

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D
COIMBRA

Mariana Elisa de Carvalho e Lima

2018269038

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA DE
VILARINHO DO BAIRRO JUNTO DA TURMA DO 9ºB
NO ANO LETIVO 2022/2023

A perceção que os alunos têm em relação ao feedback na
aula de Educação Física

Relatório de Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino de
Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário orientado pelo
Prof. Doutor Alain Guy Marie Massart, apresentado à Faculdade
de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de
Coimbra

Junho de 2023



FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO
E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA DE VILARINHO DO BAIRRO NO ANO LETIVO DE 2022/2023**

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

Orientador:

Prof. Doutor Alain Marie Massart

COIMBRA

2023

Dedicado à minha Avó Alice

Lima, M (2023). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica de Vilarinho do Bairro no ano letivo de 2022/2023. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e educação Física da universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Mariana Elisa de Carvalho e Lima, aluna nº2018269038 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 artigo nº27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº400/2019, de 6 de maio.

Coimbra, 23 de junho de 2023
Mariana Elisa de Carvalho e Lima

Agradecimentos

Depois deste percurso, longo e trabalhoso, tenho de agradecer aos meus pais por nunca terem desistido de mim e me incentivarem ao término deste Mestrado. Obrigada por nunca me deixarem desistir e me ajudarem em tudo que precisei nesta etapa, dura, desafiadora e árdua.

Ao meu namorado, Marco Vicente, por durante estes dois anos perceber a minha ausência em muitos momentos e me acompanhar, apoiar e motivar no meu sonho de ser professora.

À minha Madrinha, Sandra Carvalho, por todo o acompanhamento durante todos estes anos académicos, por apoiar e incentivar a ser sempre melhor!

Ao meu Orientador da escola Rui Luzio, por confiar em mim, por me ensinar tanto, pela paciência e frontalidade. Por ser o melhor orientador que eu podia ter tido e, acima de tudo, por sempre me mostrar que eu era capaz quando eu própria não me encontrava.

Ao meu Orientador da Universidade, Alain Massart, por toda a disponibilidade que teve durante o ano, mas sobretudo na reta final, incentivando-me e motivando-me a melhorar o meu trabalho em diversos aspetos.

Aos meus colegas de estágio, Carolina Seabra, Luís Malva e Francisco Machado, por me acompanharem e me ajudarem a superar todas as minhas dificuldades.

Tenho de agradecer à minha prima Carla Santos e à minha Tia Margarete por toda a ajuda que me deram, não só durante este ano, mas que dão todos os dias.

Ao meu Professor e Amigo José Pires, por estar sempre disponível para me auxiliar nesta minha caminhada académica, desde o primeiro dia!

Às minhas amigas, Maria Miguel, Beatriz Ferreira e Valentina Zagaria por toda a paciência e disponibilidade sempre que necessária para me ajudarem. Obrigada, Amigas!

À Professora Isabel Rolo por, logo no início do ano, me ter acolhido tão bem, por aceitar o meu pedido mesmo não sendo da área de Educação Física, ajudando-me em todos os pormenores necessários para a realização do Relatório de Estágio e por saber que ganhei uma amiga para o resto da vida.

À Carla Verdade que me acompanhou em todo o meu percurso académico e me amparou e auxiliou em todos os momentos, bons e menos bons.

A toda a comunidade escolar da Escola Básica de Vilarinho do Bairro, que me acolheu, ensinou e apoiou em todo este percurso. Quero deixar um agradecimento especial aos meus alunos do 9ºB e à minha Matilde do 9ºA, por todo o trabalho que se disponibilizou a realizar comigo durante o ano e por me deixar fazer parte da sua evolução diária.

Sem vocês não era possível, MUITO OBRIGADA!!!

“Conquistas sem riscos, são sonhos sem méritos. Ninguém é digno dos sonhos se não usar as suas derrotas para cultivá-los.”

Augusto Cury

RESUMO

Este relatório de estágio foi realizado no âmbito 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, com o objetivo de refletir e analisar tudo o que foi realizado na prática docente na turma do 9ºB, durante o ano letivo de 2022/2023 e ainda todas as dificuldades sentidas e os esforços para as ultrapassar. O Estágio Pedagógico foi a última etapa da formação como docente e culminou todas as aprendizagens, passando-as para a prática. Durante a prática existiram ajustamentos, reflexões e análises em muitos momentos, melhorando o processo de ensino-aprendizagem, orientado de forma regular pelo Professor Orientador da escola e da Faculdade.

O relatório está dividido em três capítulos. O capítulo I diz respeito à contextualização da prática desenvolvida, onde existe uma caracterização da escola do meio e da turma onde foi desenvolvida a docência, como a análise do ponto situação inicial da professora estagiária. Foi realizada uma pesquisa sobre a Escola, sobre o meio envolvente e para conhecer a turma foi aplicado um inquérito na primeira aula para conseguir perceber quais as condições da mesma em vários aspetos importantes para o processo de ensino-aprendizagem. O capítulo II trata da análise reflexiva da prática pedagógica em quatro Áreas distintas. A Área 1 refere-se às Atividades de Ensino Aprendizagem, onde inicialmente foi realizado uma escolha das Unidades Didáticas a lecionar durante o ano letivo para posteriormente realizar o planeamento anual traçando objetivos a atingir com a turma, desde a construção do plano de aula às Avaliações e por último, a referência ao trabalho desenvolvido com a aluna de Necessidades Educativas, a qual realizei coadjuvação nas aulas de Educação Física. A Área 2, Atividades de Organização Escolar, reflete toda a assessoria realizada às Professoras de Ensino Especial, visando o trabalho desenvolvido com as mesmas como apoio à coadjuvação da aluna com Necessidades Educativas. A Área 3, Projetos e Parcerias, diz respeito a todo o trabalho desenvolvido em Núcleo de Estágio em Projetos e Atividades na Escola, desde a conceção, realização até à avaliação das atividades desenvolvidas. A Área 4, Atitude Ético Profissional, reflete sobre o ano letivo no geral, dando ênfase à prática como docente e a tudo o que foi desenvolvido tanto a nível profissional como pessoal.

