M (2013). *On the way to inclusion – How powerful is physical Education? – Quantitative study about teachers and students' attitudes toward inclusion in Physical education. Tese de Douturamento em Ciências do Desporto e Educação Física na especialidade de Ciências da Educação Física apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra*
- Rodrigues, D. (2003) *A Educação Física perante educação inclusiva: reflexões conceptuais e metodológicas*. Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física,; 23/24: 73-80.
- Block, M. (1995). *Development and validation of the children's attitudes toward integrated physical education-revised (CAIPE-R) inventory*. Adapted Physical Activity Quarterly, 12, 60-77
- Amaral, J. (2009). *Atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. Dissertação de licenciatura em Educação Física da Universidade de Coimbra*.
- Van Biesen, D., Busciglio, A., Vanlandewijck, Y. (2006). *Attitudes towards inclusion of children with disabilities: the effect of the implementation of "A Paralympic School Day" on Flemish elementary children*.

- Panagiotou K. A., Evaggelinou, C., Doulkeridou, A., Mouratidou, K., Koidou, E. (2008). Attitudes of 5th and 6th grade Greek students toward the inclusion of children with disabilities in physical education classes after a paralympic education program. *European Journal of Adapted Physical Activity* 1(2), 31-43.
- Gomes, G. (2009). *Atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física – Estudo exploratório em Estudantes dos 17 aos 20 anos*. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra
- Fishbein. (1996). *Peer Prejudice and Discrimination: The Origins of Prejudice*.

Considerações Finais

O EP assumiu-se como o ponto alto do meu percurso escolar. Sem desvalorizar os restantes anos letivos, foi durante o EP que vivenciei a profissão tão desejada desde pequeno em contexto real e foi durante este ano letivo que coloquei em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo dos 4 anos da formação inicial.

Este ano letivo foi um ano bastante desafiante, exigiu muito trabalho e sacrifício da nossa parte. Foram vários os momentos ao longo desta caminhada, momentos bons e momentos maus. Ainda que os momentos bons tenham prevalecido sobre os maus. Estes momentos “menos bons”, também foram importantes no processo, foi ultrapassando essas adversidades e refletindo sobre elas que evoluímos enquanto profissionais.

Conclui esta etapa com uma enorme satisfação, com muito orgulho do meu percurso e acima de tudo realizado. É o culminar de um sonho de criança.

Referências Bibliográficas

- Resende, R., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., e Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. In P. queirós, P. Batista, & Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional*, . pp. 145-164. Porto: Editora FADEUP
- Rodrigues, E. A. G. (2009). Supervisão Pedagógica: *Desenvolvimento da autonomia e da capacidade reflexiva dos estudantes estagiários*. Porto: Eduardo Rodrigues. Dissertação apresentada a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Jackson, P. W. (1968). *Life in classrooms*. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.
- Clark, C. & Peterson, P (1986). *Teachers' thought processes*. In M. C. Wittrock (Ed.), *Handbook of research on teaching*. New York, NY: Macmillan.
- Silva, E.; Fachada, M. & Nobre, P (2019). *Prática Pedagógica Supervisionada III*. Coimbra: Edição FCDEFUC.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte
- Despacho n.º 6478/2017, Diário da República, 2.ª série - N.º 143 - 26 de julho de 2017, Ministério da Educação, Lisboa.
- Rosado, A. (2002). *Planeamento da Educação Física: Modelos de Lecionação*
- Bossle (2002). Planejamento de ensino na educação física: Uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento*, 8(1), 31-39
- Bento, J. O. (1987). *Desporto: matéria de ensino*. Lisboa: Caminho
- Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education..* Pablo Alto: Mayfield Publishing Company
- Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). *Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução*. In A. Rosado & Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 69-130). Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*, 2ª ed., INDE, Barcelona

- Siedentop, D. (1988). *Aprender a Enseñar la Educación Física. La técnicas y las estrategias de disciplina*. Barcelona: Colección Educación Física. INCDE Publicaciones.
- Costa, F. (1996). *Formação de Professores: Objetivos, conteúdos e estratégias. Formação de Professores em Educação Física. Concepções, Investigação, Prática*. Lisboa: Ciências da Educação, Edições FMH
- Nobre, P.R (2009). *Contributos para uma avaliação curricular da escola: a avaliação do PCE*. Comunicação apresentada no X Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação: Investigar, Avaliar, Descentralizar. Instituto Politécnico de Bragança.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., e Aranha, Á. (2010). *Avaliação: um caminho para o sucesso no processo de ensino aprendizagem*. Maia: Edições ISMAI.

