



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO
BERNARDO JUNTO DA TURMA H DO 9º ANO NO ANO
LETIVO 2020/2021**

**“PERCEÇÃO DE PROFESSORA ESTAGIÁRIA E
RESPECTIVOS ALUNOS E ORIENTADORA, SOBRE A
INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA
AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA”**

**Relatório de Estágio no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário orientado pela Professora Doutora Maria de
Lurdes Tristão Ávila Carvalho e apresentado à Faculdade de Ciências do
Desporto e Educação Física Da Universidade de Coimbra**

Outubro de 2021

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio
2016221587

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO
NA ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO BERNARDO JUNTO DA
TURMA H DO 9º ANO NO ANO LETIVO 2020/2021**

**“PERCEÇÃO DE PROFESSORA ESTAGIÁRIA E RESPETIVOS
ALUNOS E ORIENTADORA, SOBRE A INTERVENÇÃO
PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA 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

Orientadora: Professora Doutora Maria de Lurdes Tristão Ávila Carvalho

Coimbra, outubro de 2021

Esta obra deve ser citada como:

Sampaio, R. (2021). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica Nº2 de São Bernardo, junto da Turma do H do 9º ano, no ano letivo 2020/2021. “Perceção de professora estagiária e respetivos alunos e orientadora, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de educação física”*. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio, aluna nº2016221587 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 de maio.

Coimbra, 01 de setembro de 2021



Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

Dedicatória

A todos que tornaram possível ser quem sou hoje e a Coimbra.

AGRADECIMENTOS

A realização deste Relatório de Estágio dá por terminado o meu percurso académico, sendo este a realização de um sonho, e assim o momento de recordar e agradecer a todos que nele estiveram envolvidos.

Este sonho apenas foi exequível devido ao enorme esforço por parte dos meus pais. A eles, um enorme obrigada não chega para expressar tudo o que fizeram por mim.

Quero também agradecer toda a resiliência e paciência às minhas Orientadoras, Professora Doutora Lurdes Ávila Carvalho e Professora Doutora Ana Marques, que me acompanharam em todos os momentos ao longo deste estágio e que sempre tiveram a palavra certa no momento certo para me ajudarem a ser cada vez melhor.

Não podia de todo deixar de agradecer aos meus colegas de Núcleo de Estágio, Diogo, António e João, por todos os momentos de partilha e crescimento. Uma palavra especial ao Diogo, por ter sido uma peça fundamental durante este estágio, por ter sido mais do que um colega, um amigo, um confidente, um ombro amigo e por tantas vezes me ter chamado a atenção para que eu me superasse dia após dia. Foi sem dúvida o verdadeiro significado de companheirismo.

Não só os que estão envolvidos diretamente neste processo ajudaram a que fosse mais fácil e leve. Neste momento quero agradecer à D. Jéssica, que por muitas vezes percebia quando eu estava mais em baixo e me ouvia horas sem fim.

A todos e a todas os meus amigos e amigas que Coimbra me deu um enorme obrigada, sem eles não seria a mesma coisa.

Agradeço também às meninas da Residência António José de Almeida que ao longo de toda a vida académica fizeram com que me sentissem em casa.

À Maratuna, agradeço toda a paciência e entrega, foram sem dúvida muitas vezes o meu momento de escape e de recarga de energias.

Existem algumas pessoas muito importantes a quem também quero imenso agradecer, à Beatriz Ribeiro por estar à distância de um telefonema a qualquer hora, à Francisca Silva e à Sofia Santos que me ajudaram em todo o meu processo de escrita e claro à Sílvia e ao Vladimir por terem sido um apoio fundamental em todo o caminho percorrido.

Termino os meus agradecimentos deixando uma enorme palavra de apressado à turma do 9ºH por me fazerem perceber que todos os dias conseguimos superar-nos e por me terem feito crescer pessoal e profissionalmente.

RESUMO

O Relatório de Estágio é um documento indispensável ao término do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Este foi realizado junto da turma do nono H, da Escola Básica Nº 2 de São Bernardo pertencente ao Agrupamento de Escolas José Estêvão em Aveiro, no ano letivo de 2020/2021.

Pretende-se relatar através deste relatório a prática pedagógica realizada ao longo do Estágio Pedagógico. O objetivo primordial deste estágio é formar docentes qualificados para promover a evolução das gerações futuras. Docentes capazes de realizarem reflexões que ajudem na sua constante evolução, conseguindo assim adaptar-se e serem cada vez mais eficazes na transmissão da sua mensagem e conhecimento.

Deste modo, o presente relatório está subdividido em três capítulos. O primeiro relacionado com a contextualização da prática desenvolvida. O segundo capítulo é referente à análise da prática pedagógica. No último capítulo, expomos o tema-problema elaborado ao longo do ano letivo. Onde pretendemos analisar e refletir sobre a perceção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora relativamente à perceção pedagógica em contexto de aula de Educação Física. Como conclusões, apenas existiram duas dimensões que apresentaram diferenças significativas após a implementação de estratégias pedagógicas (Planeamento/Organização e Relação Pedagógica).

PALAVRAS CHAVE: Estágio Pedagógico, Educação Física, Intervenção Pedagógica, Perceção Pedagógica

ABSTRACT

The Pedagogical Internship is an essential document for the conclusion of Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário of Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física of Universidade de Coimbra. This was made with the class 9ºH, of Escola Básica Nº 2 de São Bernardo belonging to Agrupamento de Escolas José Estêvão in Aveiro, in the academic year 2020/2021.

It is intended through this report the pedagogical practice realized during the Pedagogical Internship. The primary aim of this internship is to qualify teachers to promote the evolution of future generations. The teacher's who are able to carry out reflections that help in its constant evolution, thus adaptation and be every day more effective in transmitting its message and knowledge.

This way, the present report is sub divided in three chapters. The first related with context of the practice developed. The second is about the analysis of pedagogical practice. In the last chapter, we expose the problem-theme developed throughout the school year. Where we intend to analyze and reflect about the student's perceptions, the trainee teacher and guidance teacher about pedagogical perception in the physical education class context. As main conclusions, only two dimensions have significant differences after the implementation of pedagogical strategies (planning/ organization and pedagogical relation).

KEYWORDS: *Teacher Training, Physical Education, Pedagogical Intervention, Perception Pedagogical.*

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	15
CAPÍTULO I- CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA	16
1. Expetativas iniciais	16
2. Caracterização do contexto	17
2.1. O Agrupamento	17
2.1.1. Escola Básica Nº 2 de São Bernardo	17
2.1.2. Recursos espaciais	18
2.2. O Grupo Disciplinar	18
2.2. O Núcleo de Estágio	18
2.3. As Orientadoras	19
2.5. A Turma	19
CAPÍTULO II- ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA	21
Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem	21
1. Planeamento	21
1.1. Plano Anual de Turma	21
1.2. Etapas/Unidades de Ensino	23
1.3. Plano de aula	24
2. Realização	26
2.1. Instrução	27
2.2. Gestão	27
2.3. Clima e Disciplina	28
2.4. Decisões de ajustamento	28
2.5. Questões dilemáticas e Estratégias	29
2.6. Avaliação	30
2.6.1. Avaliação formativa inicial	31
2.6.2. Avaliação formativa	32
2.6.3. Avaliação sumativa	33
2.6.4. Autoavaliação	34
3. Coadjuvação no secundário (Curso Profissional de Desporto)	34
4. Ensino à Distância (E@D)	35
Área 2- Atividades de organização e gestão escolar	36
Área 3- Projetos e parcerias educativas	38

1. Jogos Olímpicos Escolares 20/21.....	38
1.1 Projeto “Era Olímpica”	40
2. À Descoberta	41
Área 4- Atitude ético-profissional	42
CAPÍTULO III- TEMA PROBLEMA	44
CONSIDERAÇÕES FINAIS	59
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS GERAIS	60
ANEXOS	62
<i>Anexo I- Questionário de Caracterização da Turma</i>	63
<i>Anexo II- Plano de Anual</i>	65
<i>Anexo III- Mapa de Rotação de Espaços (Roulement)</i>	67
<i>Anexo IV- Estrutura do Plano de Aula</i>	67
<i>Anexo V- Estrutura do Relatório de Aula</i>	69
<i>Anexo VI - Critérios de Avaliação Grupo Disciplinar de EF do AEJE</i>	70
<i>Anexo VII - Protocolo de Avaliação Inicial</i>	75
<i>Anexo VIII - Grelha de Avaliação Sumativa</i>	101
<i>Anexo IX - Forms de Autoavaliação</i>	102
<i>Anexo X- Bandeira dos Jogos Olímpicos Escolares 20/21</i>	104
<i>Anexo XI- Poster “Era Olímpica”</i>	105
<i>Anexo XII- Bandeira de À Descoberta</i>	106
<i>Anexo XIII- Ficha de Avaliação Pictográfica (À Descoberta)</i>	107
<i>Anexo XIV – “Formação iiiUC Ferramentas de Apoio à Investigação”</i>	108
<i>Anexo XV - “I Formação Específica de Atletismo - Estafeta do Conhecimento”</i>	109
<i>Anexo XVI - “II Formação Específica - O Jogo de Futsal”</i>	110
<i>Anexo XVII- “Oportunidades de Educação Olímpica em Contexto Escolar”</i>	111
<i>Anexo XVIII- “Curso de Formação de Curta Duração: Ensino de Educação Física em contexto de E@D (Ensino à Distância)”</i>	113
<i>Anexo XIX- “X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física”</i>	114

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Distribuição das Etapas e Unidades de Ensino ao longo do ano letivo.....	23
Tabela 2 - Dimensão Planejamento e Organização: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.	49
Tabela 3 - Dimensão Instrução: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.	50
Tabela 4 - Dimensão Disciplina: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.	52
Tabela 5 - Dimensão Avaliação: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.	53
Tabela 6 - Dimensão Relação Pedagógica: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário. .	54

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AEJE- Agrupamento de Escolas José Estêvão

CT- Conselho de Turma

DAC- Domínio de Autonomia Curricular

DT- Diretor de Turma

E@D- Ensino à Distância

EE- Encarregado de Educação

EF- Educação Física

EP- Estágio Pedagógico

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

GDEF- Grupo Disciplinar de Educação Física

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

NEEF- Núcleo de Estágio de Educação Física

PAT- Plano Anual de Turma

PA- Plano de Aula

PAA- Plano Anual de Atividades

PAI- Protocolo de Avaliação Inicial

PNEF- Programa Nacional de Educação Física

RE- Relatório de Estágio

SPSS- Statistical Package for the Social Sciences

UE- Unidade de Ensino

INTRODUÇÃO

Este Relatório de Estágio (RE) foi realizado no âmbito da Unidade Curricular Estágio Pedagógico (EP) no decorrer do ano letivo 2020/2021, estando contido no plano de estudos do segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC). O EP é realizado ao longo de um ano letivo com o intuito de outorgar a profissionalização de novos docentes, sendo um processo de prática profissional orientada e supervisionada.

Este EP foi realizado na Escola Básica Nº 2 de São Bernardo, que faz parte do Agrupamento de Escolas José Estêvão (AEJE), localizada no distrito de Aveiro, junto da turma H do nono ano de escolaridade. Durante o mesmo, existiu a orientação e supervisão pela Professora Cooperante da Escola e pela Orientadora da Faculdade.

A reflexão da prática pedagógica de um professor é um processo fulcral durante a sua vida profissional sendo naturalmente imprescindível durante o EP. Assim, durante este documento é realizada uma análise e uma reflexão crítica acerca de todo o trabalho realizado ao longo do ano letivo, pois o processo de ensino-aprendizagem é constituído por êxitos e dificuldades onde devem ser aplicadas estratégias para que exista uma melhoria de forma a conseguir alcançar o sucesso na aprendizagem dos alunos.

Neste sentido, e considerando também os diferentes parâmetros que o guia de estágio nos indica, o RE ostenta reflexivamente o trabalho desenvolvido ao longo de todo o ano letivo. Iniciando com a conaturalização da prática desenvolvida, apresentando as expectativas iniciais e toda a caracterização do meio. Segue-se o capítulo da análise reflexiva da prática pedagógica, mais concretamente as atividades de ensino-aprendizagem, organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas, a atitude ético-profissional e o Ensino à Distância (E@D).

O último capítulo contém a análise e aprofundamento do tema problema designado como: *“Perceção de estagiária e respetivos alunos e orientadora, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de educação física”*.

CAPÍTULO I- CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

O EP surge no segundo ano do MEEFEBS, sendo o momento de pôr em prática todo o conhecimento adquirido ao longo de todo o percurso acadêmico. Tendo isto por base, no decorrer deste capítulo podemos encontrar uma breve reflexão sobre as expectativas iniciais e a caracterização do contexto.

1. Expetativas iniciais

Ao iniciar este EP, tendo em consideração a situação pandémica existente mundialmente, as expectativas iniciais relativas à Postura Profissional baseavam-se em adaptar e pôr em prática as experiências/exemplos que foram sendo observados ao longo de alguns anos como alunos e também recolher, com os vários professores experientes do agrupamento, estratégias para gerir da melhor forma possível as turmas, aprendendo assim a lidar com vários cenários distintos. Era esperado também conseguir promover o desenvolvimento da autonomia e inclusão na sociedade, possibilitando momentos de relação e comunicação entre vários canais existentes na escola, respeitando todas as diferenças pessoais e tentando ajudar toda a comunidade envolvida a serem melhores dia após dia.

Mesmo já existindo alguma experiência em lidar com grupos de crianças em vertentes distintas, seria este o primeiro ano a ter ao encargo uma turma à qual se teria de lecionar EF. Durante este EP tinha-se como objetivo o bem-estar dos alunos, passagem de conhecimentos não só ao nível de Educação Física, mas também contribuição positiva na formação das suas personalidades. Assim, procurou-se acompanhar processos mais delicados existentes, para que se pudesse ganhar experiência e assim aprender a lidar da melhor forma possível com as situações mais particulares.

Existia um sonho antigo que se gostaria de ver realizado durante este EP: fazer parte do Desporto Escolar, devido à envolvência ao longo dos anos como alunos/atletas. No entanto, e tendo em consideração a situação pandémica que se viveu, este seria um pouco mais limitado, no entanto pretendia-se ganhar conhecimento e colecionar algumas boas recordações do meio.

Assim, previa-se que o estágio fosse sem dúvida um grande desafio, onde existia o propósito de melhorar e superar a cada dia, permitindo uma melhor adaptação à nova realidade e assim conseguir no futuro uma docência mais habilitada e qualificada.

2. Caracterização do contexto

A caracterização do contexto é fundamental para que os professores consigam adotar estratégias e realizem medidas de ajustamento que vão de encontro às necessidades apresentadas pelos alunos, para que seja possível a concretização das aprendizagens essenciais e competências indicadas pelos programas curriculares (Decreto-Lei n.º 240/2001).

Assim, apresenta-se a caracterização do contexto, a da escola e do meio envolvente, a do Grupo Disciplinar de Educação Física (GDEF), a do Núcleo de Estágio de Educação Física (NEEF) e a da turma do nono ano do ano letivo 2020/2021.

2.1. O Agrupamento

A cidade de Aveiro viu nascer o Liceu de Aveiro, que mais tarde, passaria a ter a sua designação atual “Escola Secundária José Estêvão”, na Avenida 25 de Abril. Após uma reformulação educativa, ao abrigo do artigo nº46 do Decreto-Lei de 20 de setembro de 1844, pela mão de Costa Cabral, que tinha no pensamento a edificação de um liceu em cada uma das freguesias e dioceses da cidade. Desta forma, é considerada uma das instituições de ensino mais antiga do país. Esta sofreu intervenção por parte da empresa pública Parque Escolar em janeiro de 2011.

Em 2013, pode-se verificar-se a agregação de escolas que assim culminou na criação dos agrupamentos escolares. Ao dar-se esta agregação, as escolas do Agrupamento de Escolas de São Bernardo (escolas do 1º Ciclo do ensino básico de S. Bernardo, Areais, Areias de Vilar, Presa e Solposto e, ainda, os Jardins de Infância de S. Bernardo, Presa, Areais e Solposto, e Escola Básica nº 2 de S. Bernardo), associaram-se ao AEJE, sendo a Escola Secundária José Estêvão a sede deste agrupamento.

2.1.1. Escola Básica Nº 2 de São Bernardo

A Escola Básica 1,2,3 de São Bernardo, como o seu nome indica possui nas suas instalações alunos de ensino básico do primeiro, segundo e terceiro ciclo, isto significa, turmas do 1º ao 9º ano de escolaridade. Possui assim, oito turmas do primeiro ciclo treze turmas do segundo ciclo e quatorze turmas do terceiro ciclo.

2.1.2. Recursos espaciais

A escola é constituída por um edifício principal onde ficam reunidos os serviços escolares, como: a direção; a secretaria; a reprografia; o bar; sala dos professores e sala de diretores de turma; cantina; biblioteca; sala dos alunos, e; salas de aula destinadas aos alunos do segundo e terceiro ciclo. O primeiro ciclo está alocado num edifício independente, inaugurado no presente ano letivo.

A escola conta ainda com um pavilhão e um espaço exterior, de grandes dimensões, onde podemos encontrar um espaço exterior desportivo e jardins.

No que diz respeito às instalações desportivas utilizadas para a lecionação das aulas de EF, o pavilhão é constituído por um recinto polidesportivo e um ginásio, o espaço exterior contem dois campos de futebol/andebol, dois campos de basquetebol, um campo de voleibol, um campo reduzido com duas balizas de futsal/andebol e um espaço de atletismo com caixa de areia. É também importante referir que a escola, para o ensino das várias matérias, dispõe de materiais suficientes quer a nível qualitativo quer quantitativo para uma eficiente lecionação, estando depositados em dois locais próprios de arrumação, a arrecadação e o ginásio.

Devido à situação pandémica, existiram várias alterações no que se refere aos espaços destinados aos alunos e à sua circulação. Cada turma possuía uma sala específica onde se realizavam as aulas existindo corredores de circulação também específicos para as suas deslocações. Estas alterações condicionaram enquanto professores estagiários, dada a existência de espaços distintos para professores de diferentes grupos disciplinares, passando a ser quase inexistente a troca de experiências com os professores mais experientes.

2.2. O Grupo Disciplinar

O GDEF é constituído por todos os professores de Educação Física do Agrupamento, podendo-se contabilizar no total dezanove docentes. Este GDEF está organizado em dois grupos 260 e 620, segundo e terceiro ciclo respetivamente.

2.2. O Núcleo de Estágio

O NEEF do AEJE, no ano letivo de 2020/2021, é constituído por 4 alunos do MEEFEBS, três do género masculino e uma do género feminino, com idades compreendidas entre os 21 e os 46 anos.

Nunca ter trabalhado em conjunto, pois o percurso académico foi concluído em locais e anos diferentes, permitiu uma maior partilha de experiências e visões dentro da área que consequentemente originou um crescimento global.

2.3. As Orientadoras

As orientadoras, ao longo de todo o processo, evidenciaram o papel importantíssimo que possuem no desenvolvimento das várias capacidades que os professores estagiários têm de desenvolver elencadas no Guia de Estágio.

Relativamente à professora cooperante, professora do AEJE, esteve sempre presente em todas as atividades realizadas ao longo do EP. No final de todas essas atividades, eram realizadas breves reuniões onde eram efetuadas reflexões abordando os pontos fortes, fracos e pontos a melhorar, contribuindo assim para uma evolução ao longo de todo o processo. Eram também realizadas duas reuniões semanais onde era feito um acompanhamento relativo ao pretendido no planeamento, na avaliação e em todas as tarefas letivas e não letivas.

Por outro lado, a professora orientadora da faculdade, observou algumas das aulas lecionadas fornecendo bastantes *feedbacks*, prestou auxílio sempre que solicitado, e teve um papel importantíssimo na elaboração do Tema-Problema e deste documento.

2.5. A Turma

Tendo em conta toda a situação pandémica, houve um atraso nas distribuições das turmas pelos professores. Via e-mail, ficámos a saber quais as turmas do 3º ciclo destinadas à professora cooperante. Após uma conversa foram distribuídas as turmas.

A turma lecionada pertencia ao nono ano, com quinze alunos do sexo feminino e treze do masculino, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos.

A caracterização da turma foi realizada através da realização de um questionário (Anexo I), criado pelo NEEF no início do ano letivo, e aplicado a partir do “*Microsoft Teams*” durante o primeiro semestre. Este pretendia perceber algumas informações importantes sobre os alunos da turma, como por exemplo: a sua idade, se teve Expressão Físico-Motora no 1º Ciclo, qual a classificação que obtiveram no ano anterior, se participaram no Desporto Escolar, o que gostam mais e menos em EF, quais as modalidades que gostam mais e menos, qual a opinião sobre a utilidade da EF na escola, quanto tempo

por dia passam a ver TV, no computador e a realizar atividade física, e perceber qual o historial desportivo do aluno.

CAPÍTULO II- ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

Área 1- Atividades de ensino-aprendizagem

Esta área integra três dimensões de intervenção indissociáveis do processo ensino-aprendizagem, nomeadamente, o planeamento, o processo de ensino-aprendizagem (realização) e a avaliação. Estas dimensões estão inerentes à profissão docente e foram indispensáveis de se realizar ao longo do EP, constituindo um processo fundamental na nossa formação enquanto docentes.

1. Planeamento

Neste momento, apresentam-se os procedimentos e as metodologias desenvolvidas em cada nível de planeamento mobilizado no Plano de Ensino Aprendizagem, desde o nível macro ao micro com vista a estruturar e organizar antecipadamente o que se irá lecionar, conseguindo assim proporcionar aos alunos atividades sistemáticas, sequenciais coerentes e lógicas. Portanto, nunca será de mais enfatizar que as documentações desenvolvidas relativas ao planeamento estão intimamente relacionadas, sendo que são desenvolvidas numa sequência lógica necessária pois estes completam-se.

Dá-se início ao processo com a realização do Plano Anual de Turma (PAT), segue-se as unidades de ensino termina na realização dos planos de aula, antes de cada aula com base nas unidades de ensino.

Para ser possível a realização deste processo com qualidade, foi imprescindível consultar, analisar e refletir um conjunto de documentos que influenciam diretamente a sua elaboração. A nível macro foi utilizado o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) e a nível meso o Projeto Educativo e o Regulamento Interno na Escola. Neste momento foi também necessário analisar outros aspetos como os recursos espaciais e materiais da escola, os resultados do Protocolo de Avaliação Inicial (PAI) realizado no início do ano letivo e a caracterização da turma, que interferem a nível micro.