Por fim, o terceiro e último Capítulo, o aprofundamento sobre o tema: A perceção que os alunos têm em relação ao feedback na aula de Educação Física, realizado nas turmas do 7º ano. A metodologia baseou-se na aplicação de um questionário no fim de uma aula de Educação Física bem como a observação direta da emissão do feedback do professor registando o tipo de feedback e a sua eficácia consoante o comportamento dos alunos. Os dados recolhidos e analisados, mostram que apesar do feedback de autorregulação e de tarefa terem sido os mais dominantes, todos os tipos de feedback estudados no presente estudo são suscetíveis de ser utilizados com grande eficácia pelos Professores.

Palavras-Chave: Educação Física. Estágio Pedagógico. Reflexão. Ensino-Aprendizagem. Feedback.

ABSTRACT

This internship report was carried out within the framework of the Master in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education at the Faculty of Sports Sciences and Physical Education of the University of Coimbra, with the aim of reflecting and analyzing everything that was carried out in teaching practice in the 9th B class, during the 2022/2023 school year and all the difficulties experienced and the efforts to overcome them. The Teacher Training was the last stage of training as a teacher and culminated all learning, passing them on to practice. During the practice there were adjustments, reflections and analyzes in many moments, improving the teaching-learning process, regularly guided by the Guiding Professor of the school and Faculty.

The report is divided into three chapters. Chapter I concerns the contextualization of the developed practice, where there is a characterization of the middle school and the class where teaching was developed, such as the analysis of the initial situation of the trainee teacher. A survey was carried out on the school, on the surroundings and to get to know the class, a survey was applied in the first class to be able to understand the conditions of the same in several important aspects for the teaching-learning process. Chapter II deals with the reflective analysis of pedagogical practice in four different areas. Area 1 refers to the Teaching and Learning Activities, where initially a choice was made of the Didactic Units to be taught during the school year, to later carry out the annual planning outlining objectives to be achieved with the class, from the construction of the lesson plan to the Assessments and finally, the reference to the work developed with the student of Educational Needs, which I assisted in Physical Education classes. Area 2, School Organization Activities, reflects all the advice provided to Special Education Teachers, aiming at the work developed with them as support for the co-assistance of the student with Educational Needs.

Area 3, Projects and Partnerships, concerns all the work carried out in the Internship Nucleus in Projects and Activities at the School, from conception, implementation to evaluation of the activities carried out. Area 4, Professional Ethical Attitude, reflects on the school year in general, emphasizing practice as a teacher and everything that has been developed both professionally and personally.

Finally, the third and last Chapter, the deepening on the theme: The perception that students have in relation to feedback in the Physical Education class, carried out in the 7th grade classes. The methodology was based on the application of a questionnaire at the end of a Physical Education class, as well as the direct observation of the teacher's feedback, recording the type of feedback and its effectiveness depending on the students' behavior. The data collected and analyzed show that although self-regulation and task feedback were the most dominant, all types of feedback studied in this study are likely to be used with great effectiveness by Teachers.

Keywords: Physical Education. Teacher Training. Reflection. Teaching-Learning. Feedback.

ÍNDICE

Resumo	IX
Abstract.....	X
Introdução.....	18
Capítulo I – Contextualização da Prática Desenvolvida	20
1.1 Definição das expectativas iniciais.....	20
1.2. História de Vida.....	22
1.3 Aprendizagens a realizar	24
1.4 Elementos Relativos às Condições Locais e da Relação Educativa.....	25
1.4.1 Agrupamento de Escolas de Anadia.....	27
1.4.2 Caracterização da Escola Básica de Vilarinho do Bairro	27
Caracterização do Grupo Disciplinar de Educação Física.....	29
Caracterização do Núcleo de Estágio	29
Caracterização da Turma	30
Capítulo II – Análise Reflexiva da Prática Pedagógica.....	33
Área 1 – Atividades de Ensino Aprendizagem.....	33
1.1 Plano Anual.....	35
1.2 Unidades Didáticas	37
1.3 Plano de Aula	40
2. Realização.....	42
2.1 Intervenção Pedagógica	43
a. Instrução.....	43
b. Gestão.....	47
c. Clima e Disciplina	50
d. Decisões de Ajustamento	51
e. Coadjuvação.....	52
Intervenção pedagógica do 2º Ciclo	56
	XI

3. Avaliação	59
3.1 Avaliação Formativa Inicial	60
3.2 Avaliação Formativa.....	62
3.3 Avaliação Sumativa.....	64
3.4 Autoavaliação	65
3.5 Parâmetros e Critérios de Avaliação	66
Área 2 – Atividades de Organização Escolar	67
Perfil Funcional do Cargo de Assessoria de uma Aluna Com Necessidades Educativas.....	67
Área 3 - Projetos e Parcerias Educativas	72
Área 4 - Atitude Ético-Profissional	79
Capítulo III – Aprofundamento do Tema Problema.....	82
Conclusão	101
Referências Bibliográficas.....	103
Anexos	108

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Tarefas a realizar durante o ano letivo 2022/2023.....	24
Tabela 2 - Modalidades Desportivas no Concelho de Anadia.....	26
Tabela 3 – Caracterização do Agrupamento de Escolas de Anadia	27
Tabela 4 – Número de Alunos da EBVB	27
Tabela 5 – Espaços Físicos da EBVB	28
Tabela 6 – Pavilhão utilizado para a prática de EF da EBVB.....	28
Tabela 7 – Recursos Humanos	29
Tabela 8 – Resultados FITescola ano letivo 22-23.....	32
Tabela 9 – Tabela onde foram realizados os registos das aulas e a autoavaliação da coadjuvação	53
Tabela 10 –Parâmetros e Critérios de Avaliação.....	66
Tabela 11 - Tarefas a Realizar no Cargo de Assessoria	69
Tabela 12 - Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7ºA	94
Tabela 13 - Tabela de frequências de feedback observado – 7ºA	94
Tabela 14 – Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7ºB.....	95
Tabela 15 – Tabela de frequências de feedback observado – 7ºB.....	96
Tabela 16 - Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7ºC.....	97
Tabela 17 - Tabela de frequências de feedback observado – 7ºC	98
Tabela 18 – Comparação das médias das turmas do 7ºA, B e C em relação à perceção do feedback.....	99