Anexos

Anexo I - Ficha Individual do Aluno

Ficha Individual do Aluno

1. Identificação

Nome: _____
Ano: _____ Turma: _____ Nº _____ Data de Nascimento _____
Naturalidade: _____ Nacionalidade: _____
Email: _____
Telemóvel: _____

2. Dados Familiares

Nome da Mãe: _____ Idade: _____
Nome do Pai: _____ Idade: _____
Número de Irmãos: _____ Idades: _____
Profissão da Mãe: _____ Habilitações Literárias: _____
Profissão do Pai: _____ Habilitações Literárias: _____
Telefone Mãe: _____ Telefone Pai: _____
Morada: _____
Código Postal: _____ Localidade: _____
Grau de Parentesco do Encarregado de Educação: _____
Email Encarregado de Educação: _____
Com quem vives? _____

3. Saúde e Higiene

Problemas de Visão: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Problemas de Audição: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/>
Dificuldades Motoras: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Outros Problemas de Saúde (asma, bronquite asmática, epilepsia, diabetes, hemofilia, problemas cardíacos, problemas ósteo – articulares, lesões desportivas...): _____
_____ Contacto em caso de Emergência: _____
Necessitas de cuidados especiais de saúde? Se sim, indica-os: _____
Quantas horas dormes por dia? _____
A que horas te costumavas deitar? _____
Costumas tomar banho após a atividade física? _____
Assinala com um X as refeições que costumavas fazer diariamente:
<input type="checkbox"/> Pequeno-almoço <input type="checkbox"/> Lanche da manhã <input type="checkbox"/> Almoço <input type="checkbox"/> Lanche da tarde
<input type="checkbox"/> Jantar <input type="checkbox"/> Ceia

4. Vida Escolar

Já repetiste algum ano? _____ Se <u>sim</u> , em que ano(s)? _____
Frequentas aulas de apoio a alguma disciplina? _____ Se sim, qual/quais _____
Disciplinas preferidas: _____
Disciplinas com mais dificuldades: _____
Qual é o transporte que utilizas para te deslocares para a escola? _____
Distância de casa até escola? _____ Tempo gasto: _____

INQUÉRITO – EDUCAÇÃO FÍSICA E ATIVIDADE FÍSICA

1. Gostas da disciplina de Educação Física ? Muito Moderadamente Pouco
 2. Qual foi a tua classificação a Educação Física no ano letivo anterior? _____
 3. Como ocupas os teus tempos livres? _____
 4. Frequentaste o Desporto Escolar no ano letivo anterior? _____ Se sim, em que modalidade(s): _____
 5. Gostarias de te inscrever no Desporto Escolar este ano? _____ Se sim, em que modalidade(s): _____
 6. Que desporto(S) praticas? _____
 7. A Educação Física é para ti uma disciplina:
Muito Importante Importante Pouco Importante Nada Importante
 8. Quais destas modalidades desportivas praticaste **no ano letivo anterior** nas aulas de EF?
Andebol Futsal Voleibol Basquetebol Rúgubi Badminton
Ténis Dança Atletismo Ginástica Patinagem Luta/Judo
Corfebol Orientação
Outra(s) modalidades: _____
3. Em que modalidade(s) sentes mais facilidade(s)?

4. Em que modalidade(s) sentes mais dificuldade(s)?

5. Indica uma ou mais modalidades desportivas que gostarias muito de praticar nas aulas de EF este ano letivo?

6. Praticas ou já praticaste alguma modalidade desportiva fora da escola? Se sim, qual?

7. Que desporto(os) escolar(es) gostarias que existisse na tua escola?

Obrigado pela atenção.

Bom ano letivo!!

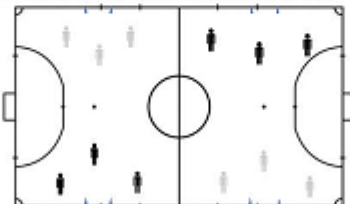



Plano Aula			
Professor: Marcelo Cardoso		Data: 22/04/2021	Hora: 15:25 – 16:15
Ano/Turma: 9º F	Período: 3º Período	Local/Espaço: Exterior	
Nº da aula: 73	Nº da aula da UD: 9/12	UD: Futsal	Duração da aula: 50'
Nº de alunos previstos: 19		Nº de alunos dispensados: 0	
Função didática: Exercitação			
Recursos materiais: Bolas de futsal, bases, apito e cronómetro.			
Objetivos da aula: Exercitação dos gestos técnicos: passe; receção; condução de bola; remate; fintas e desarme e dos princípios de jogo: penetração/contenção; cobertura ofensiva/cobertura defensiva e mobilidade/equilíbrio			
Sumário: Exercitação dos gestos técnicos e dos princípios de jogo abordados nas aulas anteriores em situação de jogo reduzido.			