Em seguida, expõe-se as metodologias e procedimentos desenvolvidos nos vários níveis de planeamento: longo prazo (PAT), médio prazo (UE) e curto prazo (Plano de Aula (PA)).

1.1. Plano Anual de Turma

Bento (2003) diz que o plano permite estabelecer o trajeto a percorrer para que se consigam atingir os objetivos, que estão de acordo com as informações respetivas à escola e

à turma. Este PAT (Anexo II) é realizado a longo prazo e é a primeira etapa da organização estrutural do ensino, pois serve de guia durante todo o ano letivo, realizado de forma genérica. É um nível de planeamento também flexível, para que ao longo do ano letivo seja possível realizar ajustamentos face às necessidades que forem surgindo. Assim, situações como tolerâncias de ponto, meteorologia e a evolução do nível de desempenho dos alunos em cada matéria são fatores que não se conseguem prever no momento da elaboração do documento.

Ao longo do PAT encontram-se expostos elementos como caracterização do meio e da escola, dos recursos humanos e materiais, a caracterização da turma, os objetivos anuais e as estratégias inerentes, os momentos e métodos de avaliação, as matérias a lecionar ao longo de todo o ano as atividades promovidas pelo GDEF e pelo NEEF.

Na elaboração das contextualizações do meio envolvente, houve a ajuda da Coordenadora dos Diretores de Turma e da Professora Orientadora que facultaram algumas informações possibilitando a realização da caracterização da escola e dos recursos que esta dispunha. Assim, esta caracterização levou a compreender e a adequar mais facilmente ao contexto existente na escola, como às características e respetivo funcionamento.

Quanto à caracterização da turma, foi executada tendo por base os questionários aplicados no início do ano letivo via “*Teams*”, criado pelo NEEF. Neste questionário podem encontrar-se dados bibliográficos dos alunos, como também dados relativos à sua relação com a prática de atividade física. Além deste documento, foi imprescindível a utilização das informações fornecidas pela Diretora de Turma (DT) uma vez que esta desempenhava um cargo de funções intermédias nesta turma pelo terceiro ano consecutivo, conhecendo assim o historial de cada aluno. Ao longo do ano letivo foi sendo também acrescentada informação a essa caracterização.

Na realização do PAT, teve-se em atenção as diretrizes da legislação em vigor (Dec. Lei nº 54 e 55 de 2018) como os objetivos, os conteúdos, as orientações e as normas expressas nos documentos oficiais de Educação Física (PNEF, Aprendizagens Essenciais e Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória).

Devido ao facto de o agrupamento trabalhar por etapas, não existiu uma prévia distribuição das matérias por datas, pois em todas as etapas é necessário lecionar todas as matérias. Esta distribuição foi sendo feita ao longo do ano consoante as Unidades de Ensino

(UE) iam sendo realizadas. Assim, em prol do que foi referido, apresenta-se de seguida a tabela da distribuição das etapas e respetivas UE ao longo do ano letivo.

Tabela 1 - Distribuição das Etapas e Unidades de Ensino ao longo do ano letivo.

Etapas		Datas
Etapa 1		21 de dezembro - 4 de novembro
Etapa 2	UE 1	9 de novembro - 25 de novembro
	UE 2	2 de dezembro - 21 de dezembro
Etapa 3	UE 1	4 de janeiro - 13 de janeiro
	UE 2	18 de janeiro - 27 de janeiro
	UE 3	8 de fevereiro - 24 de fevereiro
Etapa 4	UE 1	8 de março - 29 de março
	UE 2	5 de abril - 14 de abril
	UE 3	19 de abril – 28 de abril
Etapa 5	UE 1	3 de maio – 10 de maio
	UE 2	17 de maio – 26 de maio
	UE 3	31 de maio – 9 de junho
	UE 4	14 de junho – 16 de junho

No que diz respeito às UE era iniciada uma nova em função da rotatividade indicada no *roulement* (ANEXO III). A cada duas semanas existia assim uma rotação de espaços que determinavam o início de uma nova UE.

Deste modo, foram previstas sessenta e quatro aulas ao longo do ano, trinta e sete no primeiro semestre, das quais dezoito de sessenta e cinco minutos e dezanove de setenta minutos. No segundo semestre foram previstas vinte e sete aulas no total da junção de quatorze de sessenta minutos e treze de setenta minutos.

1.2. Etapas/Unidades de Ensino

As UE são uma extensão das Etapas. As Etapas são períodos de tempo com funções didáticas diferentes ao longo do ano. No decorrer destas etapas são distribuídas as aprendizagens essenciais de cada matéria.

A Primeira Etapa (Avaliação Inicial) tem uma duração de cerca de quatro a cinco semanas e caracteriza-se pela realização da recolha de informações dos alunos sobre o seu método de aprendizagem, o nível em que se encontram e das suas possibilidades de

desenvolvimento (PENF, 2001), sendo assim possível planejar da melhor forma as etapas seguintes. Esta etapa é também bastante importante no que diz respeito ao desenvolvimento da aptidão física dos alunos, devido ao facto de ser após um período de férias prolongadas. Em resumo, com esta etapa o professor fica a perceber quais os alunos que necessitam de maior acompanhamento, as matérias que se encontram mais e menos desenvolvidas, estas últimas necessitam de mais tempo de prática e de mais atenção, as capacidades motoras menos desenvolvidas em alunos ou grupo de alunos, entre outros.

As seguintes Etapas (dois, três) têm como função didática a exercitação e o desenvolvimento. Nestas são trabalhadas as aprendizagens essenciais consoante os registos da primeira etapa como referido anteriormente. Nestas devem ser criados grupos que permitam que todos os alunos desenvolvam as suas aprendizagens independentemente do nível em que se encontram. É ao longo destas etapas que são planeadas as UE. Cada UE consiste num conjunto de aulas com objetivo e estrutura organizativa idênticos e decorre durante cada rotação de espaço de duas em duas semanas, como referido anteriormente. No caso de existir uma rotação de apenas uma semana devido ao calendário escolar, esta deve ser incorporada na UE anterior ou subsequente. A UE é constituída pelos recursos humanos, temporais e espaciais utilizados, a informação de como os alunos estão ao iniciar a UE em cada matéria lecionada e justificação da escolha das matérias. São também apresentadas as aprendizagens essenciais e de desenvolvimento, as estratégias a serem utilizadas, um quadro com as extensões de conteúdos e a sua distribuição por cada aula, avaliação formativa aplicada e sequências de aprendizagem onde estão expostos os exercícios a utilizar durante as aulas da UE em questão.

A última etapa do ano (Etapa Cinco – Desenvolvimento, Consolidação e Antecipação) deve permitir que seja realizada a revisão e consolidação das matérias lecionadas no decorrer deste, ou caso necessário para conseguir lecionar algum parâmetro de matéria(s) que por algum motivo não foi lecionado. Nesta fase deve ser dada aos alunos com mais dificuldades “*oportunidades acrescentadas de recuperação*” (PNEF, 2001).

1.3. Plano de aula

Neste planeamento particularizam-se e operacionalizam-se todos os processos que são realizados na leção da sessão da aula, isto é, além de outros elementos, antecipavam-se os conteúdos e objetivos que se queriam atingir, indicavam-se todos os recursos materiais,

espaciais, temporais e humanos que se iriam utilizar, formas de trabalho (heterogéneo, homogéneo), delineavam-se os procedimentos de intervenção pedagógica e compunham-se as atividades de ensino aprendizagem de maneira a ter uma sequência lógica (mais simples/exercícios critério para o mais complexo/situação de jogo), de forma a também despertar o interesse, conseguindo assim facilitar a sua compreensão e estimular a participação dos alunos (Haydet 2011, p75).

Durante o PA, estruturavam-se as atividades a realizar no tempo de aula de interação com os alunos. As atividades eram adaptadas às condições dos alunos em questão, às suas possibilidades, interesses e necessidades.

Tendo em conta o que foi referido até agora, conclui-se que o PA é um momento de relevada importância na tarefa docente, pois este deve tomar bastantes decisões que têm repercussões em todo o funcionamento da sessão de aula, nos conteúdos e nas aprendizagens. Este plano reflete “o verdadeiro ponto de convergência do pensamento e da ação do professor” (Bento, 2003, p. 101).

Os planos de aula necessitam de um quadro de referência – UE – para que exista um encadeamento entre aulas, havendo assim um processo lógico relativamente às aprendizagens dos alunos (Ramírez, 2002). Foram tidos em conta vários elementos para a sua preparação como o tempo útil, coerência com a programação da aula, o espaço destinado à aula e o material existente na escola.

A estrutura utilizada contém um número essencial de propósitos que se moldam aos conteúdos e objetivos cuja o seguimento determinou o contexto da aula – tipo de aula.

O desenvolvimento da estrutura do PA utilizado durante o ano letivo teve como base o modelo de PA (Anexo IV) utilizado na unidade curricular “Didática da Educação Física I e II” lecionado no primeiro ano do mestrado. Foram realizadas algumas adaptações para que fosse de mais fácil compreensão. Decidiu-se manter a estrutura tripartida seguindo assim as indicações de Bento (2003, p.152) e Quina (2019, p.81). Nesta estrutura tripartida expõe-se todas as ações da prática pedagógica, parte inicial, fundamental e final da aula. Anterior a esta estrutura tripartida existia um cabeçalho onde estavam expostas várias informações essenciais para uma fácil compreensão da organização. Assim, no cabeçalho estavam expostas informações como: o nome do professor responsável pela turma, a turma à qual seria aplicado aquele PA, a data e hora da aula, o semestre, o local onde estava previsto ser lecionada a aula, o número de aula, a etapa a que pertence e o número da aula correspondente

a essa etapa, seguida do número de UE e número da aula correspondente e neste mesmo local indica-se também o número de aulas que já foram lecionadas sobre aquela matéria, a duração da aula, o número de alunos previstos e o número de alunos dispensados. Após todas estas informações, o cabeçalho termina com a indicação da função didática, dos recursos materiais a utilizar na aula e o sumário.

Neste momento passamos a indicar e descrever a estrutura tripartida anteriormente introduzida. Como o próprio nome indica, e como indicado anteriormente, esta estrutura está dividida em três partes: parte inicial onde é realizada a preleção inicial onde eram transmitidos os objetivos e conteúdos da aula, verificação das presenças e o aquecimento onde se fazia com que os alunos ficassem prontos a nível fisiológico aumentando assim a frequência cardíaca e a temperatura corporal para que existisse um melhor resposta ao esforço físico que é exigido durante as tarefas da parte fundamental da aula conseguindo assim diminuir a possibilidade da existência de lesões. A parte fundamental considerada a parte mais importante para existir o desenvolvimento do plano ensino-aprendizagem, onde ocorriam atividades que vão de encontro aos objetivos da aula e onde ocorriam a maioria da nossa prática pedagógica. A parte final é caracterizada por ser o momento onde é realizado o retorno à calma e momento para rever junto dos alunos os conteúdos lecionados na aula e realizar um breve balanço da mesma.

No PA encontrava-se no final a fundamentação e reflexão do mesmo (Anexo V). Isto é, ao realizar o PA realizávamos uma explicação dos motivos para termos escolhido todas aquelas tarefas e a sua sequência. A reflexão trata-se de no momento após a leção da aula onde se realizava uma reflexão sobre vários parâmetros. Estes serão indicados e caracterizados mais à frente.

2. Realização

A realização é o momento de concretização do planeamento realizado. Nesta fase, o professor mobiliza e aplica várias técnicas de intervenção pedagógica, conseguindo promover a aquisição de conhecimentos durante a aula de Educação Física por parte dos alunos.

Costa (1983) refere que o comportamento do professor na sua atividade de interação com os alunos é o principal promotor de aprendizagens e não o ensino, pois a forma como o professor conduz a aula influencia drasticamente o resultado final de aprendizagem.

Durante o tempo de aula, de forma a aumentar a absorção de conhecimentos por parte dos alunos, devem ser adotadas pelo professor as dimensões propostas por Siedentop (1983): instrução, gestão, clima e disciplina, que são utilizadas em qualquer episódio de ensino (Siedentop, 2008).

Assim, seguindo esta linha de pensamento, apresenta-se de seguida a análise das dimensões de intervenção pedagógica.

2.1. Instrução

A instrução é constituída por todos os momentos onde exista transmissão direta de conhecimentos, seja feita a partir da apresentação de conteúdos verbais ou por demonstração. Assim, todos os elementos da responsabilidade do professor, preleção, questionamento, demonstração e *feedback* estão contidos na instrução.

Todas as aulas foram constituídas por uma preleção inicial e uma preleção final. A primeira é realizada nos momentos iniciais da aula com a finalidade de informar os alunos sobre a UE que está a decorrer. No referente à parte final, o objetivo dessa instrução é a realização de um balanço e reflexão relativamente à aula e introdução da aula seguinte. Esta última era realizada em conjunto com os alunos da turma de forma a averiguar a aquisição dos conhecimentos pretendidos na aula.

2.2. Gestão

A gestão pode ser dividida em quatro dimensões distintas: gestão de tempo, gestão de recursos materiais; gestão espacial e gestão humana. A gestão de tempo diz respeito, como o próprio nome indica, à gestão do tempo durante a aula. Esta gestão inclui todos os parâmetros realizados ao longo da aula. A gestão de recursos materiais e espaciais trata da organização do material e da organização do espaço escolhido para o desenrolar da aula, respetivamente. A gestão humana encarrega-se da organização que é feita dos alunos, dos grupos e da sua disposição.

Sem qualquer dúvida que esta foi a dimensão onde existiu uma maior dificuldade de execução. Piéron (1996) referiu que esta seria uma parte bastante relevante para a eficácia pedagógica, reforçando a organização (inclusive no espaço) e transição entre tarefas reduzida ao mínimo para um maior tempo de prática.

Por várias vezes, devido à vontade de ver os alunos a evoluírem positivamente durante a aula, existia uma extensão do tempo destinado a cada tarefa, levando a um atraso na finalização da aula com consequências negativas para os alunos. De forma a combater este problema, foram utilizadas estratégias como avisos sonoros e utilização de músicas previamente escolhidas de forma a demarcar o tempo final de cada exercício.

2.3. Clima e Disciplina

Numa grande parte das aulas, as dimensões clima e disciplina estão diretamente relacionadas já que dependem uma da outra e afetam-se mutuamente.

Siedentop (1998) entende que para haver um bom controlo da disciplina é deveras importante a implementação de estratégias positivas, centradas no desenvolvimento de comportamentos adequados e proativos, sendo estas, por exemplo, rotinas e regras, por forma a que exista desenvolvimento dos alunos.

Segundo Silva (2010), a definição de regra leva a que os alunos entendam os comportamentos que devem adotar. Por outro lado, Siedentop (1998), refere que o comportamento adequado não é apenas a inexistência de maus comportamentos, mas também a aplicação de uma conduta adequada, onde seja permitido a realização da manutenção da disciplina e um bom clima de aula.

Assim, no início do ano letivo foram apresentadas as regras de segurança aos alunos e implementadas rotinas de forma a que tudo pudesse correr da melhor forma possível. Estas últimas rotinas foram um pouco difíceis de manter após o E@D, devido ao facto de não serem utilizadas durante os dois meses de confinamento.

2.4. Decisões de ajustamento

As decisões de ajustamento podem ser necessárias em vários elementos curriculares, tais como: objetivos, estratégias de ensino, avaliações, conteúdos, entre outros, quer ao nível de intervenção pedagógica como também ao nível do planeamento.

Segundo Carreiro da Costa (1996), o professor deve estar aberto a realizar alterações que se mostrarem necessárias, deve ter espírito crítico e ser capaz de realizar análises sucessivas sobre o ensino e sobre os resultados do seu trabalho.

Assim sendo, readaptar os níveis dos alunos após a avaliação formativa inicial foram as primeiras decisões de ajustamento a serem realizadas. Ao longo do semestre, aula após

aula, fomos tendo uma melhor perceção do nível em que os alunos se encontravam ao observar os seus desempenhos, concluindo que alguns alunos estavam num patamar acima ao que tínhamos planeado inicialmente ou ainda a situação inversa. Estes reajustes foram necessários pois o nível dos alunos tinha sido estabelecido tendo por base a primeira avaliação, realizada nas primeiras cinco semanas do semestre quando existia uma maior dificuldade na capacidade de observação devido à falta de experiência possuída.

Ao longo de todo o ano letivo foram realizados inúmeros reajustamentos em prol do sucesso dos alunos. Como por exemplo ao nível do PAT já que foram realizadas alterações pois evidenciaram-se algumas dificuldades em algumas matérias, sendo assim necessário dedicar-lhes mais tempo do que o previsto inicialmente. Foram também realizados reajustes no que se trata a PA devido às condições climatéricas, exercícios desajustados ao nível dos alunos ou até a nível de espaço disponível para a aula devido à má leitura do *roulement*.

Existiu um momento onde as decisões de ajustamento foram significativamente maiores do que as já referidas, a alteração do regime de ensino. A passagem de regime presencial para regime online, obrigou a que existisse um reajuste ao nível do método de ensino, prática pedagógica e objetivos. Neste novo regime demos um maior ênfase à prática de atividade física de forma a atenuar o sedentarismo.

Consideramos assim que a capacidade de realização correta destes ajustes foi sendo aprimorada. Este aprimoramento foi bastante positivo devido à realização de reflexões pós aulas, não só a nível individual como com a colaboração do NEEF, à ajuda da Professora Cooperante e à da Professora Orientadora.

2.5. Questões dilemáticas e Estratégias

Ao longo do EP, de uma forma natural, foram surgindo questões dilemáticas em distintos momentos relativos a áreas distintas, relacionadas com o processo de intervenção pedagógica. Algumas destas questões no início não faziam parte da lista de inseguranças, pois ainda eram desconhecidas.

Com a realização das reflexões foi possível identificar as maiores dificuldades e estabelecer um conjunto de estratégias para as colmatar.

As maiores dificuldades encontradas foram relativas à gestão de tempo, gestão humana e ao processo de avaliação. Gestão do tempo devia-se ao facto de existir o desejo que os alunos se superassem, acabando assim por perlongar o tempo dos exercícios, acabando por perder um pouco a noção do tempo. Para esta questão foram sendo utilizadas

várias estratégias como: sempre que possível e oportuno colocar música de forma a limitar o tempo, ou a utilização de sinais sonoros com o auxílio de aparelhos eletrónicos.

A gestão humana, criou algumas dificuldades pois existiam vários fatores a ter em consideração no momento de organizar os alunos, pois ficou decidido que os grupos restritos (três ou quatro) seriam heterogéneos e equilibrados, devido ao facto de terem de ser mantidos durante um longo período de tempo devido à situação pandémica (existindo assim forma de detetar possíveis contactos de risco e tentar que os alunos com melhor desempenho auxiliassem os alunos com menor desempenho a superarem-se) abordando várias matérias. Na constituição desses grupos era importante também ter em atenção quais os alunos a seleccionar com base no seu comportamento e ainda ter em atenção a construção dos grupos alargados também devido aos possíveis focos de comportamentos menos adequados, que poderiam atingir o bom funcionamento e a dinâmica da aula.

Relativamente ao processo de avaliação, foi a primeira vez que nos deparamos com a necessidade de atribuir uma avaliação quantitativa a cada aluno. Mesmo existindo uma serie de regras a seguir relativamente à atribuição de uma nota, deparamo-nos com um imprevisto que nos dificultou ainda mais o processo: a não lecionação das matérias necessárias para a atribuição dessas notas, pois tendo por base as Aprendizagens Essenciais do nono ano a nota final é atribuída tendo em conta o rendimento dos alunos em duas de Jogos Desportivos Coletivos, uma matéria de Ginástica, uma de Atividades Rítmicas Expressivas e duas matérias entre Raquetes, Atletismo ou Outra. Assim, de forma a ser mais justa e coerente essa atribuição de nota, apenas consideramos as matérias dadas, isto é, os alunos apenas foram avaliados nas matérias já lecionadas, sendo assim imprescindível retificar e ajustar os critérios de avaliação.

Em suma, foi possível verificar que mesmo existindo “contratempos” ou quando estávamos expostos a dificuldades era possível com uma boa reflexão identificar o erro/receio e colmata-lo com estratégias adequadas.

2.6. Avaliação

Ao analisar Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho do (Ministério da Educação, 2018, p. 2936), a avaliação é uma das partes integrantes do processo de ensino-aprendizagem. Tem como objetivo principal a sua melhoria sempre baseada num processo contínuo de

intervenção pedagógica. Nesta, são explicitados os desempenhos, os procedimentos de avaliação e as aprendizagens.

Nobre (2015, p.43), diz-nos que a avaliação “é uma ação que não tem paralelo em termos de processos mentais, por envolver um juízo que é, na sua produção, de uma complexidade única.”

Deste modo, a avaliação deve ser realizada de uma forma justa, imparcial, continua e descartando a ideia de momento de atribuição de uma classificação e ser realizada como um todo. Isto porque quando realizada de uma forma correta, pode se considerar uma ferramenta de elevada relevância sendo esta capaz de acrescentar qualidade ao processo de ensino-aprendizagem, sendo assim possível realizar tanto uma diferenciação como uma valorização de cada aluno, tendo por bases as suas características.

Durante o estágio pedagógico, foram realizados três momentos distintos de avaliação: avaliação formativa inicial, avaliação formativa e avaliação sumativa.

O NEEF enriqueceu este processo avaliativo acrescentando a autoavaliação de forma a recolher mais dados realizando uma análise mais aprofundada.

Para a realização da avaliação o NEEF utilizou os Critérios de Avaliação do GDEF do AEJE (Anexo VI).

2.6.1. Avaliação formativa inicial

Segundo o que nos diz Leitão (2013), a avaliação formativa inicial concentra-se no que o aluno consegue realizar num momento inicial, antes do momento de terem recebido qualquer tipo de formação. A sua finalidade foca-se em orientar, pois um início de um processo é sempre condicionado pelo diagnóstico realizado previamente. Assim sendo, este tipo de avaliação serve de base para a organização de todo o processo de ensino-aprendizagem, conseguindo assim identificar os pontos fortes e fracos dos alunos.