Índice de Figuras

Figura 1 – Concelho de Anadia	25
-------------------------------------	----

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – Frequência de respostas ao questionário no 7ºA	94
--	----

Gráfico 2 - Frequência de respostas ao questionário no 7ºB	96
--	----

Gráfico 3 - Frequência de respostas ao questionário no 7ºC	97
--	----

Lista de Abreviaturas e Siglas

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

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

AEA - Agrupamento de Escolas de Anadia

EBVB - Escola Básica de Vilarinho do Bairro

EP - Estágio Pedagógico

EF - Educação Física

PIF - Plano de Formação Individual

AFI - Avaliação Formativa Inicial

JDC - Jogos Desportivos Coletivos

AS - Avaliação Sumativa

UD - Unidade Didática

PAG - Protocolo Geral de Avaliação

FB - Feedback

NE - Necessidades Educativas

DE - Desporto Escolar

FI - Feedback Intrínseco

FE - Feedback Extrínseco

FT - Feedback sobre a Tarefa

FP - Feedback sobre o Processo

FR - Feedback de Autorregulação

FA - Feedback Afetivo

Lista de Anexos

- Anexo 1** - Inquérito em Google Forms para a caracterização da turma;
- Anexo 2** - Exemplo do Inventário da Escola;
- Anexo 3** - Plano Anual;
- Anexo 4** - Exemplo de um plano de condição física
- Anexo 5** - Exemplo de estrutura do plano de aula
- Anexo 6** - Protocolo de Ativação Geral (PAG)
- Anexo 7** - Protocolo de Alongamentos (PA)
- Anexo 8** - Exemplo de materiais auxiliares didáticos
- Anexo 9** - Exemplo de Decisões de Ajustamento
- Anexo 10** - Planeamento do 2º ciclo
- Anexo 11** - Exemplo da grelha de AFI
- Anexo 12** - Exemplo da AFI coparticipada
- Anexo 13** - Exemplo de uma apresentação teórica
- Anexo 14** - Exemplo de uma ficha de trabalho
- Anexo 15** - Ficha de Autoavaliação
- Anexo 16** - Relatório Médico da aluna com NE
- Anexo 17** - Cartaz da Prova do Corta-Mato
- Anexo 18** - Cartaz de Divulgação da VI Mostra de Saberes e Sabores com Ciência
- Anexo 19** - Cartaz de Divulgação da Atividade de Judo
- Anexo 20** - Cartaz de Divulgação da Atividade dos Jogos Tradicionais
- Anexo 21** - Cartaz de Divulgação do Projeto Rodinhas
- Anexo 22** - Cartaz de Divulgação do Projeto Bola no Cesto, 3x3 Basquetebol
- Anexo 23** - *Flyers* do Workshop de Basquetebol
- Anexo 24** - Cartaz de Divulgação da 15ª Caminhada Pelo Coração, QRcode e percurso
- Anexo 25** - Exemplos de Certificados de Participação
- Anexo 26** - Exemplo de um Questionário de Avaliação
- Anexo 27** - Certificados de Participação: XIX Congresso de Ciências do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa; XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física - Inovação e Tecnologias em Educação Física
- Anexo 28** - Questionário
- Anexo 29** - Matriz utilizada pelo autor para a construção do questionário

Anexo 30 - Consentimento para a participação dos alunos no estudo

Anexo 31 - Grelhas de observação direta às turmas do 7ºA, B e C.

INTRODUÇÃO

O campo de ação desta Unidade Curricular, designado por Relatório de Estágio, incluído no Mestrado em Ensino de Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF.UC), ocorreu no ano letivo de 2022/2023 no lugar de Vilarinho Bairro na Escola Básica que faz parte do Agrupamento de Escolas de Anadia (AEA). Durante este ano letivo, foi realizado o acompanhamento à turma B do 9º ano de escolaridade e em simultâneo a assessoria de uma aluna da turma A do 9º ano, com Necessidades Educativas, portadora de Displasia Diafisária Progressiva “(...) doença hereditária do metabolismo ósseo, autossómica dominante, rara, caracterizada pelo espessamento progressivo da cortical diafisária dos ossos longos.”.

Durante este percurso o acompanhamento e supervisão foi realizado pelo Professor Rui Luzio, Orientador da Escola Básica de Vilarinho do Bairro (EBVB) e do Professor Doutor Alain Massart, da FCDEF.UC.

Segundo o Guia de Estágio 2022/2023, o Estágio Pedagógico (EP) pretende fortalecer a conjuntura de uma formação educacional especializada, no ensino particularizado da Educação Física (EF) e na gestão escolar, e de atuação em situações de exercício profissional não familiares em que as capacidades de autoaprendizagem e de resolução de problemas se interliguem com competências aprofundadas de pesquisa educacional.

O Relatório de Estágio é o resultado de um ano de aprendizagem, pesquisa e consolidação de todas as premissas adquiridas durante o período anterior ao Estágio colocando-as em prática. Tem como objetivo mostrar todo o processo de um docente ao longo de um ano letivo bem como desenvolver as nossas capacidades de resolução de problemas, de reflexão e investigação de forma a criar estratégias para o processo de ensino-aprendizagem. A principal missão de um docente é cativar os alunos e orientá-los para a melhoria das suas capacidades físicas e além disso o gosto pela prática de atividade física como consequência de uma vida saudável.

No decorrer deste ano, fomos confrontados com situações que nos levaram a tomar decisões e adotar estratégias nunca antes vivenciadas e isso contribuiu para o enriquecimento e crescimento como futuros agentes de ensino e educação.