	Tempo		Tarefas / Situações de aprendizagem	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas/ Critérios de Êxito/ Objetivos específicos
	T	P			
Parte inicial	15:25 – 15:30	5'	Entrada dos alunos para o balneário.	Os alunos após o toque de entrada dirigem-se ao seu sítio definido no início do ano para se equiparem para a aula.	C.E. Os alunos equipam-se e cumprem os 5' disponibilizados para a realização da tarefa.
	15:30 – 15:31	1'	Verificação de presenças; <u>Preleção inicial:</u> Referência dos objetivos da aula.	Os alunos entram no espaço da aula e dispõem-se em frente ao professor em meia-lua para o ouvir. O professor vai verificar as presenças, se os alunos estão devidamente equipados, e dá uma instrução inicial sobre os objetivos e explicar em que vai consistir a aula.	O.E. Contabilizar as presenças dos alunos e verificar a pontualidade e assiduidade; Averiguar a utilização de objetos inapropriados para a aula e devido equipamento; Referência dos objetivos e conteúdos da aula. C.E. Os alunos mantêm-se em silêncio, ouvem com atenção as instruções do professor.
	15:31 – 15:32	1'	Instrução/ Demonstração	Os alunos dispõem-se à frente do professor para o ouvir e em seguida observam a demonstração.	OE: Os alunos estão atentos à instrução, demonstração e compreendem a tarefa a realizar de seguida.
	15:32 – 15:38	6'	Exercício 1 Aquecimento específico	A turma é dividida em 4 equipas. Destas, 2 equipas ficam em cada meio-campo. Os alunos devem entre os elementos da própria equipa realizar 5 passes consecutivos, sem que um outro jogador intercete a bola, ou saia fora das linhas do campo. Após os 5 passes essa equipa tem direito a um remate da marcação de penalti, ganhando os pontos, consoante o sítio onde acertarem (utilização da tela).	OE: Promover a ativação geral do organismo. Motivar os alunos para a aula. Exercitação do passe, receção, desmarcação e remate. C.E: Realizar 5 passes, rematar à baliza e acertar no alvo (tela) C.C: Passe: Manter a cabeça levantada e realizar apoio do pé ao lado da bola; Passar a bola para a frente e na direção do colega. Receção: Olhar dirigido para a trajetória da bola, deslocamento na direção da bola, amortecer e controlar a bola com a parte interna do pé. Remate: Colocar o pé de apoio do lado da bola. MI de apoio ligeiramente fletido; extensão do MI no contacto com a bola.

Parte fundamental	15:38 – 15:40	2'	Instrução/ Demonstração	Os alunos dispõem-se à frente do professor para a ouvir e em seguida observam a demonstração.	OE: Os alunos estão atentos à instrução, demonstração e compreendem a tarefa a realizar de seguida.
	15:40 – 15:52	12'	Exercício 2 1x0 + gr 2x1 + gr 3x3 Jogo das 4 balizas	<p>Grupo 1 (Nível introdutório): Com meio campo dividido em 2, os alunos vão realizar nos 2 grupos: Numa primeira fase, o aluno da posição central irá numa situação de 1x0, finalizando contra o guarda redes. Numa segunda fase, os alunos dos corredores laterais irão numa situação de 2x1, contra o primeiro aluno do exercício. Se o aluno que esta a defender o 2x1 recuperar a bola, tem como objetivo marcar golo na baliza do lado contrário.</p> <p>Grupo 2 (Nível elementar): O grupo será dividido em 3 equipas de 3 elementos: Jogam 3x3 com 2 balizas pequenas nos corredores direito e esquerdo. Vão ser realizados jogos de 3 minutos, ao fim desse tempo a equipa que estiver a perder troca com a que esta de fora, se o jogo estiver empatado sai a equipa que estava há mais tempo.</p>	<p>O.E: Exercitar os gestos técnicos e os princípios táticos penetração/contenção e a cobertura ofensiva.</p> <p>C.E: Os alunos atacantes marcar golo; O aluno defensor desarmar os colegas e marcar golo na baliza contrária.</p> <p>C.C: Penetração: Conduz a bola para penetração para finalizar ou fixar adversário(s); -passa a um colega em desmarcação para a baliza ou em apoio ou remate, se tiver em vantagem. Contenção: marcar individualmente o adversário em posse de bola, colocando-se entre a bola e a baliza. Cobertura ofensiva: Apoiar o portador da bola desmarcando-se e criando linhas de passe.</p> <p>O.E: Exercitar os gestos técnicos e os princípios de jogo. •Ocupação racional do espaço.</p> <p>C.E: Vencer o jogo.</p> <p>C.C: Mobilidade: tentar criar situações de rotura na organização defensiva contaria através da mobilidade dos jogadores ofensivos, tomando o jogo imprevisível. Equilíbrio: contrapor a mobilidade, assegurando estabilidade do jogo defensivo através da marcação rigorosa aos jogadores ofensivos em mobilidade.</p>