Esta avaliação foi realizada nas primeiras cinco semanas do ano letivo, com os seguintes objetivos (Carvalho, 1994): conhecer os alunos em atividade física; apresentar o programa de Educação Física deste ano; rever aprendizagens anteriores; criar um bom clima de aula, ensinar/aprender ou consolidar rotinas de organização e normas de funcionamento; avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto das matérias de Educação Física; identificar alunos “críticos” e as matérias prioritárias (a ter em conta na calendarização das atividades); recolher dados para definir as prioridades de

desenvolvimento para a 1º etapa (objetivos/competências); recolher dados para orientar a formação de grupos, podendo estes assumir as características de grupos de nível, caso a heterogeneidade da turma o justifique; identificar aspetos críticos no tratamento de cada matéria (formas de organização, questões de segurança, formação dos grupos, etc.); recolher dados para construir o plano anual de turma.

Deste modo, recorreu-se ao PAI (Anexo VII) construído pelo GDEF do AEJE para realizar a avaliação formativa inicial. Este continha a avaliação diagnóstica dos níveis introdutórios e elementares das seguintes matérias: andebol, basquetebol, futebol, voleibol, ginástica de solo, ginástica de aparelhos, atletismo (salto em comprimento e lançamento do peso) e badminton, e a avaliação da Aptidão Física segundo a Bateria de Testes FITescola.

Assim, foram utilizadas as primeiras seis semanas de aulas na realização da avaliação formativa inicial. O prazo foi estendido por mais uma semana devido à falta de experiência, fazendo com que não fosse possível recolher toda a informação necessário no tempo previsto, tornando-se assim um momento bastante desafiante.

A realização desta avaliação formativa inicial foi um marco importante para a realização do planeamento, pois a partir desta foi possível construir os primeiros grupos de trabalho.

Devido à situação pandémica, foi necessário alterar a dinâmica de aulas, afetando assim diretamente a aplicação do PAI, fazendo com que não fosse possível de avaliar os alunos nos níveis elementares das diferentes modalidades.

2.6.2. Avaliação formativa

Carvalho (1994, p.114) caracteriza a avaliação formativa como um “processo de recolha de informações que nos permite, ao longo do ano, orientar e regular a nossa atividade pedagógica, bem como controlar os seus efeitos - a aprendizagem!”.

Na mesma linha de pensamento, Decreto-Lei nº55/2018 diz que devesse entender a avaliação formativa como uma atividade sistemática e contínua. Assim esta avaliação tem uma função informativa, sendo que nos dá informações sobre a ação pedagógica em função do desenvolvimento das competências dos alunos.

Desta forma, esta avaliação ajudou a realizar uma melhor adaptação, conseguindo assim identificar caso fossem necessárias alterações para o melhor desenvolvimento dos alunos. Era apenas isto possível devido ao facto de esta ser realizado ao longo de todas as

aulas, durante a sua execução de uma forma informal. Assim, após cada aula era realizado uma anotação da informação recolhida.

Devido à falta de experiência, mesmo com a utilização de estratégias recomendadas, foram percebidas algumas dificuldades na parte de observação, pois existia uma tentativa de recolher o maior número de informações possíveis, de diversos pormenores o que fazia com que no final da aula fosse difícil recordar toda essa informação para realizar um registo. Com o passar do tempo e com a realização de reflexões, foi possível entender que o foco deveria estar direcionado apenas a alguns alunos ou a um número reduzido de determinantes técnicas ou táticas de forma a facilitar o processo de observação e de anotação, sendo assim mais fácil termos uma percepção mais correta de cada aluno.

2.6.3. Avaliação sumativa

Segundo o que nos diz Nobre (2015) este tipo avaliação tem como finalidade averiguar o alcance dos objetivos planeados e aplicação de um valor positivo ou negativo, consoante o produtor final.

Analisando novamente o Decreto-Lei n. 55/2018 de 6 de julho do (Ministério da Educação, 2018, p. 2937), em concordância com o autor em cima referido verifica-se a seguinte afirmação: “A avaliação sumativa traduz-se na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação”.

Deste modo, de forma a chegar a um produto final, reuniu-se as informações angariadas durante a avaliação formativa. Assim, no final de cada semestre era realizada a seguinte ponderação, previamente contruída pelo GDEF do AEJE aplicada na grelha de registo (Anexo VIII): $[(AFD+AF+C) *0.7] + (Trabalho Colaborativo*0.1) + (Atitudes e Valores*0.2) = \text{Nível}$.

Ao nível das atividades físicas seguiu-se os valores indicados nas aprendizagens essenciais do nono ano, por exemplo para o aluno chegar ao nível três tinha de obter cinco matérias do nível introdutório e um nível elementar. Destas matérias teriam de ser obrigatoriamente duas de Jogos Desportivos Coletivos, uma matéria de Ginástica, uma de Atividades Rítmicas Expressivas e duas matérias entre Raquetes, Atletismo ou Outra.

No mesmo sentido, na área de Aptidão física os alunos teriam de se encontrar na Zona Saudável da Aptidão Física em quatro testes, valores também indicados nas aprendizagens essenciais, sendo obrigatório a presença do teste do vaivém.

Relativamente aos conhecimentos, foram realizadas recolhas de informação ao longo das aulas, considerando os alunos “aptos” ou “não aptos”.

O trabalho colaborativo foi avaliado através da colaboração que os alunos tinham tanto com os seus grupos como com a restante turma. O projeto DAC foi também um elemento para o trabalho colaborativo pois foram necessários os alunos trabalharem em equipa para conseguirem chegar a um resultado positivo no final.

No que diz respeito ao parâmetro de atitudes e valores, este encontrava-se subdividido em 3 partes, sociabilidade, responsabilidade e empenho. Estas 3 partes foram avaliadas consoante a sua postura ao longo do ano.

Assim, para que todo este processo corresse da melhor forma, foi fundamental que a avaliação formativa fosse rigorosa pois esta influência diretamente a avaliação sumativa.

2.6.4. Autoavaliação

A Autoavaliação é realizada no final de cada semestre e é o momento onde os alunos refletem os seus processos evolutivos, os seus pontos positivos e negativos e se avaliam segundo o que nos diz Nobre (2015) e Silva (2007).

Este processo foi realizado com o preenchimento de um *Forms* (Anexo IX) criado pelo NEEF. Neste *Forms*, os alunos encontravam todos os parâmetros de avaliação que eram impostos ajudando assim a realizarem uma autoavaliação mais coerente.

Como estagiários, as autoavaliações ajudaram a ter uma melhor perceção das respetivas opiniões que os alunos tinham sobre si próprios. Assim, foi possível ajudar os alunos a evoluírem relativamente à sua auto perceção, pois se os alunos tiverem uma correta perceção de si próprios conseguem evoluir não só no processo de ensino-aprendizagem, como também em variadíssimas circunstâncias da sua vida pessoal.

3. Coadjuvação no secundário (Curso Profissional de Desporto)

O processo de coadjuvação foi realizado junto de uma turma do décimo primeiro ano do curso profissional de desporto (2º Desporto), estando assim o NEEF responsável pela lecionação completa do módulo de badminton.

A leção deste módulo foi sem dúvida mais um desafio cumprido com sucesso durante este EP.

Sendo esta turma, uma turma de um ciclo de estudos superior ao da turma que se tinha ao encargo, foi necessário procurar novas estratégias de forma a que os alunos conseguissem receber todos os conteúdos adaptados ao seu patamar e que se mantivessem motivados e empenhados. A favor tinha-se o fator à vontade com a modalidade, sendo este desde o início menos um constrangimento neste desafio.

Desta forma, uma das estratégias implementadas nesta turma foi a utilização de trabalho da técnica e competição recorrentemente, isto também devido às características singulares da modalidade.

Ao refletir sobre este processo, conclui-se que foi uma experiência enriquecedora, pois aprendeu-se que as mesmas estratégias, principalmente ao nível de instrução e disciplina/clima, nem sempre resultam em turmas diferentes e em diferentes faixas etárias.

4. Ensino à Distância (E@D)

Devido à situação pandémica que se atravessou durante este ano letivo, foi imposta a reestruturação de toda a prática pedagógica e estratégias inerentes, dado que se enfrentou o E@D não só como alunos, mas também enquanto docentes.

Perante este novo desafio surgiram dúvidas e inseguranças idênticas às sentidas inicialmente, mas também uma grande certeza do esforço máximo para que os alunos desenvolvessem competências durante este regime.

Num processo de ajuda mútua, o NEEF reuniu e discutiu como se iriam estruturar as UE, as aulas e as matérias a lecionar. Assim, ficou acordado que se seguiria a estrutura das aulas como o Agrupamento sugeriu, sendo estas divididas em duas partes. A primeira parte síncrona, onde era promovida a aptidão física e eram lecionados os conteúdos das matérias de aeróbica e de orientação. O segundo momento da aula era assíncrono, onde eram propostas atividades aos alunos e que teriam de ser realizadas nesse espaço de tempo até terminar a aula. Utilizaram-se também parte das aulas deste regime para trabalhar sobre o projeto de Domínio de Autonomia Curricular (DAC).

Quando foram percebidas as matérias a lecionar neste regime, assistiu-se a um misto de sensações, pois por um lado na matéria aeróbica existia à vontade na sua leção, mas por outro lado a matéria de orientação acarretava uma maior insegurança.

Ao longo do tempo verificou-se uma adaptação à nova forma de ensino, para a qual não se estava preparado. Assim, as aulas foram-se tornando mais dinâmicas e com uma atenção redobrada aos alunos. Alunos esses que eram analisados no decorrer da aula de forma a perceber como se encontravam com um carácter além da lecionação. Fomos protagonistas, durante aquele regime, de momentos de alegria e de quebra de rotina. Fizemos questão de estar sempre disponíveis fora do tempo de aula para ser mais do que professores, quisemos ser o apoio dos alunos caso assim precisassem.

Fomos também notando que ao nível de todas as dimensões nos adaptámos ao novo regime e fomos melhorando, chegando ao final deste regime com o sentimento de dever cumprido.

Os alunos tiveram também um papel muito importante neste nosso processo, a sua participação ativa, mantendo as câmaras ligadas e mostrando interesse, foi um grande incentivo a sermos cada vez melhores.

Além das aulas, promovemos junto dos nossos alunos atividades extracurriculares com vista a desenvolver a aptidão física e a reduzir o impacto do sedentarismo naturalmente provocado pelo regime implementado.

De uma forma geral, concluímos que o E@D foi sem dúvida um momento de aprendizagens significativas para nós não só como professores como também como pessoas. Além do sentimento de superação levamos também a lembrança dos sorrisos que conseguimos proporcionar aos nossos alunos num momento menos bom deste ano letivo.

Área 2- Atividades de organização e gestão escolar

A área 2 “Atividades de Organização e Gestão Escolar” tem como objetivo promover práticas de trabalho, em colaboração com outros, fazendo com que seja possível uma recolha de conhecimento e compreensão da complexidade das escolas (Marques et al. 2020). O acompanhamento do cargo intermediado de DT, foi a função escolhida, pela sua importância dentro e fora do recinto escolar. O cargo de DT tem-se destacado principalmente na vida dos alunos, ao estabelecer-se um elo de ligação entre a escola e a família, sendo muitas vezes um mediador de conflitos, e sem esquecer a grande responsabilidade também integrada de gestão de Conselho de Turma (CT) (Boavista & Sousa, 2013).

Realizar assessoria ao cargo de DT foi sem dúvida uma mais valia, pois conseguiu-se assim conhecer melhor o cargo e as tarefas inerentes.

Ao longo deste ano, muito devido à situação pandémica e a todas as restrições que advêm dela, sentimos que ainda temos muito para aprender e experienciar, por exemplo o contacto que é efetuado com os Encarregados de Educação (EE) realiza-se via telefónica ou e-mail, a qual não conseguimos participar como seria esperado numa situação normal. Sentimos assim que existirá uma grande lacuna no que diz respeito a este parâmetro, pois o contacto direto com os EE na resolução de problemas é um processo complexo.

Quanto ao processo de justificação de faltas sentiu-se como um processo mais simples do que inicialmente se idealizava. Foram realizadas algumas justificações, conseguindo assim verificar-se que o processo informático não é complexo.

Processamentos de casos mais complexos que levam a um contacto com a psicóloga da escola ou da Comissão Nacional de Promoção dos Direitos de Crianças e Jovens (CPCJ) foram também realizados durante esta assessoria.

Durante o segundo semestre houve a oportunidade de estar envolvidos em duas experiências diferentes: acompanhar a turma na aula de cidadania e concretização do projeto da ESTUFA. Sendo uma turma de nono ano, durante as aulas de cidadania, os alunos estavam envolvidos num projeto que visava ficarem a conhecer melhor a forma como se processa o mundo do trabalho, o dia-a-dia de uma pessoa adulta e os seus encargos, realizando também tarefas de autoconhecimento para ser mais fácil o processo de escolha do curso a seguir no ensino secundário. O projeto da ESTUFA foi concretizado este ano letivo devido à situação pandémica, mas já terá iniciado no sétimo ano onde a turma ganhou o apoio financeiro da Câmara Municipal de Aveiro. Assim, tivemos também a oportunidade de ajudar a turma a pôr em prática tudo o que tinham planeado e ainda perceber todo o processo em situações de financiamentos públicos, pois é obrigatório ser realizado uma apresentação pública onde é mostrado todo o processo e realização.

No geral, percecionou-se todo este processo como positivo, mas como referido anteriormente, devido à situação pandémica existem lacunas de aprendizagem neste parâmetro.

Conseguimos verificar que o trabalho de uma DT é bastante desgastante e por vezes inglório, pois por mais que a DT se esforce pela turma, se os alunos e EE não colaborarem torna-se uma situação bastante difícil de gerir.

Área 3- Projetos e parcerias educativas

No seguimento das atividades obrigatórias contidas no Guia de Estágio 2020/2021 encontrava-se a Área 3 – Projetos e parcerias educativas, era indicado que os professores estagiários no final do ano deveriam ter adquirido competências de animação socioeducativas, adquirindo capacidades de organização, planeamento, execução e controlo (Marques et al. 2020).

Ao iniciar-se o ano letivo, o NEEF em conjunto com o GDEF decidiram que se realizariam duas atividades que seriam inseridas no Plano Anual de Atividades (PAA) do AEJE. Assim, as atividades selecionadas foram “Jogos Olímpicos Escolares 20/21” e “À Descoberta”. Ambos os eventos foram desenvolvidos na Escola Básica Nº 2 de São Bernardo abrangendo todos os anos de escolaridade existentes.

1. Jogos Olímpicos Escolares 20/21

O evento “Jogos Olímpicos Escolares 20/21” foi planeado tendo por base os Jogos Olímpicos e Paralímpicos, adaptando-os assim ao ambiente escolar. Este evento tinha como objetivo promover momentos de lazer, convívio, competição e aprendizagem aos alunos envolvidos. Estes objetivos foram todos aplicados a partir da implementação dos três valores Olímpicos: Excelência, Amizade e Respeito, sem nunca esquecer as medidas de segurança.

O evento realizou-se, como já referido anteriormente, na Escola Básica Nº2 de São Bernardo. Os alunos envolvidos frequentavam o 2º e 3º ciclo e foram divididos por quatro escalões. Cada escalão era constituído por quatro equipas e cada equipa constituída por doze elementos (seis do sexo feminino e seis do sexo masculino).

Durante o evento foram realizadas provas de dez modalidades diferentes: Atletismo (60 metros, lançamento do peso e salto em comprimento), Ginástica de Solo, Badminton, Boccia, Voleibol, Andebol, Basquetebol e Futebol. As modalidades foram distribuídas equilibradamente entre a parte da manhã e da tarde, distribuídas pelo espaço exterior, o pavilhão e o ginásio, consoante as suas características específicas.

Ao longo do evento existiu a colaboração do GDEF e da turma do 2º Desporto (curso profissional). Cada professor do GDEF assumiu a coordenação de uma modalidade e os alunos do 2º ano de Desporto realizaram acompanhamento de equipas (*Team Leader*) e arbitragem. De forma a que tudo corresse dentro do planeado realizou-se antecipadamente uma formação com o 2º ano de Desporto, pois todo o evento estava organizado meticulosamente e sem margem para erros. No dia do evento de forma a esclarecer dúvidas e relembrar algumas das regras, sentiu-se necessidade de realizar um pequeno *briefing* momentos antes do evento. No que se refere aos elementos do NEEF, foram definidas posições e cargos específicos de forma a que existisse controlo e sucesso durante o evento.

O evento iniciou-se com uma cerimónia de abertura, planeada com base na grandiosa cerimónia de abertura do Jogos Olímpicos, replicando os momentos mais emblemáticos. Iniciou-se com a entrada da bandeira oficial do evento seguida de todos os países, sendo a Grécia o primeiro país a entrar e Portugal a encerrar o desfile onde todos os restantes países estavam organizados por ordem alfabética. Após este momento onde todos os países exibiram as suas bandeiras, foi realizado o hastear da bandeira oficial do evento (Anexo X) ao som do hino do Jogos Olímpicos. Existiu a oportunidade de englobar as turmas neste momento, fazendo com que exibissem a toda a comunidade as suas coreografias realizadas durante a matéria de aeróbica. Foram também realizados os juramentos, tanto por parte dos atletas, como dos árbitros, tendo sido escolhidos dois alunos aleatoriamente para o realizarem em nome de todos os participantes.

Após todas estas atividades englobadas na cerimónia de abertura deu-se início à competição seguindo os calendários previamente preparados, onde estavam indicadas as cento e doze provas, as suas respetivas horas, locais de realização e equipas envolvidas.

Concluimos o evento, com a realização de uma pequena coreografia com todos os alunos envolvidos seguindo-se a cerimónia de entrega de prémios aos três primeiros classificados de cada modalidade e escalão. Mais uma vez, baseado nos Jogos Olímpicos, foi tocado o Hino de cada país que se classificou na primeira posição de cada pódio e recolhida a bandeira oficial do evento mais uma vez ao som do Hino do evento.

Depois desta experiência conclui-se que todo o planeamento e preparação meticolosa do evento foi deveras importante para o seu sucesso. Terminou-se com o sentimento de que este evento foi bastante importante para toda a comunidade escolar tanto a nível cultural, como social e físico. A nível cultural, devido ao facto de os alunos experienciarem momentos

emblemáticos que são realizados nos Jogos Olímpicos como experienciarem uma grande variedade de modalidades tanto olímpicas como paralímpicas. A nível social e físico, pois devido à situação pandémica vivida fez com que estes tipos de atividades extracurriculares e atividades extraescola, nomeadamente desportiva, fossem canceladas passando a existir menos momentos onde os alunos podem sair da sua rotina e praticarem desporto.

1.1 Projeto “Era Olímpica”

O evento “Jogos Olímpicos Escolares” foi planeado de forma a desenvolver nos participantes os três valores Olímpicos: Excelência; Amizade e Respeito.

Assim, para estes valores serem promovidos foram implementadas as seguintes estratégias:

- Utilização do cartão branco na arbitragem das demais modalidades;
- Troca de autocolantes entre equipas dos diferentes países;
- Realização protocolar.

A utilização do cartão branco na arbitragem foi implementada como recurso pedagógico para louvar as condutas eticamente corretas realizadas pelos atletas, treinadores e público e teve em vista a aplicação:

- Nos atletas, quando pediam desculpa ao adversário depois de ser observada uma conduta imprópria ou jogada mais ríspida;
- Quando reconheciam uma infração que cometeram durante o jogo;
- Quando repunham a verdade caso o árbitro se tivesse enganado;
- No público, quando apoiavam de forma positiva e com *fairplay* ambas as equipas.

A estratégia de troca de autocolantes entre as equipas que representavam os mais variados países foi implementada com a intenção de que existisse contacto entre as várias equipas, várias culturas diferentes, demonstração de simpatia, empatia, compaixão, honestidade.

A realização das cerimónias protocolares de abertura e encerramento visaram a excelência olímpica com o seu potencial lúdico, através da celebração simbólica dos valores olímpicos constituindo as faces do mesmo fenómeno, igualmente lógico-racional e imaginário (simbólico- mítico).

Este projeto culminou na recapitalização de um Poster (Anexo XI) que foi apresentado ao Comité Olímpico na FCDEF-UC.

2. À Descoberta

O evento “À Descoberta” foi planeado como uma atividade lúdico-desportiva, promovendo assim atividades desportivas radicais e jogos tradicionais portugueses: escalada/rappel, tiro ao alvo, jogo da corda, jogo do mosquito, jogo da raposa, estafeta pneus, petanca, jogo dos sacos e jogo da macaca. Esta atividade contou também com a presença de uma bandeira oficial do evento (Anexo XII).

O evento realizou-se na Escola Básica Nº2 de São Bernardo envolvendo os alunos do primeiro ciclo. Assim os duzentos alunos pertencentes ao primeiro ciclo foram divididos: cem da parte de manhã (primeiro e segundo ano) e cem da parte da tarde (terceiro e quarto ano). Estes grupos de cem alunos foram subdivididos em grupos de dez alunos de forma a que cada aluno conseguisse realizar mais repetições nas atividades.

Neste evento verificou-se uma vez mais a colaboração da turma do 2º ano de Desporto (profissional), estando responsáveis por estações ou como *Team Leader*, acompanhando assim os grupos. Mais uma vez, no que toca à organização realizada junto da turma do 2º ano de desporto, realizou-se um *briefing*, onde foram determinados os últimos preparativos, distribuídos os cargos pelos alunos e realizámos esclarecimentos de dúvidas, tanto antes do início da parte da manhã como da parte da tarde realizando assim reajustes. Da parte do GDEF obtivemos a colaboração de uma professora que preparou com a sua turma uma coreografia, apresentada como momento de abertura do evento na parte da manhã. Na parte da tarde a abertura foi realizada pelos alunos do primeiro ciclo que apresentaram as suas coreografias.

Sendo o público-alvo de uma faixa etária baixa (seis aos dez anos), as avaliações conceptuais foram adaptadas, sendo estas avaliações pictográficas (Anexo XIII) onde os alunos escolheriam um *smile* que classificava atividade.

Esta avaliação foi-nos bastante útil para percebermos que os alunos gostaram bastante de todo o evento e as atividades mais apreciadas foram: a escalada/rappel e estafeta de pneus. Ao longo do evento fomos obtendo também *feedbacks* dos professores dos alunos envolvidos no evento, que se mostraram bastante entusiasmados e satisfeitos com as atividades realizadas com os seus alunos.

Após este evento fizemos questão de deixar no recinto do primeiro ciclo um circuito de pneus para proporcionar aos alunos mais momentos divertidos ao longo do ano.