Este relatório está dividido em três capítulos, o Capítulo I consiste na contextualização da prática pedagógica, onde existe uma caracterização da turma e do meio onde desenvolvemos a nossa docência, como o a análise do ponto onde nos encontrávamos inicialmente como estagiários e da relação educativa (caracterização da escola, do grupo disciplinar de EF e uma análise dos resultados da turma nas provas de aptidão física).

O Capítulo II é uma análise reflexiva da prática pedagógica desenvolvida durante o ano letivo, desde a construção do planejamento, plano de aula até às avaliações e coadjuvação realizada à aluna com Necessidades Educativas. Ainda neste capítulo são referenciadas e explicadas todas as atividades e projetos desenvolvidos em Núcleo de Estágio.

Por fim, o Capítulo III é referente ao aprofundamento do tema problema sobre a “A percepção que os alunos têm em relação ao feedback na aula de Educação Física”, um estudo realizado com as turmas do 7º ano da Escola Básica de Vilarinho do Bairro, através de observação direta de três aulas, dos três colegas estagiários, aplicando no fim de cada aula um questionário a cada aluno analisando a percepção dos mesmos perante o feedback fornecido por cada professor.

CAPÍTULO I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

No início do ano letivo foi proposta a realização de um Plano de Formação Individual (PIF) que foi muito importante para a orientação longo do ano letivo. Este documento conteve vários pontos analisados, assim como uma reflexão sobre os objetivos e aprendizagens a realizar durante este Estágio Pedagógico.

O mesmo foi organizado da seguinte forma:

1.1 DEFINIÇÃO DAS EXPECTATIVAS INICIAS

Quando me foi pedida a elaboração do PIF, o mesmo teria de ter descritas as premissas pelas quais me devia reger fazendo uma análise profunda sobre o que me direcionou até ao EP. Como guia das minhas expectativas usei como suporte o Decreto-Lei n.º 240/2001 de 30 de agosto, o perfil geral de desempenho do Professor, o qual está definido em quatro dimensões:

- Dimensão profissional, social e ética.
- Dimensão de participação na escola e de relação com a comunidade.
- Dimensão de desenvolvimento e formação profissional.
- Dimensão do desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem.

No que diz respeito à primeira dimensão, Dimensão profissional, social e ética, chegou o momento, na minha história pessoal, em que os papéis se inverteram: eu deixei de ser aluna e passei a ser a Professora. Uma das minhas principais preocupações na escola foi conseguir transmitir aos alunos as minhas aprendizagens e ensinamentos em vários níveis de uma forma correta, coerente e simplificada com o objetivo de criar nos alunos vontade de aprender e ao mesmo tempo desenvolver a sua capacidade de recetividade. Um dos aspetos importantes no ensino é, sem dúvida, combater preconceitos e estigmas que só poderão ser banidos através do processo da inclusão e desta forma uma das minhas maiores expectativas foi transmitir aos alunos, não só durante as aulas, mas também em períodos de lazer, que mesmo sendo diferentes somos todos iguais e conseguir que os mesmos inculquem isso na sua vida futura em sociedade.

Em relação à Dimensão de participação na escola e de relação com a comunidade o meu principal objetivo foi sentir que fazia parte integrante da escola e não ser vista como mais uma Estagiária, fui um elemento ativo e dinâmico estando inserida nos projetos, tanto ao nível da Educação Física como das outras áreas, mostrando-me disponível e colaborando sempre que foi necessário. Criei laços de confiança e afetividade com a comunidade escolar desde o secretariado às funcionárias, Professores e alunos, respeitando sempre as regras de boa conduta de forma a existir uma convivência saudável com os mesmos. De salientar que é muito importante os alunos perceberem o lugar deles e o ocupado pelo professor.

Relativamente à Dimensão de desenvolvimento e formação profissional, num primeiro momento pretendi procurar conhecer a dimensão e a importância da profissão de Professor de EF investigar, pesquisar e analisar documentos de vários autores e materiais necessários para a minha intervenção pedagógica. Posteriormente devido a ter vários familiares e conhecidos na área da EF, partilhei saberes e experiências de forma a aumentar as expectativas para criar uma linha condutora para dar início ao meu processo de formação como Professora. De seguida conheci a escola e os recursos que a mesma tinha para oferecer e posteriormente conheci a turma.

Inicialmente era uma pessoa cheia de dúvidas e interrogações, questionava-me diariamente de como era e como iria ser, mas depois de conhecer o meu Professor Orientador Rui Luzio e os meus colegas do Núcleo de Estágio, a forma de ver as coisas foi ganhando outra dimensão. A interdisciplinaridade foi uma das minhas grandes apostas, visto que cada vez é mais importante as disciplinas se relacionarem e interagirem entre si.

Por fim, na Dimensão do desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem, as minhas metas foram conseguir motivar os alunos para a importância da prática da atividade física diariamente e não verem a EF como uma disciplina estanque, limitada ao horário da turma, mas também como uma ferramenta para poderem criar hábitos regulares saudáveis e levarem isso para fora da escola e para o futuro. Posto isto, um dos meus objetivos foi encontrar formas e estratégias adequadas à turma e aos alunos nela inserida de forma a existir diferenciação pedagógica, pois as turmas atualmente são bastante heterogêneas e é muito importante fazer o planeamento que possa ser ajustado, conforme as necessidades e o tempo que cada aluno necessita para desenvolver determinadas capacidades e tarefas.

1.2. HISTÓRIA DE VIDA

Desde que me lembro, sempre estive ligada ao desporto. Se calhar por influência, pois tenho vários professores de Educação Física e treinadores de basquetebol dentro do meu núcleo familiar. Os primeiros desportos que pratiquei foi basquetebol e natação, conciliava os dois. Durante largos anos foi assim; contudo, tive que optar, pois os torneios de basquetebol começaram a ser mais frequentes e não conseguia estar a cem por cento em ambos. Quando decidi, escolhi o basquetebol por ser um desporto coletivo e por ser aquele com o qual me identificava mais. Daí para a frente, o basquetebol começou a ser a minha grande prioridade e, à medida que os anos foram passando, tornei-me federada, tendo representado, várias vezes, a Seleção Portuguesa de Basquetebol. Desde sempre, o meu clube foi o Sangalhos Desporto Clube, tendo estado ligada a todas as atividades que lá se passavam, torneios, encontros de equipas entre muito mais. Passados alguns anos comecei a acompanhar duas equipas, uma de minibasquetebol e outra de SUB19, ambas femininas, o que suscitou em mim uma grande vontade de evoluir ao nível do treino e, por isso, fui concluir o curso, uma vez que a minha Licenciatura só englobava a parte prática da modalidade.