Parte final	15:52 – 15:54	2'	Instrução/ Demonstração	Os alunos dispõem-se à frente do professor para ouvir e em seguida observam a demonstração.	OE: Os alunos estão atentos à instrução, demonstração e compreendem a tarefa a realizar de seguida.
	15:54 – 16:08	14'	Exercício 3 Jogo holandês 3x3	Os alunos ainda divididos em grupos de nível, vão realizar o jogo holandês em vagas de 3 jogadores. A equipa que está a atacar quando perde a bola deverá sair pela linha de fundo e a equipa que recuperou a posse de bola irá avançar no terreno e atacar enquanto na baliza contrária estará já pronta uma equipa para defender e assim sucessivamente. 	OE: Exercitar os gestos técnicos, os princípios de jogo e a transição defesa/ataque. C.C: Ataque com Bola - Deve conduzir a bola, de preferência em progressão ou penetração para rematar, ou passar ao colega de equipa. - Remata se tem a baliza ao seu alcance. - Passa ao colega de equipa e desmarca-se, oferecendo uma linha de passe. Sem bola - Desmarca-se, criando linhas de passe. - Ocupar o espaço livre Defesa - Marca o seu adversário direto não o deixando progredir no terreno; tenta desarmá-lo, se for ultrapassado, o colega mais próximo deverá fazer a dobra. C.E: • Os atacantes consigam fazer golo. • Os defesas recuperar a bola para atacar de seguida.
Parte final	16:08 – 16:10	2'	Instrução Final. Alongamentos. Questionamento	Os alunos estão em semicírculo, com o professor realizando os exercícios de alongamentos de frente para eles. 	OE: O professor faz um balanço da aula, realçando o desempenho dos alunos e motiva-os para a próxima aula. - Os alunos realizam uma sessão de alongamentos para os grupos musculares mais exercitados.
	16:10 – 16:15	5'	Saída dos alunos para o balneário.	Os alunos no final da aula dirigem-se ao local pré-definido no início do ano para se trocarem.	OE: Os alunos trocam-se, e compreendem a importância das rotinas de higiene.

Introdutório Grupo de Nível 1	Elementar Grupo de Nível 2
Ana Monica Carolina Gabriela Nádia Maria Beatriz Pedro Tomas João	Rodrigo Francisco Bernardo S Carlos Bernardo C Guilherme Telmo Rui Marco



Exercício 1			
Campo 1		Campo 2	
Carlos	Bernardo S	Ana	Carolina
Bernardo C	Gui	Tomas	Pedro
Telmo	Marco	Monica	João
Francisco	Rui	Nádia	Gabriela
Rodrigo JOKER		Maria	Beatriz

Exercício 2				
Campo 1			Campo 2	
Rodrigo	Carlos	Bernardo S	Ana	Carolina
Bernardo C	Francisco	Gui	Tomas	Pedro
Rui	Telmo	Marco	Monica	João
			Nádia	Gabriela
			Maria	Beatriz

Exercício 3					
Campo 1			Campo 2		
Rodrigo	Carlos	Bernardo S	Ana	Carolina	Monica
Bernardo C	Francisco	Gui	João	Pedro	Tomas
Rui	Telmo	Marco	Nádia	Gabriela	Maria/Beatriz

Fundamentação:

Os objetivos desta aula passam por exercitar os gestos técnicos e os princípios de jogo abordados nas aulas anteriores. Deste modo, a seleção destes exercícios vai ao encontro desses objetivos anteriormente descritos.

Após a preleção inicial, onde serão explicados os objetivos e a organização da aula, será realizada a instrução do exercício de aquecimento, onde os alunos vão realizar o jogo dos passes com direito à marcação de um penalti sempre que conseguirem fazer os passes. Optei por este aquecimento para motivar os alunos para a aula, aumentar a frequência cardíaca e ao mesmo tempo exercitar o passe, a receção, o remate e a desmarcação.

Na parte fundamental da aula, optei por dividir a turma em grupos de nível. No 1º exercício, os alunos do nível introdutório vão realizar situação de 1x0 +gr e de seguida 2x1 +gr, com o intuito de exercitarem principalmente a penetração, contenção e cobertura ofensiva, uma vez que este grupo de alunos ainda têm muitas dificuldades, optei por este exercício com esta organização para que os alunos realizem muitas repetições de forma a perceberem o que é pretendido, já no nível elementar os alunos vão realizar jogo 3x3 com 4 balizas para exercitarem os gestos técnicos e os princípios de jogo em situação jogada, a escolha das 4 balizas deve-se ao facto de os alunos tornarem o jogo anárquico, estando todos no mesmo espaço da bola.