Refletindo sobre o evento, conclui-se que foi bastante positivo. A organização realizada previamente voltou a ser um fator determinante para que tudo corresse da melhor forma. Sem dúvida alguma, terminou-se o evento com o sentimento de missão cumprida, pois conseguiu-se verificar a alegria vivida pelos alunos esboçada nos seus sorrisos.

Área 4- Atitude ético-profissional

Segundo o Guia de Estágio 2020/2021, “a ética profissional constitui uma dimensão paralela à dimensão de intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor” assim, ao longo de todo o ano letivo não só nos focamos na intervenção pedagógica como também no nosso desenvolvimento relacionado a outras atividades escolares.

Ao longo do todo o EP, está previsto que o estagiário esteja envolvido proativamente em toda a comunidade escolar e em distintos ambientes, ou seja, um estagiário não deverá se limitar a se deslocar até à escola para lecionar as suas aulas e observar os colegas, mas sim envolver-se na comunidade docente e não docente, conseguindo criar um laço de comunicação e partilha com toda a comunidade escolar.

O professor divide-se em várias funções: disciplinares, institucionais e sociais, sendo várias vezes um elo de ligação entre alunos e corpo escolar e vice-versa.

Assim, estivemos sempre disponíveis no que se trata a colaborações com o restante corpo docente, não docente e alunos tanto dentro como fora de horário letivo. Fizemos parte de várias atividades como CT, reuniões de Departamento e reuniões gerais. Assumiram-se funções de docente na sua plenitude sendo ainda estagiários.

De forma a também evoluirmos de forma positiva como docentes, mas em ambiente extraescola, participámos em várias ações de formação, tais como: “Formação iiiUC Ferramentas de apoio à Investigação” (Anexo XIV); “I Formação Específica de Atletismo – Estafeta do Conhecimento” (Anexo XV); “II Formação Específica – O Jogo de Futsal” (Anexo XVI); “Oportunidade de Educação Olímpica em Contexto Escolar” (Anexo XVII); “Curso de Formação de Curta Duração: Ensino de Educação Física em contexto E@D (Ensino à Distância) (Anexo XVII) e “X Fórum Internacional das Ciências da Educação”

(Anexo XIX). Todos estes momentos de aprendizagens ajudaram a melhorar o conhecimento, sendo este utilizado durante todo o processo de ensino-aprendizagem.

Sendo estagiários empenhados e profissionais, assumimos o compromisso de realizarmos todas as atividades inerentes ao estágio até ao final do ano letivo. Deste modo, realizamos o acompanhamento da turma e a assessoria até dia 18 de julho, continuando sempre com o mesmo nível de empenho e exigência.

Em suma, atentamos que durante todo o percurso foi assumida uma conduta profissional, respeitadora e social, fazendo com que conseguíssemos aproveitar todos os momentos que nos foram proporcionados e que proporcionamos, conseguindo criar bom ambiente, laços e desenvolver relações fortes.

CAPÍTULO III- TEMA PROBLEMA

PERCEÇÃO DE PROFESSORES ESTAGIÁRIOS E RESPETIVOS ALUNOS E ORIENTADORES, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PERCEPTION OF INTERN'S TEACHERS AND THEIR STUDENTS AND SUPERVISORS ON THE PEDAGOGICAL INTERVENTION IN THE CONTEXT OF THE PHYSICAL EDUCATION CLASS

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

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

Professora Doutora Maria de Lurdes Tristão Ávila Carvalho

Resumo: O estudo das opiniões dos alunos tem vindo a tornar-se em uma ferramenta essencial e recorrente no processo de autorregulação da Prática Pedagógica (PP) do docente. Assim, este estudo tem como objetivo, numa primeira fase, analisar as percepções dos alunos e da professora orientadora sobre a intervenção pedagógica da professora estagiária, e numa fase final, após a aplicação de estratégias de intervenção pedagógica no que diz respeito às diferentes dimensões do processo de ensino-aprendizagem, analisar se existiu uma maior convergência na percepção dos alunos da professora estagiária e da professora orientadora. Foram para isso, aplicados questionários contruídos “em espelho” à professora estagiária, aos alunos e à professora orientadora, em dois momentos diferenciados durante o ano letivo (primeiro e segundo semestres). Os resultados da segunda fase indicam que apenas existiram diferenças em seis das 44 questões colocadas. De uma forma geral conseguimos verificar que os alunos têm uma percepção pedagógica mais positiva que a professora estagiária e do que a professora orientadora. Concluímos também que a falta de experiência inicial da professora estagiária fez com que se sobrevalorizasse no primeiro momento de aplicação do questionário, existindo uma descida no segundo momento havendo consequentemente uma aproximação à percepção pedagógica da professora orientadora. No caso dos alunos, não se verificam alterações significativas.

Palavras-chaves: Educação Física, Professor Estagiário, Intervenção Pedagógica, Percepção Pedagógica

Abstract: *The opinion of the students study has become an essential and recurrent tool of the self regulation process of teacher's pedagogical practice. Thus, this study aims, in a first phase, analyse the student's and guiden teacher preceptions about trainee teacher pedagogical intervention, and on a final phase, after the aplication of intervention stratagies with regard to different dimensions of teaching-learning process, analyze if there is a a bigger convergence in the student's perception of trainee teacher and guiden teacher.*

For this, questionnaires built “in mirror” were aplied to trainee teacher, to student's and to guiden teacher, in two diferente moments during school year (first and second semesters). The second phase results show that diferences are only existent in 6 of 44 asked questions. In a general way, we can verify that the students have more positive pedagogical perception then trainee teacher and then guiden teacher. We also conclude that the trainee teacher's lack of initial experience made her overvalue in the first moment of the questionnaire, existing a drop on the second moment and consequently an approximation to the guiden teacher pedagogical perception.

Keywords: *Physical Education, Teacher Training, Pedagogical Intervention, Perception Pedagogical.*

Introdução

A responsabilidade que o Professor acarreta na sua carreira é mais do que transmitir conteúdos e realizar a avaliação dos mesmos. Assim, a intervenção do professor desempenha um papel significativo na transmissão de valores, atitudes e comportamentos, conseguindo assim formatar comportamentos sociais e psicológicos dos alunos (Ribeiro – Silva, 2017). Cada professor deve ser inovador, ser dedicado à causa e reflexivo. Deve sem dúvida realizar continuamente e sistematicamente formações, com o objetivo do aperfeiçoamento das suas atitudes, saberes e saber-fazer (Onofre, 1996).

O professor confronta as suas crenças e conhecimentos empíricos quando se depara com o contexto real de aprendizagem, quando os põe em prática e estabelece objetivos de ensino. Segundo Freire (1996) apenas realizando um pensamento crítico do que se realiza no dia ou no dia anterior é que se consegue realizar um melhoramento no que se realizará de seguida. Assim só realizando o confronto acima descrito o professor conseguirá possivelmente realizar alterações a nível do pensamento. Utilizando este processo de reflexibilidade, é permitido ao docente desenvolver o seu espírito crítico, e assim consegue igualmente se manter com constante evolução.

Por outro lado, para Siedentop (2008), aquele professor que utiliza estratégias capazes de manter os alunos empenhados, sem recorrer a ações punitivas e que consiga que eles nunca percam o foco do objetivo da tarefa que lhes foi proposta é o professor eficaz.

Barbosa, Campos e Valentim (2007), também defendem que as perceções entre o professor e o aluno, em relação à qualidade do relacionamento entre ambos, estão ligadas com o desempenho do professor. Assim é permitido ao professor realizar uma intervenção cognitiva aprofundada, ajudando e facilitando o processo de ensino-aprendizagem, tal como nos sugere McCaughtry, Tischler e Flory (2008), em aula o clima estabelecido pelo professor é crucial na relação entre o próprio e os alunos. Sendo que se o clima vivido for menos positivo afeta diretamente a predisposição quer dos alunos para absorver os conhecimentos quer do professor para transmiti-los e assim ficarão comprometidos. Para além disso, está abrangido nas agendas dos alunos intenções de divertimento, socialização, minimização de esforço, afastamentos de problemas, aprovação, não aborrecimento, entre outras (Ribeiro-Silva, 2017).

Segundo Onofre (1995) as dimensões caracterizam-se da seguinte forma: Dimensão Organização ligam-nos às medidas que contribuem para a melhoria da gestão de tempo, de

espaços, materiais e gestão da turma; Dimensão Instrução é onde estão integradas as medidas que contribuem para melhorar a forma como professor apresenta as atividades aos alunos, como os ajuda durante o tempo da realização dessas atividades de aprendizagem e como é feita o balanço das mesmas, Dimensão Relação Pedagógica é onde estão integradas as medidas relativas a promoção de uma relação positiva entre alunos e entre alunos e professores; Dimensão Disciplina é onde são trabalhadas as medidas que se destinam a promover e/ou controlar os comportamentos dos alunos ao longo da aula tendo em conta as regras de funcionamento.

O principal objetivo deste trabalho é através da identificação das divergências da forma de perceber o processo de intervenção pedagógica na aula entre o professor (estagiário) e os respetivos alunos e orientador, contribuir para a melhoria do processo de ensino do professor e de aprendizagem dos alunos.

Esta análise das perceções têm um papel importante para o desenvolvimento do professor estagiário, pois devido à sua inexperiência poderão existir vários fatores que lhe passem despercebidos e que com este tipo de análise poderemos identificar possíveis problemas durante a lecionação das suas aulas e aplicar estratégias para as tentar resolver da melhor forma possível.

Ao longo do estudo serão apresentados os vários pontos importantes da elaboração deste estudo como a revisão de literatura sobre o tema, todos os procedimentos aplicados, a caracterização da amostra, a metodologia utilizada, os resultados obtidos e sua discussão, as estratégias a implementar, uma breve conclusão e as limitações e sugestões para futuros estudos.

Metodologia

Na base deste estudo encontra-se uma metodologia quantitativa, existindo a análise de técnicas descritivas de estatística para o tratamento de questões fechadas.

Entre os 2 momentos de aplicação dos questionários foram aplicadas estratégias de intervenção pedagógica que resultam da análise dos resultados dos questionários da 1ª aplicação.

Amostra

A amostra é constituída por 26 alunos, um professor estagiário e um professor orientador. Os alunos têm idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos, sendo 11 do sexo feminino e 13 do sexo masculino, e frequentam 9º ano da Escola Básica Nº 2 de São Bernardo, que se encontra incluída no Agrupamento de Escolas José Estêvão. O professor estagiário tem 23 anos e é do sexo feminino. O orientador tem 50 anos e do sexo feminino, contando já com uma vasta experiência de 26 anos em lecionação.

Instrumentos e Procedimentos

Para a recolha de dados foram aplicados dois questionários criados em “espelho” que se designaram de “A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” e “Questionário de intervenção pedagógica do Professor (de Educação Física) - professor (QIPP-p)” de Ribeiro-Silva (2017). Este último foi aplicado ao professor estagiário e ao professor orientador, apenas divergindo na perspetiva avaliada, pois o professor estagiário responde sobre si próprio e o professor orientador tal como os alunos sobre a perceção que têm sobre o professor estagiário.

Os questionários possuem no seu cabeçalho a explicação do mesmo, sendo seguido por questões fechadas e focalizadas para a caracterização pessoal dos participantes. Após o preenchimento destas, os indivíduos participantes encontram o questionário dividido em duas partes. A primeira parte encontra-se ainda subdividida em dois grupos. O Grupo I, utilizando uma escala tipo *Likert*, é constituído por quarenta e quatro itens/indicadores sobre cinco grandes grupos de intervenção pedagógica, dimensões de intervenção pedagógica e em conformidade com os propostos por Siedentop (1983) e pelo perfil geral de desempenho profissional dos professores dos ensinos básico e secundário (decreto-lei nº240/2001 de 30 de agosto) que passo a citar: Dimensão Instrução (DI); Dimensão Planeamento e Organização (DPO); Dimensão Clima (DC) e Dimensão Avaliação (DA). O Grupo II, por sua vez, é composto por três itens/indicadores acerca da opinião do aluno/professor. A segunda parte é constituída por três itens, uma onde o aluno/professor escolhe a opção que pensa ser mais apropriada, existindo no entanto espaço para escrever algo que não se encontre como hipótese. Os dois itens seguintes são de resposta aberta.

Os questionários foram aplicados em dois momentos distintos. O primeiro momento (M1) alojou-se no primeiro semestre, 26 de dezembro de 2021 e o segundo

momento (M2) foi realizado já no decorrer do segundo semestre, 26 de abril de 2021. De ressalvar que durante grande parte deste intervalo de tempo entre a aplicação dos questionários esteve implementado o regime de Ensino à Distância (7 semanas).

A aplicação dos questionários aos alunos foi realizada pelo Núcleo de Estágio, exceto pelo Professor Estagiário responsável pela turma. Note-se que este método pretendia deixar os alunos menos pressionados e mais confiantes das suas respostas, já que assim não houve a oportunidade do seu professor ver o que foi escrito a seu respeito. No fundo, permite alcançar dados mais reais sobre o que se pretende avaliar.

A todos os inquiridos foram devidamente fornecidas as informações sobre o objetivo do estudo, como proceder o seu preenchimento, bem como a possibilidade de desistência de participação, e dos propósitos dos dados a ser recolhidos, sendo esses apenas utilizados para fins académicos e estatísticos. Assim sendo, foi-lhes garantido o anonimato.

Utilizámos também o teste não paramétrico, o “Wilcoxon”, com o intuito de determinar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre as respostas dadas no primeiro e no segundo momento de aplicação dos questionários.

Tratamento de dados

No tratamento dos dados foi utilizado o IBM SPSS STATISTICS, versão 27, para o tratamento das questões de resposta fechada, às quais corresponde um valor quantitativo de forma a possibilitar o tratamento estatístico: nunca - 1; raramente - 2; algumas vezes - 3; muitas vezes - 4 e sempre - 5.

A estatística descritiva foi realizada recorrendo à média como medida de tendência central, o desvio padrão como medida de dispersão, assim como e a significância.

Foi realizado o teste de “*Shapiro Wilk*”, para averiguar a normalidade da distribuição, chegando assim a conclusão que estávamos perante uma amostra não normal, o que fez com que optássemos pela utilização de um teste não paramétrico, “*Wilcoxon*”, de forma a determinar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre as repostas dadas pelos alunos no primeiro e segundo momento.

Neste estudo não foram consideradas as questões de natureza aberta.

A identificação da concordância e discordância entre as perceções da Professora Orientadora, da Professora Estagiária e dos respetivos alunos será exposta em gráfico de perfil que será analisado quanto à sua forma e nível.

Apresentação e Discussão dos Resultados

Serão apresentados os resultados de todas as afirmações do questionário: “A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física”.

Assim, segue-se a análise do Grupo I da 1ª Parte do questionário e a questão número um da Parte II e o Gráfico de Perfil. Estas análises, como já referido serão realizadas separadas por dimensões.

Na Tabela 1, estão apresentados os resultados obtidos na análise dos dados da percepção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora no M1 e M2, relativos à Dimensão Planeamento e Organização.

Tabela 2 - Dimensão Planeamento e Organização: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.

Dimensão Planeamento e Organização	1ºMomento (M1)				2ºMomento (M2)				Sig. ($p \leq 0,05$) Alunos M1 vs alunos M2
	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	
Afirmações	Média	SD	Valor	Valor	Média	SD	Valor	Valor	
1. O professor nas aulas de Educação Física planifica a matéria, de forma lógica.	4,54	0,582	5	3	4,65	0,485	4	3	0,405
3. O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	4,65	0,629	5	5	4,50	0,519	5	5	0,285
4. O professor nas aulas de Educação Física informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).	4,19	0,801	5	2	3,92	0,796	3	2	0,22
5. O professor nas aulas de Educação Física cumpre o horário da aula.	4,58	0,578	4	3	4,73	0,472	3	3	0,285
6. O professor nas aulas de Educação Física é assíduo.	4,73	0,533	5	5	4,73	0,472	5	5	1
12. Gasta muito tempo em explicações, reduzindo o tempo disponível para a exercitação dos conteúdos.	3,12	0,993	4	4	3,15	1,084	4	4	0,941
26. O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	4,13	0,736	5	2	4,38	0,637	4	2	0,637
44. O professor nas aulas de Educação Física utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.	2,73	1,218	4	1	3,42	0,857	2	1	0,013*
Média geral da Dimensão Planeamento e Organização:	4,08	-	4,63	3,13	4,19	-	3,75	3,13	-

Legenda: * $p < 0,05$, SD – Desvio Padrão

Ao realizar a análise da Tabela 1, verificamos que apenas a questão número quarenta e quatro (“O professor nas aulas de Educação Física utiliza TIC’s (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.”) apresenta diferenças significativas entre os dois momentos ($p=0,013$). Analisando os valores dessa mesma questão verificamos que a percepção dos alunos melhorou, e provavelmente teve a haver com o Ensino à Distância, pois foi um momento que pela sua especificidade obrigava à utilização de TIC’s.

No geral, relativamente à média, conseguimos verificar que por parte dos alunos existiu uma ligeira subida do M1 para o M2 (de 4,08 para 4,19), esta subida veio mostrar

que as estratégias aplicadas como a utilização de mecanismos de controlo de tempo. Verifica-se também que a média relativa à percepção da professora estagiária diminuiu (de 4,63 para 3,75). Devido talvez à sua falta de experiência no momento da realização do M1, fazendo com que se sobrevalorizasse. Por outro lado, ao analisarmos a média da percepção da professora orientadora, verificamos que os valores se mantiveram entre ambos os momentos de aplicação do questionário.

Na Tabela 2, estão expostos os resultados obtidos da análise dos dados da percepção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora no M1 e M2, relativos à Dimensão Instrução.

Tabela 3 - Dimensão Instrução: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.

Dimensão Instrução	1ª Momento (M1)				2ª Momento (M2)				Sig. (p<0,05) Alunos M1 vs alunos M2
	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	
Afirmações	Média	SD	Valor	Valor	Média	SD	Valor	Valor	
2. O professor nas aulas de Educação Física apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	4,27	0,533	5	3	4,23	0,514	5	3	0,763
10. O professor nas aulas de Educação Física conhece a matéria que está a ensinar.	4,77	0,430	5	4	4,69	0,679	4	3	0,527
13. O professor nas aulas de Educação Física dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	4,27	0,667	5	3	4,31	0,736	5	3	0,822
21. O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos ao longo da aula.	4,46	0,647	5	4	4,27	0,667	5	4	0,358
25. O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	4,19	0,634	5	3	4,23	0,652	5	3	0,796
29. O professor nas aulas de Educação Física coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	4,27	0,727	4	2	4,46	0,859	3	2	0,263
30. O professor nas aulas de Educação Física faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.	4,08	0,796	4	2	4,50	0,583	3	3	0,220
34. O professor nas aulas de Educação Física é claro quando corrige os alunos.	4,38	0,637	4	4	4,38	0,637	4	3	1
35. O professor nas aulas de Educação Física dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	4,35	0,562	5	3	4,31	0,549	4	3	0,796
37. O professor nas aulas de Educação Física utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.	4,35	0,689	5	4	4,31	0,618	5	4	0,808
38. O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.	4,19	0,634	5	3	4,23	0,652	4	3	0,763
39. O professor nas aulas de Educação Física utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	3,35	1,018	3	4	3,65	0,936	4	4	0,144
40. O professor nas aulas de Educação Física certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	4,46	0,761	5	2	4,54	0,647	4	2	0,593
Média geral da Dimensão Instrução:	4,26	-	4,62	3,15	4,32	-	4,23	3,08	-

Legenda: *p<0,05, SD – Desvio Padrão

Ao realizar a análise da Tabela 2, verificamos que na Dimensão Instrução não existiram diferenças significativas em nenhuma das afirmações, conseguindo também verificar que existe uma questão quarenta e quatro (“O professor nas aulas de Educação Física é claro quando corrige os alunos”) que não existiu qualquer tipo de alteração do M1 para o M2.

Relativamente às médias gerais da dimensão observáveis na tabela acima podemos verificar que existiram alterações por parte de todos os intervenientes entre o M1 e o M2. No caso dos alunos existiu um ligeiro aumento (de 4,26 para 4,32). Por outro lado, no caso da professora estagiária e da professora orientadora existiu uma descida, de 4,62 para 4,23 e de 3,15 para 3,08 respetivamente. No caso da professora orientadora, apenas três questões se alteraram fazendo acontecer esta mudança na média.

A questão dez (“O professor nas aulas de Educação Física conhece a matéria que está a ensinar. “) e a questão quarenta (“O professor nas aulas de Educação Física certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas. “) obtiveram valores inferiores no M2, afirmações essas que estão diretamente relacionadas. Talvez o facto de no momento da realização do segundo momento do questionário, a professora estagiária encontrava-se a lecionar uma matéria que não se sentia à vontade e confiante.

É também de grande importância lembrar que entre estes dois momentos de aplicação dos questionários existiu ensino em regime online que fez com que também para a professora estagiária fosse mais complicado manter um processo evolutivo no que se trata a esta dimensão, pois a interação com a turma foi alterada radicalmente e estratégias tais como: utilização de mais questionamento direto e indireto, utilização de material de apoio ao longo da aula, etc, estavam prevista de serem implementadas e não foi possível serem implementadas da forma mais adequada.

Por outro lado, no caso da questão trinta verificou-se uma subida da perceção sobre a intervenção pedagógica da estagiária, por parte da professora orientadora, justificando-se com a medidas adotadas (Realização de ligação das mateiras realizando resumos no início e final das aulas; Realização de mais questionamento).

No caso da média geral obtida por parte da professora estagiária verificou-se mais uma descida. Esta mais uma vez justificada pela falta de experiência no momento inicial fazendo com que se sobrevalorizasse, alterando assim um pouco a sua opinião no M2,

ficando mais próxima da opinião da professora orientadora, mas mesmo assim verificando-se uma diferença relevante.

Na Tabela 3, estão expostos os resultados obtidos na análise dos dados da percepção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora no M1 e M2, relativos à Dimensão Disciplina.

Tabela 4 - Dimensão Disciplina: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.