Posso afirmar que, desde muito cedo, 1º ciclo, tanto o gosto pela prática desportiva, como o acompanhamento e o prazer de transmitir conhecimentos, estiveram muito presentes no meu percurso.

Sempre tive muita sorte em ter professores de Educação Física que me motivaram e ajudaram a ser a melhor versão de mim mesma. Professores companheiros e muito desafiadores. Foi toda a parte envolvente, desde o gosto pela prática, o meio onde estive inserida, juntamente com estes bons professores que me acompanharam, que despertaram o meu interesse, desde muito cedo, em ser professora de Educação Física. Um dos momentos mais marcantes que tive, e me fez ter a certeza que era isto que queria no meu futuro, foi o ano em que os Jogos Nacionais Salesianos se realizaram no Colégio de Mogofores. Eu era aluna aí e deparei-me com a dezena de atividades em que um professor de Educação Física consegue estar envolvido e as coisas fantásticas que consegue criar com os alunos e com toda a comunidade escolar. De facto, isso fascinou-me e ainda despertou mais a vontade de, um dia, ser eu a poder organizar um evento daquela dimensão.

Há vários anos seguidos que faço parte das férias desportivas de verão do Município de Anadia. Têm sido anos em que tenho adquirido bastante conhecimento e prática, tanto ao nível da organização de eventos, como da coordenação e ligação com crianças de várias faixas etárias.

Quando me candidatei à Universidade, foi com o objetivo de seguir Ciências do Desporto, contudo, por lapso, a minha primeira opção foi Desporto e Lazer na Escola Superior de Educação de Coimbra. Assim sendo, arrisquei, fui e não me arrependo de todo o percurso académico que realizei naquela escola. Desde professores, auxiliares, meio envolvente, as atividades proporcionadas aos alunos entre muitos outros aspetos, foi um curso bastante desafiante, contudo, quando cheguei ao Mestrado em Ensino, apercebi-me que não estava preparada para muitas das situações com que me deparei, pois, a minha licenciatura foi mais vocacionada para o treino e ginásio. No último ano de licenciatura, comecei a lecionar Atividades Extracurriculares, o que reforçou que era esse o caminho que eu queria seguir. Assim que comecei a frequentar o Mestrado em Ensino, conciliei o mesmo com as Atividades Extracurriculares e isso, sem dúvida, foi muito útil para colocar em prática todo o conhecimento que ia adquirindo ao longo do ano. Por motivos monetários, tive de abandonar o Mestrado após o término do primeiro ano, mas logo de seguida frequentei um estágio curricular no âmbito da licenciatura, num ginásio, que me fez perceber, desde cedo, que não era aquela a minha vocação, nem era do meu interesse. Terminei o estágio e voltei ao Mestrado para poder concluir aquilo que tanto desejava. Assim que regresssei, o meu foco foi terminar as disciplinas que tinha em atraso, Didática I e II, conciliando sempre com trabalho fora da escola. Após o término dessas duas disciplinas, chegou o ano do Estágio Pedagógico. Um ano trabalhoso e, sem dúvida, de muita superação. Já sabia que seria um ano árduo e cansativo, pois tive sempre de conciliar com trabalho que fosse remunerado. Sabia que tinha me esforçar o dobro para realizar todas as tarefas, mas valeu a pena. O importante é saber onde comecei, o caminho que percorri, os obstáculos que ultrapassei e onde consegui chegar.

1.3 APRENDIZAGENS A REALIZAR

No início do ano letivo 2022/2023 compilámos uma tabela onde foram descritas as atividades e projetos, alguns inseridos no guia de estágio, que os Professores Estagiários tinham de desenvolver durante o EP.

Tabela 1 – Tarefas a realizar durante o ano letivo 2022/2023

TAREFAS	CALENDARIZAÇÃO
<ul style="list-style-type: none">- Lecionar as aulas da turma que me foi destinada (9ºB);- Lecionar as aulas que o professor orientador entender que sejam necessárias.- Lecionar aulas ao 2º Ciclo do Ensino Básico (5ºA)	Ao longo do ano letivo 2022/2023
<ul style="list-style-type: none">- Reunião Semanal de Estágio	Quinta-Feira (11H- 11h45)
<ul style="list-style-type: none">- Planeamento, caracterização e realização:<ul style="list-style-type: none">-Planeamento anual, trimestral, mensal e semanal;-Planos de aula e respetivas justificações e reflexões críticas;<ul style="list-style-type: none">-Unidades Didáticas;- Caracterização da turma e do meio escolar;- Avaliações diagnósticas, formativas e sumativas;<ul style="list-style-type: none">- <i>Dossier</i> de estágio;- Relatório de estágio.	Ao longo do ano letivo 2022/2023
<ul style="list-style-type: none">- Organização e administração escolar:<ul style="list-style-type: none">- Assessoria à aluna do 9ºA com Necessidades Educativas Especiais	Ao longo do ano letivo 2022/2023
<ul style="list-style-type: none">- Projetos de Parcerias Educativas:<ul style="list-style-type: none">- Corta mato;- Mega Sprint;- Projeto RyHealth- 3x3 basquetebol	Ao longo do ano letivo 2022/2023
<ul style="list-style-type: none">- Estudo Caso	Ao longo do ano letivo 2022/2023
<ul style="list-style-type: none">- Observações:<ul style="list-style-type: none">- Aos estagiários do meu núcleo de estágio;- Aos colegas inseridos em núcleos de estágio diferentes.	Ao longo do ano letivo 2022/2023

1.4 ELEMENTOS RELATIVOS ÀS CONDIÇÕES LOCAIS E DA RELAÇÃO EDUCATIVA

Caracterização do Meio - Freguesia de Vilarinho do Bairro

Uma das tarefas propostas aos Professores Estagiários, no início do ano letivo, foi a realização de um documento caracterizador do meio e da escola. Foi muito importante conhecermos a realidade que nos iria acompanhar ao longo deste percurso. É fundamental, sendo Profissionais de Educação Física, conhecermos o meio onde vamos estagiar para direcionar o caminho da nossa intervenção pedagógica e isto é válido para o presente e futuro no que diz respeito à nossa atividade como agentes de ensino.