No terceiro e último exercício, os alunos vão realizar o jogo holandês nos dois meio-campo, este exercício tem como objetivo trabalhar principalmente a transição defesa ataque mas também todos os restantes conteúdos abordados nas aulas até ao momento.

No final da aula, após a recolha de todo o material, serão realizados alongamentos para os alunos retornarem à calma e será realizado um balanço sobre a aula.



Relatório de Aula			
Professor: Marcelo Cardoso		Data: 22/04/2021	Hora: 15h25 – 16h15
Ano/Turma: 9ºF	Período: 3º	Local/Espaço: Exterior	
Nº da aula: 73	Nº da aula da UD: 9/12	UD: Futsal	Duração da aula: 50'
Nº de alunos previstos: 19		Nº de alunos dispensados: 0	
Objetivo da aula: Exercitação dos gestos técnicos: passe; receção; condução de bola; remate; finta e desarme e dos princípios de jogo: penetração/contenção; cobertura ofensiva/cobertura defensiva e mobilidade/equilíbrio			

Reflexão Crítica

Dos 19 alunos previstos, 18 realizaram a aula, o aluno Pedro Silva faltou à aula.

A aula iniciou-se antes da hora prevista, uma vez que os alunos chegaram todos mais cedo, em primeiro lugar foi realizada a preleção inicial onde foi referida a estrutura da aula e os objetivos.

De seguida, no exercício de aquecimento foi realizado o jogo dos passes, sempre que os alunos realizavam os passes definidos tinham direito à marcação de um penalti. No final, a equipa que tinha marcado mais golos venceu. O aquecimento teve o efeito pretendido, os alunos aumentaram a frequência cardíaca, ficaram motivados para a aula e exercitaram principalmente os passes e as desmarcações.

Na parte fundamental, comecei por dividir a turma em dois grupos de nível. No grupo introdutório, os alunos divididos em 2 espaços realizaram situação de 1 para o guarda redes seguido de 2 para 1 + gr. Com este exercício pretendia que os alunos exercitassem principalmente a cobertura ofensiva e a cobertura defensiva. O exercício teve o efeito pretendido, foram realizadas várias repetições, parei várias vezes o exercício de forma a demonstrar as várias possibilidades que os alunos poderiam optar. No nível elementar foi realizado o jogo das 4 balizas 3x3 de 3 minutos, com uma equipa de fora a rodar quando terminasse o tempo. Com este exercício pretendia que os alunos ocupassem os 3 corredores e que colocassem os princípios de jogo em prática, ainda assim, muitas das vezes o jogo estava centrada todo no mesmo local, por isso, o meu feedback foi maioritariamente direcionado para aí.

Na parte final da aula, tinha planeado realizar o jogo holandês nos dois grupos de nível, mas uma vez que um aluno estava a faltar num grupo e no outro grupo um aluno tinha se magoado no exercício anterior, optei por realizar jogo 3x3 + guarda-redes.

Durante o exercício foi possível ver que os alunos já fazem cumprir as regras sem dificuldades, e o jogo já é mais fluido, ainda assim, procurei entrar no jogo em ambos os lados, para ajudar os alunos a movimentarem-se durante o jogo e perceberem as dinâmicas que devem realizar.

Instrução:

No que diz respeito à instrução, esta foi curta e objetiva. A instrução nem sempre foi acompanhada de demonstração, uma vez que os exercícios já tinham sido realizados em outras aulas, aumentando assim o tempo de prática. Em relação aos feedbacks, ao longo da aula dei um número de feedbacks elevados.

Gestão:

Nesta aula, nem sempre circulei corretamente pelo espaço, muitas das vezes quando ia a um grupo acabava por virar costas para o outro. A aula teve um clima favorável para a aprendizagem dos alunos, os momentos de transição e organização foram curtos.

Clima/Disciplina:

Relativamente à dimensão clima/disciplina, a atitude da turma foi positiva, empenharam-se bastante e não houve comportamentos de desvio.

Decisões de ajustamento:

No último exercício como estavam a faltar dois alunos, optei por não realizar o jogo holandês, mas sim 3x3 + grs.

Aspetos positivos mais salientes:

- Elevado tempo de prática.
- Boa decisão de ajustamento.
- Feedbacks à distância.

Oportunidades de melhoria:

- Não virar costas aos alunos.
- Castigo para as equipas que perdem.