Dimensão Disciplina	1ª Momento (M1)				2ª Momento (M2)				Sig. (p≤0,05) Alunos M1 vs alunos M2
	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	
Afirmações	Média	SD	Valor	Valor	Média	SD	Valor	Valor	
7. O professor nas aulas de Educação Física mantém a turma controlada.	4,04	0,720	4	3	4,04	0,774	3	3	1
14.O professor nas aulas de Educação Física é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.	4,15	0,675	4	4	4,27	0,533	4	4	0,509
23. O professor nas aulas de Educação Física por vezes, permite comportamentos de indisciplina.	3,58	1,137	5	5	2,65	1,441	5	5	0,390
28. O professor nas aulas de Educação Física previne comportamentos de indisciplina.	3,88	1,033	5	4	3,35	1,441	4	4	0,644
Média geral da Dimensão Disciplina:	3,91		4,50	4,00	3,58		4,00	4,00	

Legenda: *p≤0,05, SD – Desvio Padrão

Ao realizar a análise da Tabela 3, verificamos que na Dimensão Disciplina não existiram diferenças significativas. Verificamos também que na questão sete não existiu qualquer tipo de alteração do M1 para o M2.

No que se refere à média da dimensão entre os dois momentos conseguimos perceber que este valor desceu no que se trata à opinião dos alunos. Ao analisar os questionários verificou-se que os alunos no M2 os realizaram de uma forma menos atenta, pois ao analisarmos a questão sete e vinte e três conseguimos verificar que os alunos se contradizem. Já que obtém uma média de 4,04 quando se trata de o professor manter a turma controlada e logo de seguida na questão vinte e três obtém-se uma média de 2,65 no que se trata a não permitir comportamentos de indisciplina. Esta falta de atenção nas respostas dos alunos dificulta retirar elações sobre a intervenção pedagógica da professora estagiária, pois as questões estão feitas na negativa fazendo com que os alunos ao estarem um pouco mais distraídos pensem estar a dar uma cotação e na verdade estão a dar exatamente a contrária.

No caso da média obtida por parte da professora estagiária verificou-se mais uma descida. Esta mais uma vez justificada pela falta de experiência no momento inicial fazendo com que se sobrevalorizasse, alterando assim um pouco a sua opinião no M2, ficando assim em maior concordância com a professora orientadora, esta última que não realizou nenhuma alteração na sua opinião do M1 para M2 nesta dimensão.

Na Tabela 4, estão apresentados os resultados obtidos na análise dos dados da percepção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora no M1 e M2, relativos à Dimensão Avaliação.

Tabela 5 - Dimensão Avaliação: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário

Dimensão Avaliação	1ª Momento (M1)				2ª Momento (M2)				Sig. ($p \leq 0,05$) Alunos M1 vs alunos M2
	Alunos	Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos	Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos	Prof. ^a Estagiário	
Afirmações	Média	SD	Valor	Valor	Média	SD	Valor	Valor	
8. O professor nas aulas de Educação Física informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.	4,54	0,582	4	3	4,12	0,766	4	3	0,270
15. O professor nas aulas de Educação Física é justo nas avaliações.	4,54	0,508	4	4	4,27	0,533	4	4	0,071
31. O professor nas aulas de Educação Física utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	3,54	0,948	4	2	3,77	0,765	2	2	0,227
32. O professor nas aulas de Educação Física apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	3,69	0,928	3	2	4,08	0,796	3	2	0,106
33. O professor nas aulas de Educação Física foca a sua avaliação nas matérias dadas.	4,27	0,604	5	5	4,23	0,710	5	5	0,796
41. O professor nas aulas de Educação Física corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.	4,00	1,095	4	4	4,00	1,058	4	4	0,923
Média geral da Dimensão Avaliação:	4,10	-	4,00	3,33	4,08	-	3,67	3,33	-

Legenda: SD – * $p \leq 0,05$, SD – Desvio Padrão

Ao realizar a análise da Tabela 4 verificamos que na Dimensão Avaliação não existiram diferenças significativas tal como alterações significativas nas médias por parte de todos os envolvidos. Mais uma vez verifica-se uma descida da média geral por parte da professora estagiária, aproximando-se, também mais uma vez, do valor da professora orientadora. Neste caso mais uma vez percebemos que no primeiro momento de aplicação do questionário a inexperiência da professora estagiária teve o efeito de se sobrevalorizar, pois nesse momento ainda não tinha sido realizada avaliações levando-a a responder numa ótica do que acharia que seria relativamente a esta dimensão.

Na tabela 5, estão expostos os resultados obtidos na análise dos dados da percepção dos alunos, da professora estagiária e da professora orientadora no M1 e M2, relativos à Dimensão Relação Pedagógica.

Tabela 6 - Dimensão Relação Pedagógica: Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos e da professora estagiária no 1º e 2º momentos de aplicação do questionário.

Dimensão Relação Pedagógica	1ª Momento (M1)				2ª Momento (M2)				Sig. (p≤0,05) Alunos M1 vs alunos M2
	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	Alunos		Prof. ^a Estagiário	Prof. ^a Orientadora	
Afirmações	Média	SD	Valor	Valor	Média	SD	Valor	Valor	
9. O professor nas aulas de Educação Física dá ritmo e entusiasmo às aulas.	4,04	0,662	5	3	4,62	0,571	5	3	0,005*
11. O professor nas aulas de Educação Física aceita as novas ideias dos alunos.	3,23	0,951	4	2	3,69	0,884	3	3	0,527
16. O professor nas aulas de Educação Física por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.	3,85	1,008	5	5	3,85	1,008	5	5	1
17. O professor nas aulas de Educação Física encoraja os alunos.	3,77	0,587	5	4	4,15	0,834	5	4	0,920
18. O professor nas aulas de Educação Física dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	3,81	0,694	4	4	4,15	0,732	4	4	0,200
19. O professor nas aulas de Educação Física estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	4,15	0,784	5	4	4,23	0,587	5	4	0,635
20. O professor nas aulas de Educação Física estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	3,46	0,647	5	3	3,62	0,752	3	3	0,415
22. O professor nas aulas de Educação Física relaciona-se muito bem com os alunos.	4,42	0,703	5	3	4,69	0,471	5	4	0,520
24. O professor nas aulas de Educação Física estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.	4,19	0,849	5	5	4,42	0,580	5	5	0,390
27. O professor nas aulas de Educação Física preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	4,31	0,736	5	5	4,46	0,706	5	5	0,248
36. O professor nas aulas de Educação Física trata os alunos com respeito.	4,73	0,533	5	4	4,81	0,402	5	4	0,414
42. O professor nas aulas de Educação Física mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.	4,12	0,864	5	4	4,62	0,637	5	5	0,015*
43. O professor nas aulas de Educação Física motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).	4,27	0,918	3	2	4,42	0,643	2	2	0,475
Média geral da Dimensão Relação Pedagógica:	4,03	-	4,69	3,69	4,29	-	4,38	3,92	-

Legenda: *p≤0,05, SD – Desvio Padrão

Ao realizar a análise da tabela 5, verificamos que na Dimensão Relação Pedagógica existem diferenças significativas na questão um e quarenta e dois. Tanto no caso da questão número um como da questão quarenta e dois o que ajudou na melhoria da percepção dos alunos relativamente à intervenção pedagógica da professora estagiária foi as aulas lecionadas no regime online, pois vivenciaram momentos com a professora estagiária que até ao momento não tinham sido possíveis. Momentos estes onde mesmo estando fisicamente distantes existiu um ganho de proximidade relacional, também devido ao facto de entre os dois momentos de aplicação do questionário terem sido lecionadas matérias onde os alunos tinham maiores dificuldades.

Relativamente às médias da dimensão conseguimos verificar que apenas a da professora estagiária diminuiu nesta dimensão.

Gráfico de Perfil

No gráfico 1 estão apresentados os valores globais por dimensão, valores dos alunos, valores da professora estagiária e da professora orientadora. Estes valores são referentes ao primeiro momento de aplicação dos questionários.

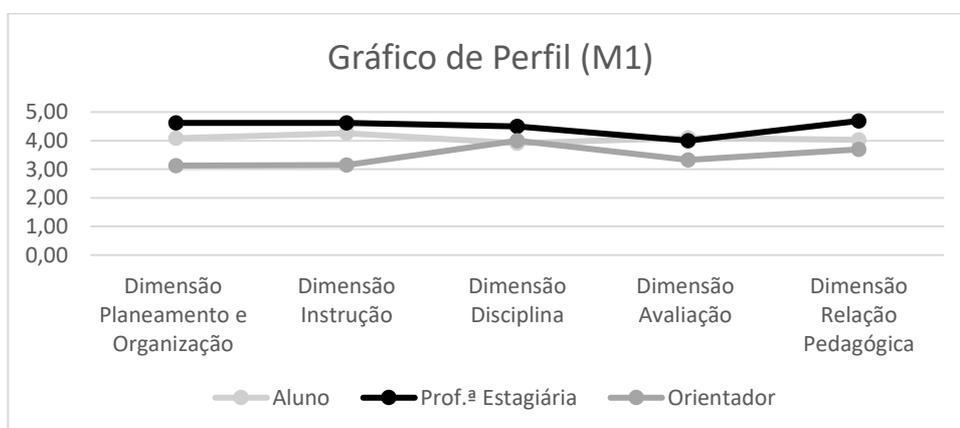


Gráfico 1 - Percepção dos alunos, da orientadora e do prof. estagiário, relativamente às várias dimensões do processo de Ensino-Aprendizagem em Educação Física no M1.

No Gráfico 2 estão apresentados os valores globais por dimensão, valores dos alunos, valores da professora estagiária e da professora orientadora. Estes valores são referentes ao segundo momento de aplicação dos questionários.

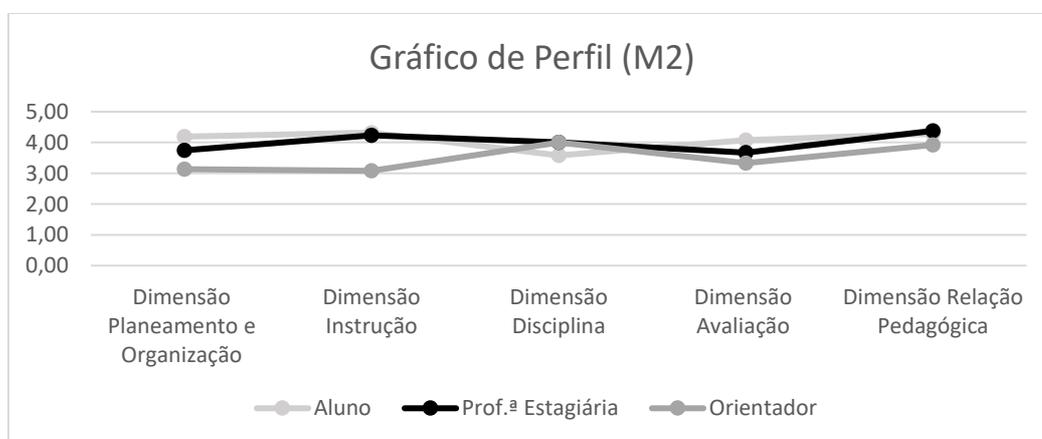


Gráfico 2 - Percepção dos alunos, da orientadora e do prof. estagiário, relativamente às várias dimensões do processo de Ensino-Aprendizagem em Educação Física no M2.

Ao analisarmos os Gráficos de Perfil conseguimos verificar que existiu uma aproximação de alguns valores.

Na Dimensão Planeamento e Organização verificou-se uma descida no que se trata aos valores da a Estagiária, fazendo com que não existisse um intervalo de cotações tao elevado. Esta alteração verificou-se devido a uma melhor autoavaliação por parte da mesma.

No que se trata à Dimensão Intervenção, verificou-se uma maior aproximação na perceção dos alunos e da Estagiária existindo ainda uma grande discrepância relativamente à Orientadora. Estes resultados justificam-se devido à existência de uma maior experiência por parte da Orientadora.

A Dimensão Disciplina verificou alterações no que trata a perceção por parte da Estagiária existindo uma cotação igual à da Orientadora. Neste caso, mais uma vez verifica-se uma alteração da autoavaliação da Estagiária, desenvolvida com o aumento de experiência.

Relativamente à Dimensão Avaliação, a maior diferença verifica-se na perceção por parte da Estagiária. Este caso pode se justificar, mais uma vez de inexperiência, pois o quando foi aplicado o primeiro momento dos questionários a Estagiária não tinha realizado nenhum tipo de avaliação.

No caso da Dimensão Relação Pedagógica, existiu um aumento por parte dos alunos e orientadora, e uma descida por parte da estagiária, comparando o primeiro com o segundo momento de aplicação. Estas alterações deveram-se a uma maior conciliação por todas as partes. Esta perceção foi sendo mais aprimorada com o aumento de conhecimento relativamente a dos os envolvidos no estudo.

Conclusões

A realização de este estudo permitiu-nos analisar as perceções de todos os indivíduos envolvidos no processo Ensino-Aprendizagem (alunos, professora estagiária e professora orientadora). Assim, ao analisar as 5 dimensões, conseguimos verificar que apenas em duas das cinco dimensões, Relação Pedagógica e Planeamento Organizacionais existiram diferenças significativas antes e após a implementação das estratégias de intervenção pedagógica.

O Ensino à distância foi um dos grandes influenciadores dos resultados do nosso estudo. Ajudou a melhorar algumas categorias como Planejamento e Organização e Relação Pedagógica, mas acabou por prejudicar o desenvolvimento de outras como a Disciplina.

Este estudo tornou-se uma ferramenta importante para conseguirmos realizar uma análise do que os alunos e a professora orientadora observavam da nossa prestação pedagógica e realizar uma introspectiva de forma a identificarmos assim o que deveríamos melhorar, aplicando estratégias.

Durante este estudo, verificou-se algumas limitações tais como: a construção gramatical do questionário não se enquadrava com a faixa etária da população em estudo, o regime de E@D veio dificultar também a credibilidade do estudo em questão.

Para futuras investigações, sugere-se que a amostra seja significativamente mais elevada.

Referências

Barbosa, A. J., Campos, R. A., & Valentim, T. A. (2007). *Diversidade em sala de aula: um estudo exploratório sobre a relação professor-aluno* [CD-ROM]. In Anais do 8º Congresso Nacional de Psicologia Escolar e Educacional, São João Del Rei: Universidade Federal de São João Del Rei, pp. 15-101.

Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. (20.º ed) São Paulo: Paz e Terra, pp. 43.

McCaughtry, N., Tischler, A. & Flory, S. (2008). *The Ecology of the Gym: Reconceptualized and Extended*. Quest, (Vol. 60, n.2), pp 268-289.

Onofre, M. (1995). *Prioridades de Formação Didática em Educação Física*. Em Boletim SPEF, nº12 Inverno de 1995. (pp. 75–97). Lisboa: Edições FMH

Onofre, M. (1996). *A supervisão pedagógica no contexto da formação didática em Educação Física*. In Formação de professores de Educação Física. Conceções, investigação, prática. (pp. 75–118). Lisboa: Edições FMH.

Ribeiro-Silva (2017). *Qualidade da Intervenção Pedagógica na Perspetiva do Professor e do Aluno*. Revista Practicum, V2(2), 18-31.

Ribeiro da Silva. E.M (2017). *Calidad de la intervención pedagógica en el aula, en la perspectiva del profesorado y del alumnado*. Revista Prácticum, Vol 2(2) pp.18-31. ISSN 2530-4550.

Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education*. (2ª ed.). Palo Alto: Mayfield Publishing Company.

Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Colección Educación Física. (2.ª ed). Barcelona: INDE Publicaciones, pp. 38-48.

Legislação Consultada

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

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao terminar o estágio pedagógico, fica um sentimento de missão cumprida. Os dez meses vividos nesta experiência tornaram-se bastante desafiadores e bastante enriquecedores tanto a nível pessoal como profissional.

Verificou-se uma evolução exponencial em todo o percurso e uma maior facilidade em gerir as mais variadas situações existentes em ambiente escolar.

O E@D, sem dúvida alguma foi um momento de superação, onde vimos as nossas capacidades de adaptação postas à prova a um nível bastante elevado.

As atividades de assessoria e de organização de eventos foram momentos bastante marcantes durante este EP. A assessoria devido ao facto de aprender a lidar com situações menos agradáveis e por outro lado, na organização de eventos, sentir uma satisfação enorme pois verificámos que conseguimos fazer diferença na vida da comunidade escolar levando-lhes alegria.

Importa também realçar que o EP não foi apenas preenchido por bons momentos. Durante este existiram altos e baixos que nos fizeram pôr em causa se estávamos no percurso correto, mas com a ajuda de todos os envolvidos conseguimos recarregar baterias dia após dia.

Os nossos primeiros alunos ficarão para sempre na nossa memória, pois foram os que nos fizeram evoluir o que nos cria um sentimento de nostalgia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS GERAIS

- Bañuelos, F. (1992). *Didáctica de la educación física y el deporte*. 2ª ed. Madrid: Gymnos.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física* (2ª ed., Vol. 14). Lisboa: Livros Horizonte
- Bento, J. O. (2003). *Elaboração do Plano anual*. In *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J.O. (1987). *Desporto: matéria de ensino*. Lisboa: Caminho.
- Boavista, C. & Sousa, Ó. (2013). *O Diretor de Turma: perfil e competências*. Revista Lusófona de Educação, 77-93.
- 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.
- Jacinto, J., Cravalho, L., Comédias, J., & Mira, J., (2001). *Programa Nacional de Educação Física* (Reajustamento) 3º Ciclo do Ensino Básico. Ministério da Educação, Portugal.
- Ministério da Educação. (2001). *Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo*. Lisboa: Ministério da Educação Retrieved from <https://www.dge.mec.pt/educacao-fisica>
- Nobre, P. (2015). *Avaliação das aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos* (Tese de Doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto de Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal).
- Piéron, M. (1996). *Formação de Professores. Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógicas* (Tese de Doutoramento, Faculdade de Motricidade Humana. Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, Portugal)
- Piéron, M. (1999). *El Profesor. Em Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas* (pp. 105-166). Barcelona: INDE.
- Quina, J. (2019). *A organização do processo de ensino em Educação Física*. (Vol. 91). Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield: Palo Alto.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educación física. La técnicas y las estrategias de disciplina*. Barcelona: INDE.

Siedentop, D., & Eldar, E. (1989). *Expertise, Experience and Effectiveness*. In: *Journal of Teaching Physical Education*, 8:254-260.

Silva, E., Fachada, M., & Nobre, P. (2019). *Prática pedagógica supervisionada em Educação Física III- 2019/2020*. Edição: Mestrado em Ensino e Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Universidade de Coimbra.

Legislação Consultada

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

Decreto-Lei n.º 55/20018 de 06 de julho. Diário da República n.º 129/2018, Série I de 2018.

ANEXOS

Anexo I- Questionário de Caracterização da Turma

Questionário Educação Física 9ºH

Olá a todos(as)!
Como falámos na aula, está aqui o questionário para vocês preencherem!
Têm de ser sinceros nas respostas :-)
Bom trabalho ✨

1. Nome Completo *

2. Data de Nascimento *

3. Idade *

- 11
 12
 13
 14
 15
 16
 17
 18

4. Género *

- Feminino
 Masculino

5. Tiveste Expressão Físico-Motora no 1º ciclo? *

- Sim
 Não

6. Qual foi a classificação final que obtiveste no ano passado a Educação Física? *

- 2
 3
 4
 5

7. No ano passado participaste no Desporto Escolar? *

- Sim
 Não

8. Se sim, em qual núcleo (desporto)? *

9. O que é que gostas menos nas aulas de Educação Física? *

10. Quais são as modalidades que menos gostas de praticar na aula de Educação Física? *

- Corfebol
 Atletismo
 Dança
 Ginástica de Aparelhos
 Ginástica Acrobática
 Ginástica Solo
 Badminton
 Basquetebol
 Andebol
 Voleibol
 Futebol
 Outra

11. O que é que gostas mais nas aulas de Educação Física? *

12. Quais são as modalidades que mais gostas de praticar na aula de Educação Física? *

- Corfebol
 Atletismo
 Dança
 Ginástica de Aparelhos
 Ginástica Acrobática
 Ginástica Solo
 Badminton
 Basquetebol
 Andebol
 Voleibol
 Futebol
 Outra

13. Na tua opinião, qual é a utilidade da Educação Física na escola? *

- Melhorar a Coordenação Motora e o Equilíbrio
 Promover o entusiasmo
 Melhorar a autoconfiança
 Melhorar a Condição Física
 Aprender novas modalidades
 Controlar o peso
 Melhorar a saúde
 Outra

14. Por dia, quantas horas passas a ver televisão? *

- Menos de 1 hora
 Entre 1 a 2 horas
 Entre 2 a 3 horas
 Mais de 3 horas

15. Por dia, quantas horas passas no computador? *

- Menos de 1 hora
 Entre 1 a 2 horas
 Entre 2 a 3 horas
 Mais de 3 horas

16. Em média, quantas horas por semana realizas atividade física? *

- Menos de 2 horas
- Entre 2 a 4 horas
- Entre 4 a 6 horas
- Mais de 6 horas

17. Para além da escola, quantas vezes por semana realizas atividade física, durante 60 minutos? *

- Nenhuma
- 1 vez por semana
- Entre 2 a 3 vezes por semana
- Mais de 3 vezes por semana

18. Fora do contexto escolar, praticas algum desporto em algum clube/instituição desportiva? *

- Sim
- Não

19. Se sim, em qual? *

Insira sua resposta

20. Quantas vezes por semana? *

- 1 vez por semana
- 2 a 3 vezes por semana
- Mais de 3 vezes por semana

21. Há quanta tempo praticas esse desporto? *

Insira sua resposta

22. Já participaste em competições desportivas? *

- Sim
- Não

23. Para além do desporto que praticas na atualidade, já praticaste outra modalidade? *

- Sim
- Não
- Não pratico Desporto

24. Se sim, qual? *

Insira sua resposta

Anexo II- Plano de Anual

2020	Setembro	Dia	1	2	3	4		7	8	9	10	11		14	15	16	17	18		19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
	Espaços																								Pav.											
	Unidade de Ensino																						Avaliação Inicial													
	Etapa																						Etapa 1													
Outubro	Dia			1	2	3	4		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Espaços																								J		D								A		
Unidade de Ensino																						Avaliação Inicial														
Etapa																						Etapa 1														
Novembro	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Unidade de Ensino 1														
Etapa																						Etapa 2														
Dezembro	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Unidade de Ensino 2														
Etapa																						Etapa 2														
2021	Janeiro	Dia																																		
	Espaços																																			
	Unidade de Ensino																					Unidade de Ensino 1														
	Etapa																					Etapa 3														
Fevereiro	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Unidade de Ensino 1														
Etapa																						Etapa 4														
Março	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Unidade de Ensino 2														
Etapa																						Etapa 4														
Abril	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Todas as matérias														
Etapa																						Etapa 5														
Maior	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Todas as Matérias														
Etapa																						Etapa 5														
Junho	Dia																																			
Espaços																																				
Unidade de Ensino																						Todas as Matérias														
Etapa																						Etapa 5														