O objetivo de conhecer o meio e a população em que vamos atuar, conhecer a oferta ao nível desportivo, o que existe e o que preferem, conhecer a comunidade escolar desde funcionários, professores e alunos bem como a sua linha de conduta e metas a atingir é essencial.

A EBVB foi onde desenvolvemos o Estágio Pedagógico e pertence ao Agrupamento de Escolas de Anadia. A freguesia de Vilarinho do Bairro pertence ao Concelho de Anadia, e é uma das freguesias mais antigas e históricas do concelho.

A freguesia de Vilarinho do Bairro tem cerca de 3 000 habitantes, encontra-se situada a Sul do concelho de Anadia que faz fronteira com o concelho de Cantanhede, situando-se próxima das freguesias de Amoreira da Gândara, que recentemente se agrupou à União de Freguesias com Paredes do Bairro e Ancas, São Lourenço do Bairro e também Óis do Bairro, também agrupada recentemente numa União de Freguesias com Tamengos e Aguim.



Figura 1 – Concelho de Anadia

Oferta Desportiva

O concelho de Anadia é conhecido a nível nacional por ter no seu espólio desportivo vários Clubes e Associações que oferecem uma riqueza variada no que diz respeito à diversidade de modalidades desportivas praticadas no seu vasto território. A EBVB pertence ao Agrupamento de Escolas de Anadia e a freguesia da mesma ao concelho de Anadia e, por isso, é importante conhecer o seu enquadramento a nível desportivo para transmitirmos aos alunos as inúmeras escolhas e ofertas que têm ao seu dispor.

Recintos Desportivos

O Concelho de Anadia apresenta variados recintos desportivos e clubes/associações para as diferentes modalidades: Campo de Futebol de 11; Campo de Futebol de 7; Campo de Golfe da Curia; Centro de Alto Rendimento de Anadia / Velódromo; Courts de Ténis; Estádio Municipal de Anadia; Pavilhão de Desportos de Anadia; Pavilhão Desportivo de Ancas; Pavilhão Desportivo de Azenha; Pavilhão Desportivo de Sangalhos; Pavilhão Desportivo de Vila Nova de Monsarros; Pavilhão Desportivo de Vilarinho do Bairro; Pavilhão Municipal de Anadia; Piscinas Municipais; Campo de Rugby Moita; Centro de Alto Rendimento (Sangalhos/Anadia); Velódromo, Pista de BMX, Pista de XCO e Centro de Controlo e Avaliação de Treino Desportivo (CCATD); Parque Urbano de Anadia - três campos de Padel.

Modalidades Desportivas

Tabela 2 - Modalidades Desportivas no Concelho de Anadia

Atletismo	Ciclismo	Hidroginástica
Basquetebol	Columbofilia	Hóquei em Patins
Bilhar	Dança	Karaté
BTT	Futebol	Montanhismo
Caça e Pesca	Futsal	Motociclismo
Cardiofitness	Golfe	Natação
Rugby	Squash	Ténis

1.4.1 Agrupamento de Escolas de Anadia

A Direção do Agrupamento organiza-se da seguinte forma:

- **Diretor:** Aníbal Manuel Marques da Silva
- **Coordenadora de Estabelecimento:** Alexandra Tavares (Escola Básica de Vilarinho do Bairro)
- **Subdiretor:** Luís António Rosmaninho Campos Bandarra
- **Adjuntos do Diretor:** António José Dias dos Santos, Faustina Maria Clara Dias e Catarina Cristina Carreira Simões

Tabela 3 – Caracterização do Agrupamento de Escolas de Anadia

Agrupamento de Escolas de Anadia	
19	Estabelecimentos de Ensino
149	Turmas
328	Docentes
2824	Alunos (2.º CEB, 407 alunos; 3.º CEB, 649 alunos; Ensino Secundário, 386 alunos; Cursos Educação Formação, 20 alunos; Ensino Profissional, 207 alunos)
190	Alunos com Necessidades Educativas
53	Alunos a frequentar Português Língua Não Materna
35	Alunos com Português Língua de Acolhimento
11	Alunos com Currículo Específico Individual
537	Alunos estrangeiros (oriundos de 34 nacionalidades diferentes)

1.4.2 Caracterização da Escola Básica de Vilarinho do Bairro

População

Tabela 4 – Número de Alunos da EBVB

Ano de Escolaridade	Número de Alunos
1º, 3º e 4º	6 x 3 = 18
2º	5
5º	36
6º	45
7º	50
8º	44
9º	28
TOTAL	226 alunos

Na escola de Vilarinho do Bairro há cerca de 10 funcionários presentes a tempo inteiro no estabelecimento, distribuídos pelos seguintes postos:

- 1 - Bar do Professores.
- 1 - Bar dos Alunos.
- 1 - Biblioteca da Escola.
- 2 - Balneários dos Campos Exteriores.
- 1 - Portaria da Escola.
- 1 - Por cada Bloco de Salas, ou seja, 3 Funcionários.
- 1 - Secretaria da Escola.
- 2 - Nos espaços abertos de Recreio e Exterior.