Anexo IV - Extensão de Conteúdos

Grelha da Extensão e Sequenciação de Conteúdos - 9ºF

Planeamento Anual										
Espaço	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica	Sala de Ginástica
Nº aula	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Nº de aula U.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Data	29/set	01/out	06/out	08/out	12/out	13/out	15/out	19/out	20/out	22/out
Operacionalização										
Unidade Didática Ginástica Aparelhos										
Tipo de avaliação	Formativa Inicial	Formativa Inicial	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Formativa	Sumativa	Sumativa
Capacidades Físicas										
Força	I/E	E	E	E	E	E	E	E	E	E
Flexibilidade	I/E	E	E	E	E	E	E	E	E	E
Equilíbrio	I/E	E	E	E	E	E	E	E	E	E
Conteúdos Teóricos										
Conhecimentos	AFI	AFI	I/E	E	E	E	E	C	AS	AS
Ajudas	AFI	AFI	I/E	E	E	E	E	C	AS	AS
Conteúdos Práticos										
Mini-Trampolim										
Salto em extensão	AFI		I/E	E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Salto engrupado	AFI		I/E	E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Pirueta vertical					I/E	E	E	C	C/AS	C/AS
Meia pirueta vertical	AFI			I/E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Carpa pernas afastadas	AFI				I/E	E	E	C	C/AS	C/AS
Trave										
Entrada a um pé		AFI	I/E	E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Marcha a frente e atrás		AFI	I/E	E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Marcha em ponta dos pés					I/E	E	E	C	C/AS	C/AS
Meia volta				I/E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Salto a pés juntos					I/E	E	E	C	C/AS	C/AS
Avião		AFI		I/E	E	E	E	C	C/AS	C/AS
Saída em salto extensão c/meia pirueta		AFI		I/E	E	E	E	C	C/AS	C/AS

Anexo V - Grelha de Avaliação Formativa Inicial

Grelha de Avaliação Formativa Inicial - 9ºF												
Ginástica de Aparelhos												
Nº aluno	Nome	Mini Trampolim				Trave Olímpica				Domínio Cognitivo	Domínio Socio Afetivo	Média
		S. Extensão	S. Engrupado	Meia pirueta	Carpa pernas afastadas	Entrada na trave	Marcha frente e trás	Avião	Saída da Trave	Ajudas	Atitudes	
1	Ana Rodrigues											
2	Ana Neves											
3	Bernardo Simões											
4	Bernardo Carmo											
5	Carlos Rodrigues											
6	Carolina Nascimento											
7	Guilherme Correia											
8	Marco Nascimento											
9	Maria Francisco											
10	Maria Luís											
11	Mónica Couceiro											
12	Nádia Tomas											
13	Rodrigo Amaral											
14	Rui Felix											
15	Telmo Vaz											
16	Tomás Almeida											
17	Francisco Martins											

Legenda: Critérios de Avaliação		
Domínio das Capacidades	Domínio das Atitudes	Domínio dos Conhecimentos
1 - Não executa /dificuldade	1 - Não se empenha/ Participa com pouco empenho	1 - Não conhece /Conhece aspetos elementares
2 - Executa	2 - Participa com empenho muito satisfatório	2 - Conhece alguns aspetos regulamentares e de execução
3 - Executa corretamente	3 - Participa ativa e corretamente	3 - Conhece todos os aspetos regulamentares e de execução

Anexo VI - Grelha de Avaliação Sumativa

Grelha de Avaliação Sumativa													
UD - Basquetebol													
Nº/Nome dos alunos	Ataque								Defesa		Domínio Cognitivo	Domínio Socio Afetivo	Média
	Lançamentos		Passes		Drible		Ataque s/bola		Defesa	Conhecimentos	Atitude		
	Lançamento na Passada	Lançamento em poio	Passo Picado	Passo de Peito	Drible de Progressão	Drible de Proteção	Desmarcação	Ocupação dos espaços	Posição Defensiva	Regras do Jogo			
1	Ana Rodrigues												
2	Ana Neves												
3	Bernardo Simões												
4	Bernardo Carmo												
5	Carlos Rodrigues												
6	Carolina Nascimento												
7	Guilherme Correia												
8	Marco Nascimento												
9	Maria Francisco												
10	Maria Luís												
11	Mónica Couceiro												
12	Nádia Tomas												
13	Rodrigo Amaral												
14	Rui Félix												
15	Telmo Vaz												
16	Tomás Almeida												
17	Francisco Martins												
18	Pedro Silva												

Anexo VII - Ficha de Autoavaliação



EDUCAÇÃO FÍSICA
FICHA DE AUTO-AVALIAÇÃO



Nome: _____ N.º _____ Ano: _____ Turma: _____

Terminado o período letivo é tempo de fazeres a tua AUTO-AVALIAÇÃO. Assinala com uma cruz, de forma consciente e honesta, o critério qualitativo correspondente:

RD (Revelo Dificuldades); RAF (Revelo Alguma Facilidade); RF (Revelo Facilidade); RMF (Revelo Muita Facilidade)

ÁREA DOS CONHECIMENTOS - 25%	1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO			
	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF
• Identifico as capacidades físicas de acordo com as características do esforço realizado.												
• Interpreto as principais adaptações do funcionamento do meu organismo durante a atividade física.												
• Conheço/ Identifico o objetivo, as regras e as ações técnicas e táticas das Atividades Físicas.												
• Respondo corretamente às questões colocadas na aula.												