Etapa 2						
Unidade de Ensino 1						
Badminton						
Andebol						
Futebol						
Unidade de Ensino 2						
Dança Tradicional						
Dança Aeróbica						
Basquetebol						
Ginástica de Solo						
Ginástica de Aparelhos						
Atletismo Velocidade						
Atletismo salto em altura						

Etapa 3						
Unidade de Ensino 1						
Ginástica de Solo						
Ginástica de Aparelhos						
Danças Sociais						
Atletismo Lançamento do Peso						
Basquetebol						
Voleibol						
Unidade de Ensino 2						
Futebol						
Voleibol						
Andebol						
Badminton						
Ginástica de Solo						
Atletismo Salto em comprimento						
FITESCOLA						

Etapa 4						
Unidade de Ensino 1						
Futebol						
Basquetebol						
Andebol						
Atletismo Velocidade						
Atletismo Lançamento do Peso						
Atletismo Salto em Altura						
Ginástica de Aparelhos						

Unidade de Ensino 2						
Volei						
Badminton						
Ginastica de Solo						
Dança						

Etapa 5																		
Todas as Matérias																		
	Aula 1	Aula 2	Aula 3	Aula 4	Aula 5	Aula 6	Aula 7	Aula 8	Aula 9	Aula 10	Aula 11	Aula 12	Aula 13	Aula 14	Aula 15	Aula 16	Aula 17	Aula 18
Orientação																		
Badminton																		
Andebol																		
Futebol																		
Dança Tradicional																		
Dança Aeróbica																		
Basquetebol																		
Ginástica de Solo																		
Ginástica de Aparelhos																		
Atletismo Velocidade																		
Atletismo salto em altura																		
Danças Sociais																		
Atletismo Lançamento do Peso																		
Voleibol																		
FITESCOLA																		

Anexo IV- Estrutura do Plano de Aula

Plano Aula			
Professor:		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Semestre:	Local/Espaço:	Duração da aula:
Nº da aula:	Etapa: / Aula:	U.E.: / Aula:	Aula/matéria:
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Sumário:			

Tempo		Objetivos Específicos	Descrição da Tarefa/ Estratégia de Organização	Objetivos Operacionais	Componentes Críticas
T	P				
Parte Inicial da Aula					
Parte Fundamental da Aula					
Parte Final da Aula					

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

Anexo V- Estrutura do Relatório de Aula

Reflexão Crítica / Relatório da Aula:
<u>Planeamento da aula</u> (de que modo o plano influenciou positiva e negativamente o alcance dos objetivos da aula e a intervenção do professor)
<u>Instrução:</u> <u>Gestão:</u> <u>Clima:</u> <u>Disciplina:</u>
<u>Resultados da avaliação formativa:</u>
<u>Decisões de ajustamento:</u> <ul style="list-style-type: none">•
<u>Aspetos positivos mais salientes:</u> <ul style="list-style-type: none">•
<u>Oportunidades de melhoria:</u> <ul style="list-style-type: none">•

Anexo VI - Critérios de Avaliação Grupo Disciplinar de EF do AEJE



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS JOSÉ ESTÊVÃO

Departamento de Educação Física, Artes e Tecnologias, Educação Especial

**EDUCAÇÃO FÍSICA – ENSINO BÁSICO – 3º CICLO
CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO
2019/2020**

A avaliação na disciplina de Educação Física no 3º ciclo do ensino básico do ensino regular é alicerçada em 3 áreas:



A atribuição de nível 3 ou superior, implica obrigatoriamente e cumulativamente, o **desempenho de nível 3** ou superior, nas atividades físicas e ainda **aptidão** nas restantes áreas de avaliação - aptidão física e conhecimentos.

NÍVEL	ATIVIDADES FÍSICAS		APTIDÃO FÍSICA	CONHECIMENTOS
Insucesso ≤ 2	+	-	Não apto	Não apto
	+	-	Apto	Não apto
	+	-	Não apto	Apto
	-		Apto	Apto
Sucesso ≥ 3	+		Apto	Apto

+ nível igual ou superior a três de acordo com os referenciais de avaliação das atividades físicas
- nível inferior a três de acordo com os referenciais de avaliação das atividades físicas

Serão consideradas para a avaliação, **as melhores matérias de cada aluno em cada subárea**, de acordo com os preceitos dos Programas Nacionais de Educação Física e das Aprendizagens Essenciais de Educação Física (AEEF) referentes ao Ensino Básico.

ÁREAS	AVALIAÇÃO – DESCRITORES E CRITÉRIOS	INSTRUMENTOS E ESPECIFICAÇÃO DA AVALIAÇÃO
ATIVIDADES FÍSICAS	NÍVEL INTRODUÇÃO: o aluno alcança todos os conteúdos do nível introdutório. *	INSTRUMENTOS: observação sistemática dos elementos técnico e táticos (em exercício, prova, composição ou jogo), registada em grelhas. É obrigatória pelo menos uma observação por período e por matéria lecionada. A CLASSIFICAÇÃO FINAL: resulta dos níveis de desempenho do aluno em cada uma das matérias lecionadas até ao termo de cada período, em conjugação com o desempenho do aluno nas restantes áreas
	NÍVEL ELEMENTAR: o aluno alcança todos os conteúdos do nível introdutório + nível elementar. *	
	NÍVEL AVANÇADO: o aluno alcança todos os conteúdos do nível introdutório + nível elementar + nível avançado.*	

*referencia aos conteúdos que caracterizam cada nível, nas diferentes matérias, nas aprendizagens essenciais e nos Programas Nacionais de Educação Física para o ensino básico.

ÁREAS	AVALIAÇÃO – DESCRITORES E CRITÉRIOS	INSTRUMENTOS E ESPECIFICAÇÃO DA AVALIAÇÃO
APTIDÃO FÍSICA	Não apto: o aluno não atinge os objetivos de aptidão física estabelecidos para o ano de escolaridade por idade e género.	INSTRUMENTOS: recolha dos dados quantitativos do desempenho dos alunos na bateria de testes do <i>Fitescola</i> , aplicados pelo menos, no 1º e 3º períodos. A CLASSIFICAÇÃO FINAL (Apto/Não apto): resulta da aferição da «Zona Saudável de Aptidão Física» nos testes do <i>Fitescola</i> , estabelecidos por ano de escolaridade.
	Apto: o aluno atinge os objetivos de aptidão física estabelecidos para o ano de escolaridade por idade e género.	

ÁREAS	AVALIAÇÃO – DESCRITORES E CRITÉRIOS	INSTRUMENTOS E ESPECIFICAÇÃO DA AVALIAÇÃO
CONHECIMENTOS	Não apto: a média dos instrumentos de avaliação é inferior a 50%	INSTRUMENTOS: Realização/participação de/em trabalho de grupo, escrito/prático na disciplina de educação física ou no âmbito do D.A.C. (Domínio da autonomia curricular) e realização positiva da vertente prática/apresentação de grupo. A CLASSIFICAÇÃO FINAL (Apto/Não apto): resulta da avaliação do desempenho dos alunos no trabalho de equipa (Processo, Produto, auto e heteroavaliação).
	Apto: a média dos instrumentos de avaliação é igual ou superior a 50%	

ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS

VER QUADRO DE PLANIFICAÇÕES

* Não havendo material necessário para lecionar a matéria, o professor deverá substituir por uma matéria da SubÁrea “Outras”.

No 3º ciclo, as matérias são selecionadas, para efeitos de avaliação, de acordo com o seguinte quadro:

7º ANO	8º ANO
5 melhores matérias de cada aluno	6 melhores matérias de cada aluno
1 JDC + 1 Gin + 3 matérias de diferentes subáreas	1 JDC + 1 Gin + 4 matérias de diferentes subáreas

SUCESSO	5 NIVEIS INTRODUÇÃO	6 NIVEIS INTRODUÇÃO
---------	---------------------	---------------------

O número de matérias avaliadas com um nível de competência “Introdução” (I) ou superior (“Elementar” e “Avançado”) determinam a classificação no 3º ciclo na **área das atividades físicas**:

3.º ciclo	1	2	3	4	5
7.º	≤ 3I	4I	5I	6I	5I 1E
8.º	≤ 4I	5I	6I	5I 1E	4I 2E

DESCRITORES TRANSVERSAIS A atribuição de nível “Introdução” numa matéria implica que o aluno cumpra os seguintes requisitos comuns a todas as áreas: “(1) Relacionando-se cordialmente e com respeito (...); (2) Aceitando o apoio dos companheiros (...); (4) Cooperando nas situações de aprendizagem e organização (...)”. in PNEF.

ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA

CAPACIDADES MOTORAS		TESTES - FITESCOLA	7º	8º
APTIDÃO AERÓBIA	RESISTÊNCIA	Vaivém	●	●
		Milha (condições clínicas)		
APTIDÃO NEUROMUSCULAR	FORÇA	Abdominais	●	●
		Flexões de Braços	●	●
		Impulsão Horizontal	●	●
	VELOCIDADE	Velocidade 40 m	●	●
	FLEXIBILIDADE	Flexibilidade dos Ombros	●	●

		Flexibilidade dos membros inferiores	●	●
COMPOSIÇÃO CORPORAL		Índice de massa corporal	□	□
		Perímetro da cintura	□	□

● – realizar / avaliar □ – realizar / não avaliar

A obtenção de sucesso afere-se pela «Zona Saudável de Aptidão Física - ZNAF» de acordo com o protocolo Fitescola®, por idade e género.

	7º ANO	8º ANO
APTO	4 testes ZSAF	4 testes ZSAF
	Sucesso obrigatório no teste de Aptidão Aeróbia	

Resultado expresso em Apto ou Não Apto

Os alunos que apresentem valores de Índice de Massa Corporal (IMC) fora da zona saudável:

- O professor de Educação Física informa o Diretor de Turma e o Coordenador do Gabinete de Educação para a Saúde;
- O Diretor de Turma informa o Encarregado de Educação, no sentido do encaminhamento do aluno para um programa de controlo e gestão de peso articulado com o médico de família / centro de saúde.
- O professor de Educação Física encaminha para atividade do Desporto escolar na perspetiva de proporcionar/aumentar a prática desportiva regular.

ÁREA DOS CONHECIMENTOS

3.º ciclo	temas
7.º	Relação entre aptidão física e saúde Benefícios do exercício físico para a saúde Dimensão sociocultural do desporto: Jogos Olímpicos e Paralímpicos
8.º	Alterações do organismo ao esforço Adaptações do organismo à atividade física Diferenças entre Educação Física e Desporto

Os temas propostos para cada ano de escolaridade devem ser tratados e avaliados na dinâmica de **trabalho de equipa**.

A aplicação deste instrumento deve ocorrer, no mínimo, uma vez por período. O resultado é expresso em APTO ou NÃO APTO, devendo o aluno atingir pelo menos 50% da nota final para ser considerado APTO.

ALUNOS COM ATESTADO MÉDICO

O aluno que tenha atestado médico, de longa duração, será avaliado de forma diferenciada. Assim, utilizar-se-ão as tabelas aprovadas para os 7^º e 8^º anos de escolaridade, em que o aluno de atestado terá de obter a mesma conjugação de níveis que um aluno regular. Ao estar impossibilitado de realizar a componente prática da disciplina, o aluno, para além da área dos **Conhecimentos**, deve ser avaliado teoricamente nas **Atividades físicas** e **Aptidão física**, de forma a obter um nível de desempenho.

Exemplo de tarefas teóricas a aplicar: trabalhos escritos, apresentações, fichas de trabalho ou relatórios.

Em termos de classificação das **Atividades Físicas** o aluno de atestado médico pode obter a seguinte equivalência:

Não Satisfaz (nível 1 e 2) » *Não Introdutório*;

Satisfaz (nível 3) » *Introdutório*;

Satisfaz Bem (nível 4) » *Elementar*;

Satisfaz muito bem (nível 5) » *Avançado*.

Na avaliação teórica da **aptidão física** (ex: trabalhos escritos, apresentações, fichas de trabalho, relatórios...) o aluno de atestado médico obtém o resultado “apto” ou “não apto”.

É importante realçar que podem existir atestados médicos que recomendem a prática de atividade física, como forma de beneficiar a recuperação do aluno, e que a prestação do aluno é tida em linha de conta para respetiva classificação. No caso dos alunos que só podem realizar parcialmente a componente prática das matérias de educação física, aplicam-se os mesmos critérios de avaliação teóricos e sempre que possível os critérios de avaliação práticos, adaptando o tipo de avaliação à contingência do momento.

Havendo elementos morfológicos (alunos fora da zona saudável do IMC) que limitem a aptidão, o aluno é considerado apto se, em simultâneo, estiver a ser acompanhado por serviços de saúde e melhorar os seus resultados em cada momento de avaliação.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE JOSÉ ESTÊVÃO

ANO LETIVO 2019/2020

**PROTOCOLO
DE
AVALIAÇÃO INICIAL**

Introdução

O processo de avaliação, nas suas vertentes diagnóstica e prognóstica, assume particular importância no processo de ensino-aprendizagem, pelo facto de constituir um instrumento de extrema utilidade na aferição dos diferentes níveis de prática e no conhecimento específico de cada aluno.

Neste sentido, tornar-se-á relevante apresentar os objetivos da Avaliação Inicial:

- Avaliar o nível inicial dos alunos no conjunto de matérias;
- Identificar alunos críticos por matéria e matérias prioritárias, bem como aspetos críticos no tratamento de cada matéria (formas de organização, questões de segurança, formação de grupos, etc.);
- Definir as grandes etapas do ano letivo;
- Recolher informação para definição de prioridades de desenvolvimento (objetivos) para a etapa seguinte;
- Obter informação para em grupo, elaborar ou reformular o plano plurianual, estabelecendo metas por ano e definindo objetivos mínimos.

No seguimento destes objetivos, deverão ter-se em atenção as seguintes indicações metodológicas:

- As situações de avaliação inicial devem ser entendidas como verdadeiras situações de aprendizagem;
- O professor deve acompanhar as situações dando *feedbacks* de forma a corrigir as execuções dos alunos;
- As opções tomadas em função da avaliação inicial não são definitivas.

Metodologia

Os alunos serão submetidos a diferentes situações práticas, de forma a facilitar a Avaliação Inicial, com o objetivo de verificar a sua condição física e os diferentes comportamentos técnico-táticos, numa abordagem que deverá contemplar todas as matérias que serão lecionadas ao longo do ano letivo.

Cada situação de exercício pretende verificar o cumprimento de um conjunto de critérios correspondente a cada um dos níveis de especificação das matérias. Sendo assim:



Figura 1 – Avaliação diagnóstica numa situação de exercício

Para o nível avançado não se propõe avaliação inicial. Considera-se que, um aluno que cumpra o nível Introdutório e nível Elementar está apto a trabalhar no nível Avançado, não sendo necessária a sua observação para prognosticar o trabalho a desenvolver ao longo do ano.

Métodos de Registo

De modo a facilitar a identificação do aluno com o nível em que este se encontra na avaliação das diferentes modalidades, para cada situação existe um determinado número de conteúdos técnico/táticas. Estes são ou não cumpridos, o que é verificado pela realização ou não das componentes críticas que lhe correspondem. Assim, somente se todos as componentes críticas forem cumpridas pelos alunos, o conteúdo é verificado. Por exemplo:

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
MANCHETE	<ul style="list-style-type: none"> - efetua a extensão completa dos braços - contacta a bola nos antebraços - não eleva os braços acima da linha dos ombros - efetua a flexão / extensão dos membros inferiores

Tabela 2 – Exemplo de critérios para ação técnica

O conteúdo *Manchete* só é verificada caso as quatro componentes críticas que lhe correspondem sejam verificadas na execução do aluno. Para cada conteúdo utiliza-se o seguinte sistema de notação:

- 0- Não tenta/recusa-se a ser avaliado
- 1- Não executa qualquer componente crítica
- 2- Executa pelo menos uma componente crítica
- 3- Executa todas as componentes críticas

Para que o aluno se encontre em determinado nível é necessário que ele cumpra todas as componentes críticas que lhe são correspondentes (notação 3). Neste caso, será também avaliado na situação B.

VOLEIBOL								
			SITUAÇÃO A		SITUAÇÃO B			
			Nível Introdutório		Nível Elementar			
Nº	NOME	NÍVEL	MANCHETE	PASSE	SERVIÇO POR BAIXO	RECEÇÃO	PASSE COLOCADO	REMATE EM APOIO
1	António	I	3	3	3	2	1	0

Tabela 3 – Exemplo 1 do método de registo

Ao observar a tabela anterior verifica-se que o aluno cumpre todas as componentes críticas de todos os conteúdos avaliados no Nível Introdutório e apenas um no Nível Elementar. Como tal, o aluno encontra-se no Nível Introdutório.

Métodos de Aplicação

Cada aluno será avaliado nas diferentes situações práticas tendo em conta as condições de realização assim definidas. Mesmo em situação coletiva, os alunos serão observados e avaliados pela qualidade das suas execuções individuais.

O nível inicial identificado por este protocolo corresponde ao nível em que o aluno se encontra, pelo que os objetivos terminais a trabalhar no ano serão os correspondentes ao nível acima designado no PNEF.

Avaliação das Atividades Físicas e Desportivas

JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS

- **FUTEBOL**
- **VOLEIBOL**
- **BASQUETEBOL**
- **ANDEBOL**

GINÁSTICA

- **GINÁSTICA DE SOLO**
- **GINÁSTICA DE APARELHOS**

ATLETISMO

- **SALTO EM COMPRIMENTO**
- **LANÇAMENTO DO PESO**

DESPORTOS DE RAQUETAS

- **BADMINTON**

Jogos Desportivos Coletivos

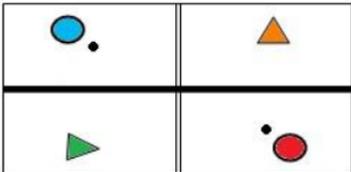
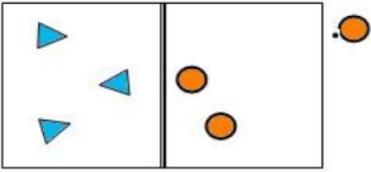
FUTEBOL

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Realizar as letivo técnico-táticas nas situação propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none"> Grupos de 3 elementos – Sit. A 6 equipas de 4 elementos (3 + GR) – Sit. B
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none"> Os alunos iniciam e terminam os exercícios ao sinal do professor. Os alunos após remate trocam de funções (Sit. A).
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> Bolas e pinos
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
SITUAÇÃO A	SITUAÇÃO B
DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:	
<p>Situação A:</p> <ul style="list-style-type: none"> Os alunos atacantes procuram finalizar, em situação de superioridade numérica (2x1), contra o aluno defensor. A defesa é condicionada (não pode interceptar a bola). Os alunos devem realizar, pelo menos, 3 passes entre eles antes de finalizar. <p>Situação B:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido 4x4 (3+GR x 3+GR) 	

FUTEBOL										
SITUAÇÃO A					SITUAÇÃO B					
Nº	NOME	NÍVEL		Nível Elementar					OBSERVAÇÕES	
		D	P	ENQ. OFENSIVO	C/ BOLA	ATAQUE	S/ BOLA	DEFESA		
				RECEÇÃO	CONDUÇÃO	REMATE	ENQ. OFENSIVO	CORRECTA TOMADA DE DECISÃO	DESMARCAÇÃO	MARCAÇÃO
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
PASSE	- coloca o pé de apoio ao lado da bola. - direccionada ao colega.
RECEÇÃO	- enquadra-se com a trajetória da bola. - controla a bola junto ao pé.
CONDUÇÃO	- não olha directamente para a bola. - dá pequenos toques, mantendo a bola próxima do pé. - progride no terreno.
REMATE	- enquadra-se com a baliza. - coloca o pé de apoio ao lado da bola. - inclina o tronco à frente.
ENQ. OFENSIVO	- direcciona-se para a baliza quando ganha a posse de bola. - progride no terreno se não tem oposição.
CORRECTA TOMADA DE DECISÃO	- realiza passe a um companheiro desmarcado, caso não possa progredir. - remata se tem a baliza ao seu alcance.
DESMARCAÇÃO	- oferece linhas de passe.
MARCAÇÃO	- coloca-se perto do seu atacante, entre este e a baliza.

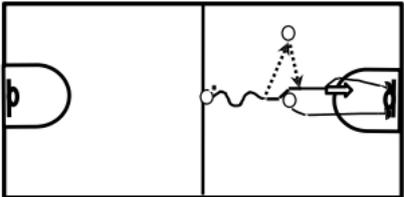
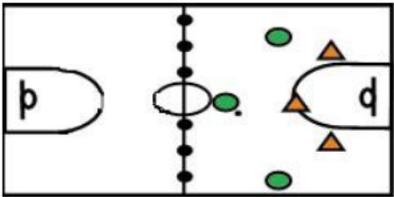
VOLEIBOL

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Realizar as ações técnico-táticas nas situações propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none"> Grupos de 2 elementos – Sit. A Equipas de 3 elementos – Sit. B
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none"> Os alunos trocam de companheiro ao sinal do professor (sit. A).
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> Bolas de voleibol, rede de voleibol e pinos
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
<p>SITUAÇÃO A</p> 	<p>SITUAÇÃO B</p> 
<p>DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:</p> <p>Situação A e A':</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo de cooperação 1+1 sem rede. Pontos iniciam-se com toque de dedos. Apenas se pode realizar toque de dedos. A' (a 4m da rede): realiza serviço por baixo e colega recebe com toque de dedos <p>Situação B:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido/condicionado 3x3 Aconselha-se dar 3 toques na bola antes de a colocar no campo adversário. Pontos iniciam-se com serviço. <p><u>Nota:</u> a rede encontra-se a 2 m de altura.</p>	

VOLEIBOL							
SITUAÇÃO A			SITUAÇÃO B				
Nº	NOME	NÍVEL D P	Nível Elementar				OBSERVAÇÕES
			SERVIÇO POR BAIXO	PASSE	SERVIÇO POR CIMA	RECEÇÃO	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	<p>SERVIÇO POR BAIXO</p> <ul style="list-style-type: none"> - coloca o pé contrário ao braço de execução um pouco mais avançado. - inclina ligeiramente o tronco à frente. - larga a bola momentos antes de esta ser batida.
PASSE	<ul style="list-style-type: none"> - contacta a bola à frente e acima da testa. - coloca as mãos com os polegares e indicadores formando um triângulo. - efetua a flexão / extensão dos membros superiores e inferiores.
SITUAÇÃO B	<p>SERVIÇO POR CIMA</p> <ul style="list-style-type: none"> - coloca o pé contrário ao braço de execução um pouco mais avançado. - arma o membro superior que vai efetuar o batimento atrás da cabeça - lança a bola na vertical e faz o batimento no ponto mais alto - acompanha o movimento de batimento, transferindo o peso do corpo do pé de trás para a frente
RECEÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> - desloca-se e/ou coloca-se de forma a tocar na bola orientando-se para o colega a quem pretende enviá-la.
PASSE COLOCADO	<ul style="list-style-type: none"> - coloca a bola numa zona que dificulte a ação dos defesas (espaço vazio).
REMATE EM APOIO	<ul style="list-style-type: none"> - contacta a bola à frente e acima da testa.