Recursos Espaciais

Tabela 5 – Espaços Físicos da EBVB

Espaços Físicos EBVB, 2022-2023	
Descrição	Quantidade
Tabelas Basquetebol	8
Balizas andebol/futsal	4
Marcações voleibol	5
Marcações futsal/Andebol	2
Marcações Basquetebol	4
Telheiros (Espaço Coberto)	1
Caixa de areia	1
Pista de Velocidade	1

Tabela 6 – Pavilhão utilizado para a prática de EF da EBVB

Pavilhão	
Descrição	Quantidade
Balizas Futsal/Andebol	2
Marcações futsal/Andebol	1
Marcações de Boccia	1

Recursos Humanos

Nos recursos humanos estão presentes na escola três grupos principais, os funcionários, os professores e os alunos.

Tabela 7 – Recursos Humanos

Recursos Humanos, EBVB, 2022-2023	
Professores	36
Funcionários	12
Alunos	223

CARACTERIZAÇÃO DO GRUPO DISCIPLINAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O Grupo disciplinar da EBVB é composto por 3 Professores e 4 Professores Estagiários (Núcleo de Estágio). Todos os docentes, tanto do Grupo Disciplinar de Educação Física como das restantes áreas curriculares, sempre se mostraram disponíveis durante o ano para nos auxiliarem de uma forma prestável e assídua, fazendo-nos sempre sentir parte integrante do grupo escolar. Em todas as atividades organizadas pelo Núcleo de Estágio houve sempre colaboração dos docentes do Grupo Disciplinar e dos restantes, ajudaram-nos sempre que precisámos, no que diz respeito a inquéritos, autorizações, divulgações entre muitas outras coisas que fizeram com que nos sentíssemos à vontade para recorrer a eles sempre que fosse necessário.

CARACTERIZAÇÃO DO NÚCLEO DE ESTÁGIO

O Núcleo de Estágio era constituído por 4 elementos. Dos quatro, 2 realizaram a licenciatura na FCDEF-UC em Ciências do Desporto sendo que um deles já era portador do Mestrado em Treino Desportivo Para Crianças e Jovens, 1 no Instituto Politécnico de Coimbra na Escola Superior de Educação de Coimbra em Desporto e Lazer e 1 no Instituto Politécnico de Leiria, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais em Desporto e Bem-Estar.

Dos 4 elementos, anteriormente 2 deles tinham trabalhado em grupo, apesar de termos frequentado o 1º ano de Mestrado em conjunto.

Inicialmente foi um processo de adaptação uns aos outros e de nos conhecermos a nível pedagógico. Não foi um processo fácil para alguns, pois nem todos somos iguais, nem reagíamos da mesma forma aos novos desafios. Com o passar do tempo o grupo mostrou vontade de se conhecer e interligar, criando-se assim um grande espírito de entreatajuda e cooperação.

Foi notório que, muitas das vezes, alguns elementos optavam por realizar tarefas mais individualizadas, não partilhando com os restantes elementos e isso foi notado tanto pelo Professor Orientador Rui Luzio, como pelo restante Núcleo de Estágio. Posto isto, e depois de altos e baixos, ficou provado que trabalhar em grupo foi mais produtivo e rentável, mas, por vezes, foi preciso as coisas acontecerem para percebermos o que é mais vantajoso para nós e para os restantes.

É de salientar que o Professor Orientador Rui Luzio foi um elemento fundamental para a boa dinâmica do grupo, criando um bom ambiente e servindo de elo entre os elementos. Devido à sua perspicácia e capacidade de liderança, conseguiu sempre aperceber-se quando o Núcleo precisava de ser estimulado e chamado à atenção, tentando sempre corrigir de uma forma positiva e subtil, tentando não ferir a suscetibilidade dos elementos com mais dificuldades.

CARACTERIZAÇÃO DA TURMA

Como referido anteriormente, foi muito importante para nós como Professores Estagiários e futuros docentes, conhecer a população alvo com que íamos trabalhar e desenvolver as nossas capacidades de ensino-aprendizagem, facilitando-nos assim as escolhas dos instrumentos que pudemos utilizar para o planeamento das aulas, estratégias a adotar e todo o projeto a que nos propusemos. Antes de começar a trabalhar com uma turma, é imprescindível conhecê-la a nível pedagógico, físico, psicológico e sociocultural para conseguirmos ter sucesso durante o nosso desempenho com a turma.

A turma acompanhada durante o Estágio Pedagógico, no presente aluno letivo, foi a turma B do 9º ano de escolaridade, constituída por 11 alunos do sexo masculino e 8 do sexo feminino, 12 alunos com catorze anos, 3 com quinze, 1 com dezasseis e 3 com treze.

Para a caracterização da turma foi realizado um inquérito no Google Forms (Anexo 1), na primeira aula (19/09/2023), com o objetivo de conhecermos a nível pessoal, familiar, socioeconómico e escolar todos os alunos.

Depois de analisarmos o inquérito levado a cabo na turma do 9ºB, pudemos concluir que a maioria dos Encarregados de Educação são mães, sendo que dos 19, apenas 1 tem guarda partilhada e outro apresenta o pai como responsável nesta questão.

Na questão de “Que meio de transporte usas para vir para escola?”, dos 19 alunos inqueridos 52,6% como analisei, desloca-se para a escola através de transporte público, neste caso, autocarro escolar e táxi. Em relação ao tempo que demoram, 10 dos 19 alunos, demoram menos de 10 minutos a chegar a escola, 8 demoram entre 10-20 minutos e somente 1 demora entre 20-30 minutos. Nesta turma 4 dos dezanove alunos que completaram o inquérito já reprovaram até então no seu percurso escolar. Um deles no 3º e 7º, dois no 1º e outro no 3º ano.

Na turma do 9ºB mais de metade da turma estuda regularmente, mas mesmo assim ainda foi encontrada uma percentagem de 15,8% de alunos que estudam na véspera das avaliações o que não é positivo.

No que diz respeito à prática desportiva fora da escola, temos 11 alunos que o fazem. A maioria gosta de Educação Física e os alunos que responderam que não, foi em questão a algumas matérias que não se sentem tão à vontade para realizar.