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS (ATITUDES E VALORES - 25%)	1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO			
	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF
• Intervenho de forma disciplinada e oportuna (Participação)												
• Respeito o outro e a diferença (Comportamento)												
• Revelo espírito de entajuda (Cooperação)												
• Atuo com responsabilidade e empenho (Interesse)												
• Trago o material necessário para a aula (Compromisso)												

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS - 45%	1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO				
	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF	
• Desempenho com oportunidade e correção as ações solicitadas em situações de exercício individual, pequeno grupo e em situações de jogo. • Adoto atitudes adequadas ao contexto das modalidades lecionadas.	Jogos Pré-desportivos												
	Ginástica	Solo											
		Aparelhos											
		Acrobática											
	Atletismo	Corridas											
		Saltos											
		Lançamentos											
	Badminton												
	Basquetebol												
	Futebol												
	Tag Rugby												
	Voleibol												
	Andebol												
	Outra:												
Outra:													

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA - 5%	1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO			
	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF	RD	RAF	RF	RMF
• Desenvolvo capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aeróbica (enquadradas na ZSAF do programa FitEscola).												

APRECIÇÃO GLOBAL DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	1º PERÍODO	2º PERÍODO	3º PERÍODO
Após ter ponderado os itens anteriores a minha autoavaliação é:			

Basquete em cadeiras em rodas

BRASIL

USA

BRASIL

Goalball

Bocce

Polyball

23 a 27 Nov 2020

Clube de atletas desportistas do T3, T4 e T5

SEMANA PARALÍMPICA

PAVILHÃO



Organizado pelo Núcleo de Estágio 2020/2021

Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo
Escola Ferrer Correia

6 MAIO

**JUNTA-TE
À AVENTURA!**



PEDDY PAPER DESPORTIVO

1ºCiclo	9h15-10h30
2ºCiclo	10h45-12h15
3ºCiclo	14h15-16h00

Cria a tua equipa com **5 elementos** e inscreve-te junto do teu professor de Educação Física.

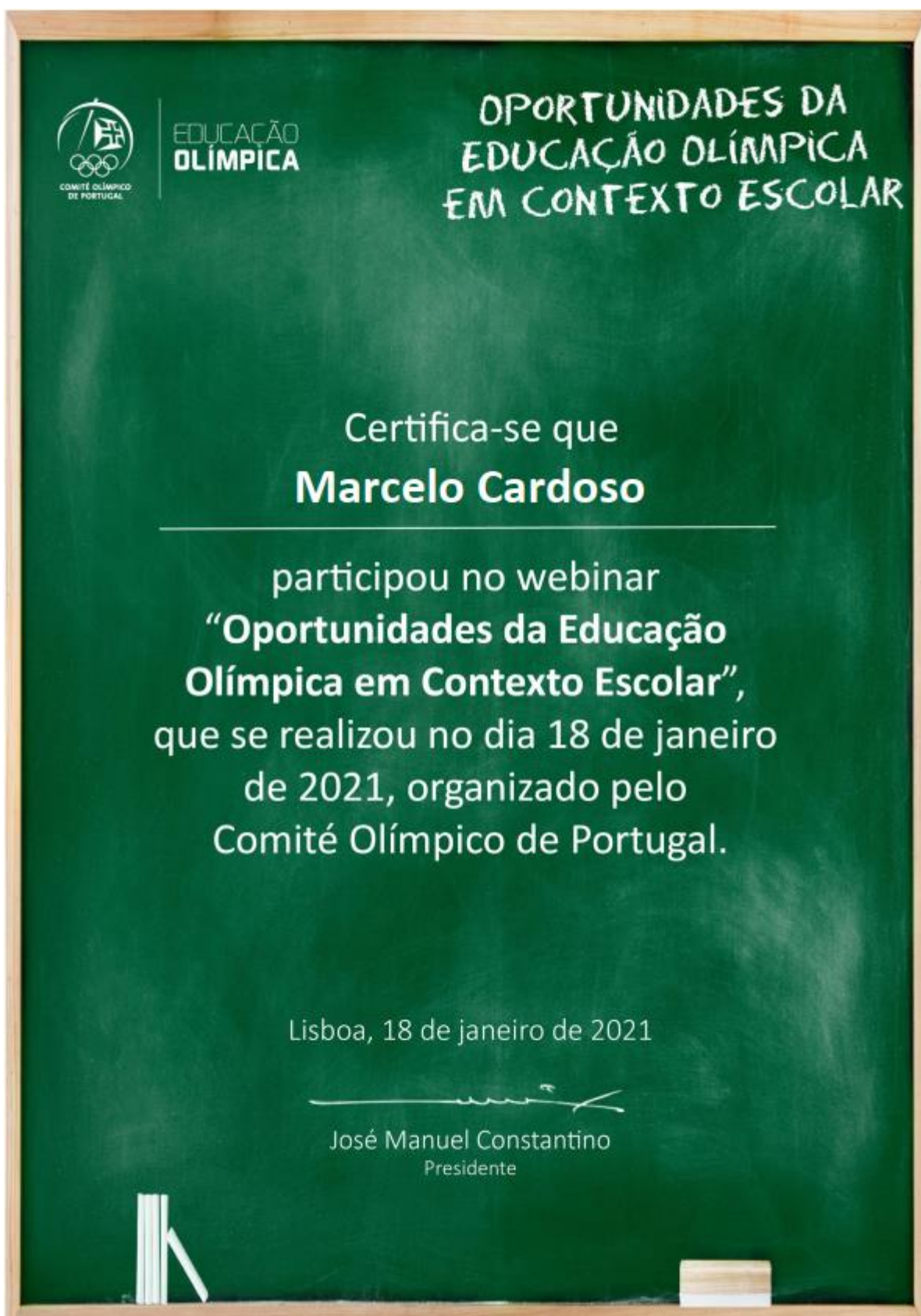
Inscrições até 4 de maio!