BASQUETEBOL

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Realizar as ações técnico-táticas nas situações propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none"> 2 grupos, 1 em cada meio-campo. 3 elementos em prática de cada vez – Sit. A Equipas de 3 elementos – Sit. B
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none"> O tempo de cada exercício é determinado pelo professor. Os grupos estão orientados na direção das tabelas. Os alunos estão em fila sendo a rotação dos alunos no exercício: A » B » C » D (vai buscar a bola e vai para o final da fila do seu grupo). <p><u>Situação B:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> O tempo de cada jogo é determinado pelo professor. Os grupos trocam quando professor ordenar.
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> Bolas, pinos e coletes
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
<p>SITUAÇÃO A</p> 	<p>SITUAÇÃO B</p> 
<p>DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:</p> <p>Situação A:</p> <ul style="list-style-type: none"> O aluno A dribla em progressão, de seguida executa um passe para o aluno C, desmarca-se evitando o defesa passivo (aluno B), recebe o passe do aluno C e lança na passada. <p>Situação B:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido 3X3, em cada meio campo. A equipa que recupera a posse de bola tem que sair da linha de 3 pontos para poder atacar. 	

BASQUETEBOL									
SITUAÇÃO A					SITUAÇÃO B				
Nº	NOME	NÍVEL		CORRETA TOMADA DE DECISÃO	ENQ. OFENSIVO	DESMARCAÇÃO	RESSALTO OFENSIVO	DEFESA	OBSERVAÇÕES
		D	P						
				Nível Introdutório					
				LANÇAMENTO NA PASSADA					
				DRIBLÉ					
				RECEÇÃO					
				PASSE					
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

SITUAÇÃO A		SITUAÇÃO B	
CONTEUDO	PEITO	COMPONENTES CRÍTICAS	-coloca os cotovéis junto ao tronco. -empurra a bola na direção do peito do companheiro.
	PICADO		-coloca os cotovéis junto ao tronco. -dirige a bola para o solo através da extensão do braços.
	RECEÇÃO		- controla e amortece a bola. - não olha para a bola. -amortece o movimento de ressalto da bola. - realiza o movimento ao nível da cintura.
	DRIBLÉ		- eleva o joelho da perna livre em direção ao cesto. -Executa o lançamento com a mão do lado da perna livre
	LANÇAMENTO NA PASSADA		- antecipa-se ao defensor para ganhar posição - recupera a bola
	RESSALTO OFENSIVO		-direciona-se para o cesto quando ganha a posse de bola.
	ENQ. OFENSIVO		- progride no terreno se não tem oposição. -realiza passe a um companheiro desmarcado, caso não possa progredir. -lança se tem o cesto ao seu alcance.
	CORRETA TOMADA DE DECISÃO		-oferece linhas de passe.
	DESMARCAÇÃO		-coloca-se perto do seu atacante, entre este e o cesto.
	ATTITUDE DEFENSIVA		

ANDEBOL

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none"> Realizar as ações técnico-táticas nas situações propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none"> Grupos de 4 elementos (2x1 + GR) – Sit. A 4 equipas de 5 elementos (4 + GR) – Sit. B
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none"> Os alunos iniciam e terminam os exercícios ao sinal do professor Os alunos após remate ou recuperação de bola por parte da defesa trocam de funções (Sit. A).
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> Bolas e pinos
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
SITUAÇÃO A	SITUAÇÃO B
DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO: <p>Situação A:</p> <ul style="list-style-type: none"> Os alunos atacantes procuram finalizar, em situação de superioridade numérica (2x1), contra o aluno defensor. A defesa é condicionada (não pode interceptar a bola). Os alunos devem realizar, pelo menos, 3 passes entre eles antes de finalizar. <p>Situação B:</p> <ul style="list-style-type: none"> Jogo reduzido 5x5 (4+GR x 4+GR). 	

ANDEBOL										
SITUAÇÃO A					SITUAÇÃO B					
Nº	NOME	NÍVEL		Nível Elementar						
		D	P	ATAQUE			DEFESA			
				RECEÇÃO	DRIBLE	REMATE EM SALTO	C/ BOLA ENQ. OFENSIVO	CORRETA TOMADA DE DECISÃO	S/ BOLA DESMARCAÇÃO	ATTITUDE DEFENSIVA
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										

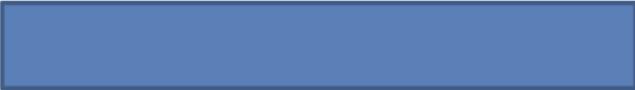
CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
PASSE	- coloca o pé contrário à mão que tem a bola, ligeiramente mais à frente que o outro. - arma o braço. - roda o tronco.
RECEÇÃO	- recebe a bola com as duas mãos. - amortece a bola.
DRIBLE	- não olha para a bola. - contacta a bola com a palma da mão. - progride no terreno.
REMATE EM SALTO	- efetua 2/3 apoios com a bola na mão. - arma o braço no momento da impulsão.
REMATE EM APOIO	- coloca o pé contrário à mão que tem a bola, ligeiramente mais à frente que o outro. - arma o braço. - avança o pé mais recuado, e simultaneamente roda o tronco.
ENQ. OFENSIVO	- direciona-se para a baliza quando ganha a posse de bola.
CORRETA TOMADA DE DECISÃO	- progride no terreno se não tem oposição. - realiza passe a um companheiro desmarcado, caso não possa progredir. - remata se tem a baliza ao seu alcance.
DESMARCAÇÃO	- oferece linhas de passe.
ATTITUDE DEFENSIVA	- intercepta a bola, impede ou dificulta a ação adversária.

SITUAÇÃO A

SITUAÇÃO B

Ginástica

GINÁSTICA DE SOLO

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">Realizar os elementos gímnicos propostos.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none">Uma estação onde os alunos realizam os elementos gímnicos do NI (Sit. A)Os alunos que conseguirem realizar os elementos do NI são solicitados a realizar, os elementos do NE (Sit. B)
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none">O aluno que realiza o elemento gímnico ajuda o companheiro que o realiza a seguir (ordem numérica)Apenas permanecem na estação o executante e o ajudante.Os restantes alunos trabalham condição física
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">Colchões / tapete (rolo)
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
SITUAÇÃO A	SITUAÇÃO B
	
DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:	
Situação A: Em exercício critério o aluno deve realizar os seguintes elementos gímnicos: <ul style="list-style-type: none">posição de equilíbrio - avião;pino de cabeça;rolamentos à frente engrupado;elemento de ligação – 1/2 piruetarolamento à retaguarda engrupado;posição de flexibilidade – ponte / espargata;	
Situação B: Em exercício critério o aluno deve realizar os seguintes elementos gímnicos: <ul style="list-style-type: none">posição de equilíbrio - avião;pino de braços;rolamento à frente c/ MI estendidos, afastados ou unidoselemento de ligação – piruetarolamento à retaguarda c/ MI estendidos, afastados ou unidosroda	

GINÁSTICA DE SOLO										
SITUAÇÃO A										
Nível Introdutório										
Nº	NOME	NÍVEL		PINO DE CABEÇA	AVIÃO	ROL. FR.	1/2 PIR.	ROL. RET.	PONTE	OBSERVAÇÕES
		D	P							
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										
27										
28										
29										
30										

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
ROL. À FRENTE	- realiza enrolamento (queixo junto ao peito, corpo fechado) - colocação das mãos à largura dos ombros; - termina na mesma direção do ponto de partida
ROL. À RETAGUARDA	- realiza enrolamento (corpo fechado) - termina na mesma direção do ponto de partida
AVIÃO	- eleva uma perna atrás em extensão. - mantém o tronco à altura da bacia. - mantém a perna que está em contacto com o chão em extensão.
PINO DE CABEÇA	- coloca corretamente as mãos e cabeça (triângulo) - coloca o corpo na vertical, com os segmentos alinhados
PONTE	Mantém MI e MS em extensão; Mantém bacia elevada em relação ao solo.
ROL. À FRENTE (MI estendidos)	- forte impulsão dos M.I. - apoio das mãos longe do apoio dos pés; M.I. estendidos (só se afastam no final do rolamento) - flexão do tronco à frente para a repulsão dos M.S.
ROL. À RETAGUARDA (MI estendidos)	- flexão do tronco sobre os M.I.; queixo ao peito; mãos apoiadas no solo à largura dos ombros e viradas para a frente; manutenção do corpo bem fechado sobre si próprio durante o rolamento; repulsão efetiva das mãos no solo
RODA	- realiza afundo - passa por pino (extensão completa) - termina na posição lateral em equilíbrio
PINO DE BRAÇOS	- realiza afundo - coloca o corpo na vertical, com os segmentos alinhados

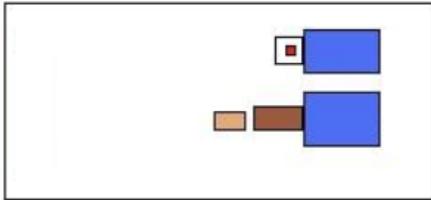
SITUAÇÃO A

SITUAÇÃO B

GINÁSTICA DE SOLO											
SITUAÇÃO B											
Nível Elementar											
Nº	NOME	NÍVEL		PINO DE BRAÇOS	AVIÃO	PINO DE BRAÇOS	ROL. FR.	PIRUETA	ROL. RET	RODA	OBSERVAÇÕES
		D	P								
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
ROL. À FRENTE	- realiza enrolamento (queixo fechado) - colocação das mãos à largura dos ombros; - termina na mesma direcção do ponto de partida
ROL. À RETAGUARDA	- realiza enrolamento (corpo fechado) - termina na mesma direcção do ponto de partida
AVIÃO	- eleva uma perna atrás em extensão. - mantém o tronco à altura da bacia. - mantém a perna que está em contacto com o chão em extensão.
PINO DE CABEÇA	- coloca correctamente as mãos e cabeça (triângulo) - coloca o corpo na vertical, com os segmentos alinhados
PONTE	Mantém MI e MS em extensão; Mantém bacia elevada em relação ao solo.
ROL. À FRENTE (MI estendidos)	- forte impulsão dos M.I. - apoio das mãos longe do apoio dos pés; M.I. estendidos (só se afastam no final do rolamento) - flexão do tronco à frente para a repulsão dos M.S.
ROL. À RETAGUARDA (MI estendidos)	- flexão do tronco sobre os M.I.; queixo ao peito; mãos apoiadas no solo à largura dos ombros e viradas para a frente; manutenção do corpo bem fechado sobre si próprio durante o rolamento; repulsão efectiva das mãos no solo
RODA	- realiza afundo - passa por pino (extensão completa) - termina na posição lateral em equilíbrio
PINO DE BRAÇOS	- realiza afundo - coloca o corpo na vertical com os segmentos alinhados

GINÁSTICA DE APARELHOS

OBJETIVOS	<ul style="list-style-type: none">Realizar os elementos gímnicos propostos.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none">Duas estações com elementos gímnicos do nível I e E em cada estação.Os alunos que conseguirem realizar os elementos do nível I são solicitados a realizar os elementos do nível E.
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none">O aluno que realiza o elemento gímnico ajuda o companheiro que o realiza a seguir (ordem numérica)Apenas permanecem na estação o executante e o ajudante.Os restantes alunos trabalham condição física
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">Colchões de queda, reuther, mini-trampolim
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
SITUAÇÃO A e B	
	
DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:	
Situação A: Em exercício critério o aluno deve realizar os seguinte: <ul style="list-style-type: none">Salto engrupado no minitrampolimEixo no plinto (com plinto na longitudinal);	
Situação B: Em exercício critério o aluno deve realizar os seguintes elementos gímnicos: <ul style="list-style-type: none">Pirqueta no minitrampolimSalto no minitrampolimSalto entre mãos (com plinto na longitudinal).	

GINÁSTICA DE APARELHOS						
SITUAÇÃO A						
Nível Introdutório		Nível Elementar				
MINI TRAMPOLIM	PLINTO	MINI TRAMPOLIM	PIRUJETA	CARPA	SALTO ENTRE MÃOS	OBSERVAÇÕES
SALTO ENGRUPADO	EIXO NO PLINTO					
Nº	NOME	NÍVEL				
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	
ENGRUPADO	- Realiza um fecho dos membros inferiores em relação ao tronco - Seguido de abertura rápida;
EIXO (plinto)	- Primeiro voo longo para apoio das mãos na extremidade distal; - Bacía e pernas acima da linha dos ombros (no momento de apoio das mãos);
PIRUJETA	- Mantém o controlo e equilíbrio do salto;
CARPA	- Realiza o fecho das pernas (em extensão) relativamente ao tronco; - Seguido de abertura rápida;
SALTO ENTRE MÃOS (longitudinal)	- Primeiro voo longo para apoio das mãos na extremidade distal; - Transpõe o aparelho com os joelhos junto ao peito
SITUAÇÃO B	

Atletismo

LANÇAMENTO DO PESO

OBJETIVOS/CRITÉRIOS	<ul style="list-style-type: none">Realizar a técnica de lançamento do peso nas situações propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none">Os grupos são organizados pelo professor consoante a situação.Os grupos trocam quando o professor ordenar.
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none">Os alunos só vão buscar os pesos após todos terem lançado.Enquanto os alunos lançam, os restantes encontram-se atrás deles.
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">Pesos

ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO

SITUAÇÃO A



SITUAÇÃO B



DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:

Situação A:

- O aluno lança o peso de 2 kg/3 kg, de lado e sem balanço.

Situação B:

- O aluno lança o peso de 3 kg/4 kg, de costas, num círculo de lançamentos.

ATLETISMO				
Lançamento do Peso				
SITUAÇÃO A		SITUAÇÃO B		
NÍVEL INTRODUTÓRIO		NÍVEL ELEMENTAR		
Nº	NOME	NÍVEL		OBSERVAÇÕES
		D	P	
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

SITUAÇÃO A	CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
	PREPARAÇÃO	- apoia o peso na base dos dedos. - coloca o peso junto ao pescoço (orelha).
	ARREMESSO	- empurra o engenho para a frente e para cima. - mantém o cotovelo afastado em relação ao tronco.
SITUAÇÃO B	ARREMESSO	- roda e avança a bacia. - realiza a extensão total das pernas e do braço de lançamento.

SALTO EM COMPRIMENTO

OBJETIVOS/CRITÉRIOS	<ul style="list-style-type: none">• Realizar a técnica de salto em comprimento nas situações propostas.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none">• Os grupos são organizados pelo professor consoante a situação.• Os grupos trocam quando o professor ordenar.
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none">• Os alunos não podem invadir a pista, exceto se estiverem a realizar o exercício.• Após a realização do exercício os alunos devem voltar à fila pelo lado direito.
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">• Pinos
ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO	
<p>SITUAÇÃO A (zona de chamada) SITUAÇÃO B (tábua de chamada)</p> 	
DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:	
Situação A:	
<ul style="list-style-type: none">▪ O aluno, efetuando primeiramente corrida de balanço, faz a chamada numa zona e salta, realizando a receção na caixa de areia.	
Situação B:	
<ul style="list-style-type: none">▪ O aluno, efetuando primeiramente corrida de balanço, faz a chamada na tábua de chamada e salta, realizando a receção na caixa de areia.	

ATLETISMO									
Salto em Comprimento									
SITUAÇÃO A (zona de chamada)					SITUAÇÃO B (tábua de chamada)				
Nº	NOME	NÍVEL	NÍVEL INTRODUTÓRIO			NÍVEL ELEMENTAR			OBSERVAÇÕES
			CORRIDA DE BALANÇO	IMPULSÃO	VOO	RECEÇÃO	CORRIDA DE BALANÇO	IMPULSÃO	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
29									
30									

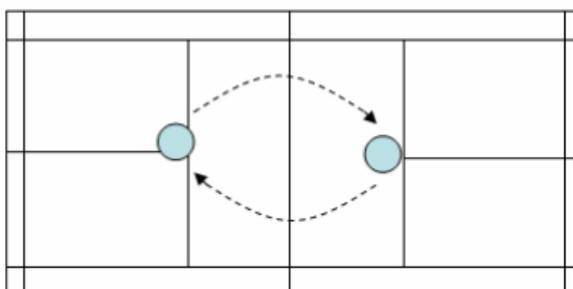
SITUAÇÃO A (Zona de chamada)		SITUAÇÃO B (Tábua de chamada)	
CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS	CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
CORRIDA DE BALANÇO	- corre de forma fluida - acelera progressivamente	CORRIDA DE BALANÇO	- corre de forma fluida. - aumenta a cadência nas últimas passadas
IMPULSÃO	- extensão completa da perna de impulsão - eleva a coxa livre	IMPULSÃO	- eleva a coxa livre - mantém o tronco direito
FASE DE VOO	- mantém perna livre em elevação - perna de impulsão atrasada	FASE DE VOO	- aproxima a perna de impulsão da perna livre na fase descendente do voo.
RECEÇÃO	- receção a pés juntos	RECEÇÃO	- toca o solo o mais longe possível, com flexão do tronco à frente.

BADMINTON

OBJETIVOS/CRITÉRIOS	<ul style="list-style-type: none">Realizar as ações técnico-táticas fundamentais: clear, lob, serviço, drive, remate e realiza uma correta colocação no campo e colocação do volante no campo adversário.
ORGANIZAÇÃO DA TURMA	<ul style="list-style-type: none">Os grupos são organizados pelo professor consoante a situação.
REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA	<ul style="list-style-type: none">Os grupos trocam quando o professor ordenar.O tempo de jogo é determinado pelo professor.
MATERIAL	<ul style="list-style-type: none">Redes, raquetes e volantes

ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO

SITUAÇÃO A / B



DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:

Situação A:

- Numa situação de 1x1, com rede e em campo reduzido, um dos alunos realiza serviço curto/longo e, posto isto, em cooperação executam as técnicas de lob e clear.

Situação B:

- Numa situação de 1x1, com rede e em campo reduzido, um dos alunos realiza serviço curto/longo e, posto isto, em cooperação executam, sempre que possível, as técnicas de amorti, drive e remate.

BADMINTON						
SITUAÇÃO A				SITUAÇÃO B		
Nº	NOME	NÍVEL D P	NÍVEL INTRODUTÓRIO			OBSERVAÇÕES
			SERVIÇO	CLEAR	LOB	
			AMORTI	DRIVE	REMATE	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

SITUAÇÃO A	CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
	SERVIÇO	- adianta o pé heterolateral à mão da raquete. - bater o volante abaixo da cintura.
	CLEAR	- bate o volante por cima da cabeça e à frente do corpo.
	LOB	- bate o volante abaixo da cintura. - afunda com o pé homolateral à mão da raquete.
	AMORTI	- coloca o volante junto à rede.
	DRIVE	- executa o batimento à frente do corpo. - coloca a cabeça da raquete paralela à rede. - imprime ao volante uma trajetória tensa.
	REMATE	- arma o braço. - bate o volante acima da cabeça e à frente do corpo. - imprime ao volante uma trajetória descendente e rápida.

Avaliação da Aptidão Física

BATERIA DE TESTES FITescola

<http://fitescola.dge.mec.pt/HomeTestes.aspx>

- Aptidão Aeróbia (vaivém)**



- Composição Corporal (IMC e perímetro da cintura)**



- Aptidão Muscular (Abdominais, Flexões de braços, Impulsão horizontal, Flexibilidade dos ombros e Flexibilidade dos membros inferiores)**



Conclusão

Este instrumento de avaliação diagnóstica visa determinar o nível em que os alunos se encontram nas diferentes matérias que serão alvo de abordagem ao longo do ano letivo, tendo em conta os objetivos definidos pelo grupo disciplinar de Educação Física e consignados nos PNEF.

Bibliografia

- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., Carvalho, L. (2001). Programa Nacional de Educação Física do 3º ciclo (reajustamento). Ministério da Educação. Lisboa
- Programa Nacional de Educação Física – Ensino Básico 2º Ciclo – 5º e 6º anos. Ministério da Educação. Lisboa
- Programa Nacional de Educação Física – Ensino Básico 1ºciclo – 1º ao 4º ano. Ministério da Educação. Lisboa

Anexo VIII - Grelha de Avaliação Sumativa

 REPÚBLICA PORTUGUESA 100 ANOS  Associação Portuguesa de Dança		Escola Secundária José Estêvão Educação Física 2.ª H Avaliação Psicomotriz Dança		Nível Avançado		
				Dança Livre	Dança Tradicional	Dança Social
Semestre 	Realiza os passos básicos com coreção e ritmo, coordenando os diversos movimentos com fluidez e elegância, adequando-os à marcação musical, mantendo as posições adequadas no grupo ou no par.			Realiza os passos básicos com coreção e ritmo, coordenando os diversos movimentos com fluidez e elegância, adequando-os à marcação musical, mantendo as posições adequadas no grupo ou no par.		
	Realiza os passos básicos em linha, com coreção e ritmo, coordenando os diversos movimentos com fluidez, adequando-os à marcação musical, mantendo as posições adequadas.			Realiza os passos básicos em linha, com coreção e ritmo, coordenando os diversos movimentos com fluidez, adequando-os à marcação musical, mantendo as posições adequadas.		
A atribuição de nível introduzida numa matéria implica que o aluno cumpre os seguintes requisitos: 1) Relacionamento constante e com respeito (...); 2) Actuando o apoio dos companheiros (...); 3) Cooperando nas situações de aprendizagem e organização (...); 4) In RNEF.						
1 0						
2 0						
3 0						
4 0						
5 0						
6 0						
7 0						
8 0						
9 0						
10 0						
11 0						
12 0						
13 0						
14 0						
15 0						
16 0						
18 0						
19 0						
20 0						
21 0						
22 0						
23 0						
24 0						
25 0						
26 0						
27 0						
28 0						
29 0						

Anexo IX - Forms de Autoavaliação



Autoavaliação semestral | 3º Ciclo 9ºH

Chegou a hora de realizares a autoavaliação!

Para isso, antes de preencheres este formulário, analisa os critérios de avaliação de Educação Física (EF):
https://aeje.sharepoint.com/b/s/msteams_dbbded/EV_ZM6VELEFg_rCYorw10Bc9GKhEFRBe192jwdzsn4xw?e=u8t3Ny

Também é importante que conheças as aprendizagens essenciais (AE) a alcançar em cada nível:
<https://aeje.sharepoint.com/b/s/edfísica620/Eb0uef1Xr6xHsRgYSj-vXMkBoct0VOw5zxCn4lzHXoSzw?e=Rfb37t>

Identificação

1

Nome: *

Insira sua resposta

2

Turma: *

Insira sua resposta

Área das Atividades Físicas e Desportivas (AFD)

Legenda:

* quando ainda não cumpro todas as AE do nível
 N/A: não se aplica (a matéria ainda não foi abordada)
 JDC: Jogos Desportivos Coletivos
 ARE: Atividades Rítmicas Expressivas
 AEN: Atividades de Exploração da Natureza

3

Tendo em conta as AE abordadas, considero que encontro-me no seguinte nível a cada uma das matérias: *

	Parte do nível introdutório*	Nível introdutório	Nível elementar	Nível avançado	N/A
JDC - Andebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
JDC - Basquetebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
JDC - Futebol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
JDC - Voleibol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ginástica Acrobática	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ginástica de Aparelhos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ginástica de Solo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Atletismo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Raquetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ARE - Dança	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
AEN - Orientação	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Outra a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Outra b)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4

Se assinalar "Outra a)" na questão anterior, identifico a matéria:

Insira sua resposta

5

Se assinalar "Outra b)" na questão anterior, identifico a matéria:

Insira sua resposta

6

Tendo em conta os critérios para o 3º ciclo, considero que encontro-me no nível ... na área das AFD: *

No 3º ciclo, as matérias são selecionadas, para efeitos de avaliação, de acordo com o seguinte quadro:

7º ANO	8º ANO	9º ANO
5 melhores matérias de cada aluno	6 melhores matérias de cada aluno	6 melhores matérias de cada aluno
1 JDC + 1 Gin + 3 matérias de diferentes subáreas	1 JDC + 1 Gin + 4 matérias de diferentes subáreas	1 JDC + 1 Gin + 1 Dan + 3 matérias de diferentes subáreas

SUCESSO	5 NÍVEIS INTRODUÇÃO	6 NÍVEIS INTRODUÇÃO	5 NÍVEIS INTRODUÇÃO + 1 NÍVEL ELEMENTAR
---------	---------------------	---------------------	---

O número de matérias avaliadas com um nível de competência "Introdução" (I) ou superior ("Elementar" e "Avançado") determinam a classificação no 3º ciclo na área das atividades físicas:

3.º ciclo	1	2	3	4	5
7.º	≤ 3I	4I	5I	6I	5I 1E
8.º	≤ 4I	5I	6I	5I 1E	4I 2E
9.º	≤ 5I	6I	5I 1E	4I 2E	3I 3E

1 2 3 4 5

Área da Aptidão Física (ApF)

A obtenção de sucesso afere-se pela «Zona Saudável de Aptidão Física - ZSAF» de acordo com o protocolo FITescola®, por idade e género.

	7º ANO	8º ANO	9º ANO
APTO	4 testes ZSAF	4 testes ZSAF	4 testes ZSAF
Sucesso obrigatório no teste de Aptidão Aeróbia (Vaivém)			

7

Na área da Aptidão Física, considero que encontro-me: *

Apto/a

Não apto/a

Outra

ÁREA DOS CONHECIMENTOS (C)

3º CICLO	TEMAS
7º	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar Aptidão Física e Saúde e identificar os benefícios do exercício físico para a saúde. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos na atualidade e ao longo dos tempos, nomeadamente os Jogos Olímpicos e Paralímpicos.
8º	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras. Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.
9º	<ul style="list-style-type: none"> Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a atividade e a qualidade do meio ambiente. Interpretar a dimensão sociocultural dos desportos e da atividade física na atualidade e ao longo dos tempos, identificando fenômenos associados a limitações e possibilidades de prática dos desportos e das atividades físicas, tais como: o sedentarismo e a evolução tecnológica, a poluição, o urbanismo e a industrialização, relacionando-os com a evolução das sociedades.

8

Tendo em conta as AE abordadas na área dos Conhecimentos, considero que encontro-me: *

Apto/a

Não se aplica

Trabalho Colaborativo

Legenda:

N/A: não se aplica

* Processo (heteroavaliação): assinalar N/A caso não existam dados relativos à avaliação efetuada pelos pares/colegas

9

No Trabalho Colaborativo desenvolvido no âmbito dos domínios de autonomia curricular (DAC) ou em outras situações / tarefas realizadas na aula de EF, autoavalio-me da seguinte forma: *

	1 (0-19%)	2 (20-49%)	3 (50-69%)	4 (70-89%)	5 (90-100%)	N/A
Produto (resultado final) - 50%	<input type="radio"/>					
Processo (desempenho individual) - 30%	<input type="radio"/>					
Processo (autoavaliação) - 10%	<input type="radio"/>					
* Processo (heteroavaliação) - 10%	<input type="radio"/>					

10

No caso de ter assinalado N/A na questão anterior, posso justificar:

Insira sua resposta

11

Tendo em conta as ponderações, autoavalio-me no nível ... no Trabalho Colaborativo. *

1 2 3 4 5

12

Pretendo avaliar os meus colegas de grupo (heteroavaliação) *

Sim

Não

13

Identifico cada um dos meus colegas de grupo e atribuo um nível (1 a 5). Exemplo:

Maria: 5

Manuel: 3

...

Também posso justificar. *

Insira sua resposta

Atitudes e Valores

- **Sociabilidade**
 - Relacionamento interpessoal / espírito de cooperação
 - Conservação de equipamentos e materiais
 - Comportamento
- **Empenho**
 - Interesse, empenho e persistência
 - Participação espontânea /solicitada
 - Espírito crítico
 - Autonomia
- **Responsabilidade**
 - Cumprimento de regras
 - Cumprimento de prazos e tarefas
 - Capacidade autorreflexiva

14

Relativamente às Atitudes e Valores, autoavalio-me da seguinte forma: *

	1 (nunca)	2	3	4	5 (sempre)
Sociabilidade	<input type="radio"/>				
Empenho	<input type="radio"/>				
Responsabilidade	<input type="radio"/>				

NÍVEL

$[(AFD+AF+C)*0,7] + (\text{Trabalho Colaborativo}*0,1) + (\text{Atitudes e Valores}*0,2) = \text{Nível}$

15

Tendo em conta a reflexão realizada anteriormente, autoavalio-me com o nível: *

1 2 3 4 5

Anexo X- Bandeira dos Jogos Olímpicos Escolares 20/21



Anexo XI- Poster “Era Olímpica”

Projeto Excelência Respeito Amizade Olímpica

Universidade de Coimbra
Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Jogos Olímpicos Escolares 2020/2021



António Lascarim¹, Diogo Machado¹, João Silva¹, Raquel Sampaio¹, Ana Marques², Lurdes Ávila³

¹Universidade de Coimbra, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (mestranda)

²Escola básica nº2 de São Bernardo (professor cooperante)

³Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (orientador da faculdade)



RESUMO

O projeto da ERA Olímpica surge com o objetivo de sensibilizar todos os alunos e comunidade escolar para a importância que os princípios Olímpicos podem assumir no quotidiano da vida de um aluno. No evento “Jogos Olímpicos Escolares”, foram aplicadas diferentes estratégias pedagógicas nomeadamente: cartão branco na arbitragem das demais modalidades; troca de autocollantes entre equipas dos diferentes países e realização protocolar da abertura e fecho do evento. A sua realização exigiu participação e vigilância, diálogo e reflexão, não só no seu âmbito conceptual, mas também no seu projeto de desenvolvimento humano. O presente evento demonstrou ser verdadeiramente essencial para o desenvolvimento social do aluno.

Palavras-chave: Olimpismo, Educação, Valores.

ABSTRACT

The “ERA Olímpica” project was created to make all students and the school community aware of the importance of Olympic principles in daily life. In the “School Olympic Games,” different pedagogical strategies were applied: the white card in the refereeing of the other modalities; exchange of stickers between teams from different countries; protocol of opening and closing the event. Its realization required participation and vigilance, dialogue, and reflection, not only in its conceptual scope but also in its human development project. Thus, the current event proved to be genuinely essential for the student’s social development.

Key-words: Olympism, Education, Values

INTRODUÇÃO

O projeto da ERA Olímpica surge com o objetivo de sensibilizar todos os alunos e comunidade escolar sobre a importância que os princípios Olímpicos podem assumir no quotidiano da vida de um aluno. Desta forma, a realização do presente evento foi pensada como uma proposta pedagógica que, através do desporto, pretende enaltecer os valores olímpicos, sendo eles a excelência, o respeito e a amizade. Como refere Rosado (2018), o espírito olímpico personifica-se como amizade, solidariedade, fair-play, compreensão mútua, reafirmando que o mais importante no Desporto não é vencer mas participar. O olimpismo envolve também o desejo de uma participação alargada de toda a população, valorizando o desporto como promotor em conjunto de virtudes entre as quais o desejo de justiça, honestidade, empatia, o respeito pelo outro, a valorização das habilidades e dos sentimentos dos outros desportistas, a promoção do intercâmbio cultural e o entendimento internacional.

De forma a promovermos estes princípios, adotámos e adaptámos os protocolos utilizados nos Jogos Olímpicos à realidade da nossa escola, tornando os Jogos Olímpicos Escolares numa realidade mais autêntica, contribuindo desta forma para o desenvolvimento socio-efetivo dos alunos.

PARTICIPANTES

O evento dos Jogos Olímpicos Escolares foi realizado no Agrupamento de Escolas José Estêvão (A.E.JE) na Escola Básica nº2 de São Bernardo, em Aveiro.

O presente evento contou com a participação de alunos do 5º ao 9º ano de escolaridade, com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos.

Os alunos foram distribuídos por 24 equipas representativas de diversos países, dos cinco continentes, constituídas por seis raparigas e seis rapazes, portazendo um total de 110 alunos do sexo feminino e 110 alunos do sexo masculino.

MATERIAL, MÉTODOS E PROCEDIMENTOS

Por forma a cumprir com a promoção dos valores Olímpicos, aplicámos as seguintes estratégias:

1. A utilização do cartão branco na arbitragem, como um recurso pedagógico para enaltecer todas as condutas eticamente corretas observadas e praticadas por atletas e público;
2. O preenchimento do moral e a troca de autocollantes entre equipas representantes dos diversos países, fazendo com que os participantes contactassem com as diferentes culturas, respeitando as diferenças, demonstrando empatia, honestidade, compaixão e reciprocidade na sua comunicação, sendo este um recurso pedagógico para o exercício da amizade e da cidadania;
3. A realização dos juramentos por parte dos atletas e árbitros durante a cerimónia protocolar de abertura do evento, que visaram a excelência olímpica através do seu comprometimento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO



CONCLUSÕES

Após o término do evento e respetiva reflexão, concluímos que de forma geral, os objetivos foram cumpridos com sucesso.

Através da observação do comportamento dos alunos, verificámos que estes, de forma espontânea, absorveram e vivenciaram os valores helénicos do olimpismo.

A implementação dos protocolos contribuíram para que os alunos encarnassem a cultura dos Jogos, assim como a dos países que embandeiravam. Imbuídos pelo espírito olímpico, o evento decorreu com entusiasmo, respeito, amizade e excelência. Apesar dos constrangimentos causados pela pandemia, foram respeitadas todas as normas de segurança, tendo o evento culminado numa festa pelo reconhecimento das atuações desportivas de todas as equipas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Matos, D. S., Cruz, J. F. A., & Almeida, L. S. (2011). *Excelência no desporto: Para uma compreensão da “arquitectura” psicológica dos atletas de elite*. Motricidade, 7(4), 27–41. [https://doi.org/10.6063/motricidade.7\(4\).87](https://doi.org/10.6063/motricidade.7(4).87)

Rosado, A. (2018). *Educação e Olimpismo* (pp. 255–2667).

António Lascarim, Diogo Machado, João Francisco e Raquel Sampaio

uc2018225278@student.uc.pt; uc2016219278@student.uc.pt; uc2015226719@student.uc.pt; uc2016221587@student.uc.pt.
Aveiro, 2021

Anexo XII- Bandeira de À Descoberta



Anexo XIII- Ficha de Avaliação Pictográfica (À Descoberta)



Nome: _____

Ano: _____

Turma: _____



--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

Raposa



Tiro ao Alvo



Mosca



Corrida de Sacos



Escalada/Rapel



Labirinto Cego



Petanca



Macaca



Circuito de Pneus



Jogo da Corda



--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

Qual foi a atividade que mais gostaste?

Se pudesses acrescentar mais uma atividade qual seria?

Anexo XIV – “Formação iiiUC Ferramentas de Apoio à Investigação”



Anexo XV - "I Formação Específica de Atletismo - Estafeta do Conhecimento"



CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Certifica-se que

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

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



CERTIFICADO	
A Federação Portuguesa de Atletismo, certifica que	
Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio	
participou na ação de formação contínua de treinadores:	
designação	Ação de Formação "Estafeta do Conhecimento"
local	Plataforma Zoom
data	20/11/2020 a 21/11/2020
nº de Unidades de Crédito atribuídas	S/ TPTD
componente de formação	-
grau(s)	I, II, III
código de Ação	55225458
O Presidente da FPA	

www.fpatletismo.pt

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO
ipdj INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.



O JOGO DE FUTSAL

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

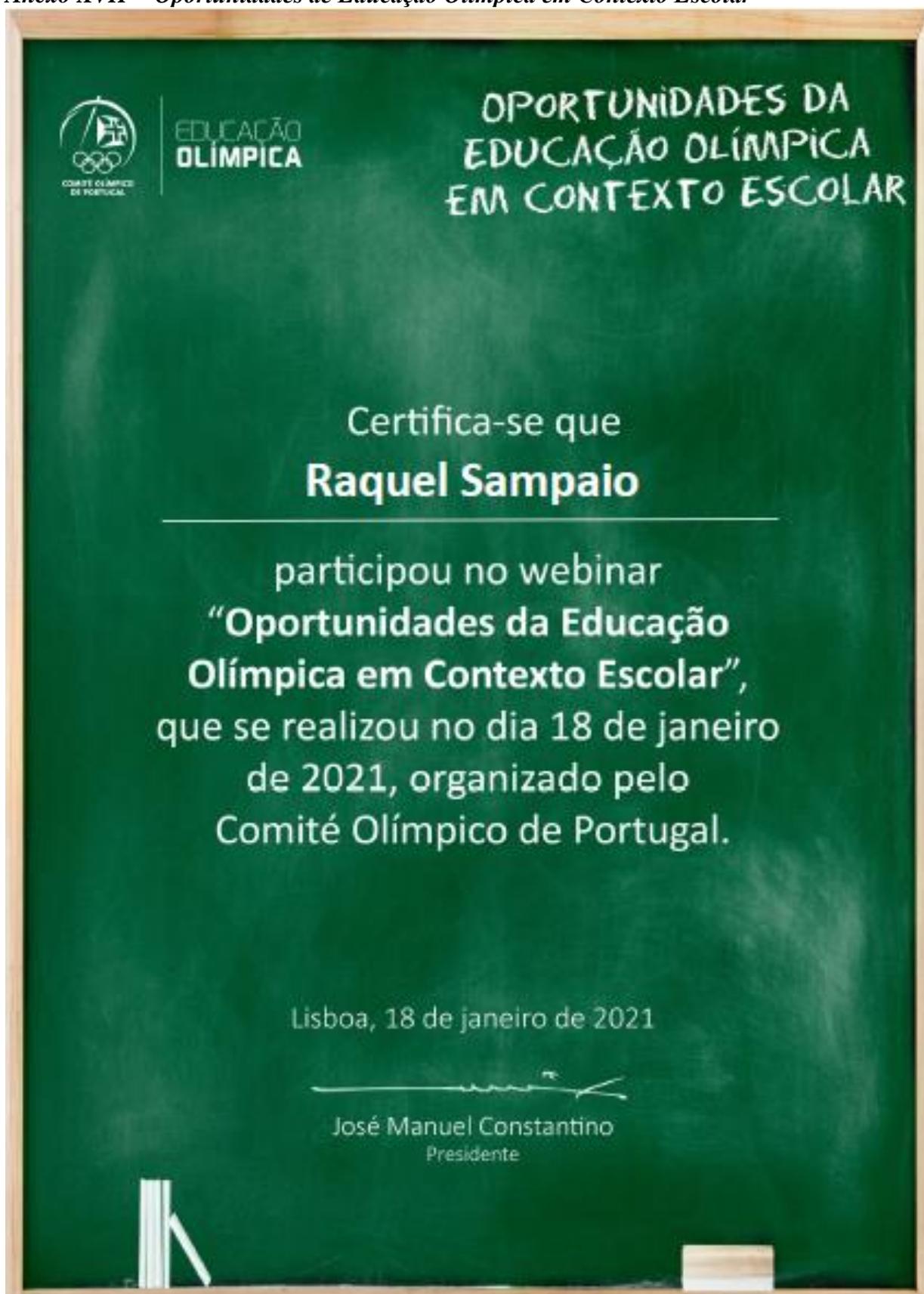
Certifica-se que

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

participou na II Formação Específica "O Jogo de Futsal", promovida pelo NECDEF-AAC em parceria com a Associação de Futebol de Coimbra e com a Zona Técnica Futsal, realizada em regime exclusivamente online, nos dias 12 e 13 de Dezembro de 2020.



DIOGO SALGADO BRAZ **COIMBRA, PORTUGAL**
Presidente NECDEF-AAC 14 Dezembro 2020



EDUCAÇÃO OLÍMPICA

OPORTUNIDADES DA EDUCAÇÃO OLÍMPICA EM CONTEXTO ESCOLAR

18 janeiro
18h30 > 19h30
Webinar - Plataforma Zoom

Formação direcionada para Professores das diversas áreas disciplinares

Inscrições gratuitas em http://bit.ly/PEO_Webinar

Mais informações: edu.olimpica@comiteolimpicoportugal.pt

O mundo está a mudar a uma velocidade sem precedentes. Atualmente, questões relacionadas com a educação, a saúde física e mental, a economia, a multiculturalidade, a tolerância e o respeito, os direitos humanos, o meio ambiente, a superação e a resiliência aos novos desafios a que somos submetidos diariamente fazem parte do quotidiano da maioria da população mundial. Estas mudanças que ocorrem como resultado da globalização também afetaram, inevitavelmente, o comportamento dos jovens e o seu processo educativo. Torna-se assim necessário robustecer a educação, enfatizando a importância dos valores, como pilares essenciais para um processo educativo de sucesso.

Rita Nunes (Desporto, Educação e Valores, in *Tribuna Expresso* 04/12/2020 – Disponível em: <https://tribunaexpresso.pt/opiniao/2020-12-04-Desporto-Educacao-e-Valores/>)

Destinatários

Professores das diferentes áreas disciplinares que pretendem utilizar as temáticas do Movimento Olímpico como uma ferramenta educativa.

Temas a abordar (baseados no OVEP 2.0 - Olympic Values Education Programme da COI)

- Princípios de aprendizagem e abordagens à Educação Olímpica;
- Os cinco Temas Educativos do Olimpismo;
- Movimento Olímpico e Programa de Educação Olímpica do Comité Olímpico de Portugal;
- Novos desafios. Que atividades realizar no âmbito da Educação Olímpica

Objetivos

- Reforçar a importância do professor no processo educativo de crianças e jovens;
- Apresentar os fundamentos da Educação Olímpica;
- Destacar o contributo do Olimpismo na educação;
- Promover o Programa de Educação Olímpica (PEO) do Comité Olímpico de Portugal;
- Facilitar a implementação do PEO nos estabelecimentos de ensino;
- Apresentar atividades de sala de aula e em modelo de E@D (ensino à distância);
- Partilhar de exemplos de atividades realizadas nas escolas que integram o PEO.

Oradores

- Rita Nunes – Diretora do Departamento de Estudos e Projetos do COP
- Joaquim Videira – Responsável pelo Programa de Educação Olímpica do COP

Inscrições

A inscrição é gratuita e deve ser feita através do link http://bit.ly/PEO_Webinar

Mais informações: edu.olimpica@comiteolimpicoportugal.pt

Anexo XVIII- “Curso de Formação de Curta Duração: Ensino de Educação Física em contexto de E@D (Ensino à Distância)”



Centro de Formação da Sociedade Portuguesa de Educação Física

CERTIFICADO

Raquel Sofia Oliveira Silva Sampaio

F esteve presente no

Curso de Formação de curta duração

Ensino da Educação Física em contexto de E@D (Ensino à Distância)

1.º sessão – Desafios da EF no E@D no ano 2020/21;

2.º sessão – Aprendizagens Essenciais: Proposta de operacionalização da área dos conhecimentos em E@D;

3.º sessão – Avaliação das Aprendizagens em EF em E@D

promovido por este Centro de Formação

nos dias 11, 18 e 25 de fevereiro 2021 através da plataforma zoom,

e ministrado pelos

Dr. Nuno Ferro (Presidente da SPEF) e Dr. Avellino Azevedo (Presidente do CNAJEF)

Esta ação teve a duração de 6 horas online e foi acreditada, como formação de curta duração (Disp. 5741/2015 de 29 maio), pelo Centro de Formação da SPEF—Sociedade Portuguesa de Educação Física - Registo de Acreditação nº CCPFC/ENT—AP-0457/19.

Lisboa, 26 fevereiro de 2021

O Diretor

Nuno Alberto Serraziz Ferro

Centro de Formação da SPEF (Registo nº CCPFC/ENT—AP-0457/19)
Apartado 103 2796-902 Linda-a-Velha
geral@spef.pt

Anexo XIX- “X Fórum Internacional das Ciências da Educação Física”