Anexo X - Certificado X FICEF



Anexo XI - Certificado Jogos para a Inclusão





Anexo XIII - Certificado COMEDIG



CERTIFICADO

Certifica-se que **Marcelo Cardoso** 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.

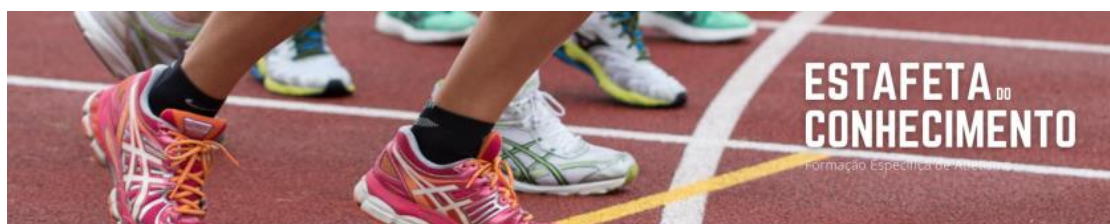
A Organização



Anexo XIV - Certificado Benefícios da atividade física vs a prática condicionada



Anexo XV - Certificado Estafeta do Conhecimento



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Certifica-se que

Marcelo Cardoso

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

DIOGO SALGADO BRAZ
Presidente NECDEF-AAC

22 NOVEMBRO 2020
Coimbra



Anexo XVI - Certificado XXI Fórum Internacional do Desporto

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Formação Contínua (Treinadores)
1.6 unidades de crédito (código 60326505)

Marcelo Cardoso participou no **XXI FORUM INTERNACIONAL DO DESPORTO** (12, 26 e 29 de Março de 2021) num total de 9 horas.

PROGRAMA: Modelação matemática e tecnologias wearable para análise e predição de desempenho desportivo [**Eng. Doutor Micael Santos Couceiro**] Análise do Comportamento Postural: implicações de contextos desportivos diversos [**Prof. Doutor Filipe Manuel Soares de Melo**] Aplicações do eye-tracking ao estudo do comportamento visual no desporto [**Prof. Doutor Pedro Tiago Matos Esteves**] VFC e EEG em tarefas cognitivas de diferentes dificuldades: aplicações ao xadrez [**Prof. Doutor Juan Pedro Fuentes Garcia**] AGA@4life: AGA - Abordagem Geriátrica Ampla na promoção de um envelhecimento ativo e saudável - implementação de um programa de intervenção integrado e multidisciplinar [**Prof. Doutor Telmo Pereira**] Strength & Conditioning Research [**Prof. Doutor José Vilaça**] Desporto, Cidadania e Ética [**Prof. Mestre Manuel Brito**]

O Diretor



(Prof. Doutor José Pedro Ferreira)



uid/dtp/04213/2020