A maioria da turma teve um aproveitamento muito bom a Educação Física, no ano anterior. As modalidades que os alunos mostraram interesse em praticar este ano letivo, com maior percentagem acima dos 50%, foram Badminton, Basquetebol, Voleibol e Futebol. A modalidade que os alunos menos gostavam de praticar nas aulas, também com uma percentagem acima de 50% é a Dança.

Os alunos desta turma preferem realizar tarefas em grupo e aquelas em que o professor tem em conta os interesse dos alunos. As características que os alunos do 9ºB mais apreciam num professor são a simpatia, a amizade e a compreensão.

Tabela 8 – Resultados FITescola ano letivo 22-23

Tabela de Registo Fitescola - 9ºB - 2022/2023																					
nºaluno	Aptidão Aeróbia			Aptidão Muscular									Flexibilidade						Agilidade/Velocidade		
	Vaivém			Impulsão Horizontal			Flexões de Braços			Abdominais			Ombro Direito			Ombro Esquerdo			20 Metros		
	1ºP	2ºP	3ºP	1ºP	2ºP	3ºP	1ºP	2ºP	3ºP	1ºP	2ºP	3ºP	1ºp	2ºP	3ºP	1ºP	2ºP	3ºP	1ºP	2ºP	3ºP
1	28	30	19	190	105	1,39	2	7	5	12	19	27	N	N	N	N	N	N	4,265	3,97s	4,1
2	16	16	18	160	134	1,35	2	NR	7	23	15	26	S	S	S	S	S	S	4,255	4,07s	4,06
3	69	62	73	215	160	2,03	23	20	23	78	80	71	S	S	S	S	S	S	3,685	3,69s	3,38
4	15	13	NR	130	108	1	1	NR	NR	21	23	NR	S	S	NR	S	S	NR	4,82	4,85s	4,89
5	43	20	4	203	205	2,05	15	11	21	25	50	71	N	N	N	N	N	N	3,21	3,29s	2,89
6	57	61	59	199	170	1,82	15	14	18	80	40	69	S	S	S	N	N	N	3,79	3,31s	3,32
7	25	39	45	207	178	1,89	2	1	16	52	67	64	S	S	S	S	S	S	4,18	3,97s	NR
8	62	35	58	235	218	2,1	19	20	21	50	33	54	S	S	S	N	N	N	3,82	3,27s	3,3
9	17	19	19	160	140	1,47	1	3	NR	17	40	NR	S	S	S	S	S	S	4,58	4,16s	4,27
10	15	15	19	150	130	1,3	1	2	7	19	27	35	S	S	S	S	S	S	4,58	4,42s	4,27
11	43	40	50	190	183	1,98	9	10	14	26	30	18	S	S	S	S	N	S	4,35	NR	3,43
12	20	30	32	200	167	1,63	10	4	10	20	29	29	S	S	S	S	S	S	4,26	4,08s	4,31
13	30	50	60	170	124	1,52	7	NR	20	27	37	63	N	S	S	S	S	S	4,125	NR	3,44
14	20	25	26	157	144	1,49	2	NR	6	40	80	64	S	S	S	S	S	S	4,36	3,90s	4,07
15	57	60	64	213	195	1,98	17	15	20	80	40	42	S	S	S	S	S	S	3,6	3,36s	3,56
16	41	51	52	180	152	1,84	13	20	21	34	72	71	N	S	S	S	S	S	3,91	3,69s	3,44
17	35	30	39	180	147	1,69	8	7	10	79	80	71	S	S	S	S	S	S	3,73	3,93s	3,66
18	76	90	69	238	210	2,1	25	25	28	80	80	71	S	S	S	S	S	S	3,3	3,16s	2,88
19	31	30	36	187	173	1,75	3	4	14	25	28	33	S	S	S	N	N	N	3,93	NR	3,31

Para conhecer melhor a turma, no que diz respeito às capacidades motoras, foi aplicada uma bateria de testes Fitescola nas duas primeiras aulas do 1º período, contudo, no 2º e 3º período a realização dos testes foi organizada de forma diferente, não perdendo aulas completas para a execução dos mesmos. Com a realização destes testes conseguimos ficar com uma ideia do nível físico em que se encontrava a turma e também quais os alunos que teriam maior disponibilidade motora para a prática de EF e os que teriam mais dificuldades.

Analisando a primeira fase dos resultados dos testes do FitEscola observamos, como era esperado, pelo que os alunos tinham chegado das férias de verão, níveis baixos de aptidão física, à exceção do nº3 e do nº18, que em diversos parâmetros apresentaram resultados no perfil atlético.

Estes testes iniciais também nos auxiliaram na decisão, logo de início, de optarmos por realizar trabalho de aptidão física em conformidade com as modalidades para melhorar a condição física da turma e a sua saúde.

CAPÍTULO II – ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

ÁREA 1 – ATIVIDADES DE ENSINO APRENDIZAGEM

A Área 1, Atividades de Ensino Aprendizagem, de acordo com o Guia de Estágio 2022/2023 está subdividida em três dimensões tendo como tarefas principais, a planificação, a realização, e a análise ou avaliação. Perante isto, foi realizada uma reflexão e análise das tarefas que desenvolvemos ao longo do EP, os ajustes que foram necessários fazer e transmitindo o máximo das experiências vividas neste caminho percorrido que foram importantes e fundamentais para o nosso processo de ensino-aprendizagem e desenvolvimento como futuros Profissionais de EF.

1. Planeamento

A construção do planeamento anual foi, sem dúvida, onde surgiram maiores dificuldades e fragilidades. Embora já tivéssemos tido contacto com este tipo de instrumentos, nunca com uma tarefa destas e de tamanha responsabilidade. Realizar um planeamento anual implica ter de seleccionar as Unidades Didáticas e conteúdos, programando as aulas para o ano letivo. Foram cometidos erros, escolhas e decisões que farão com que no futuro não as voltemos a cometer.

O planeamento abrange várias tarefas, como:

- Plano Anual.
- Plano Trimestral, Mensal e Semanal.
- Unidades Didáticas.
- Caracterizações, da turma e do meio escolar.
- Planos de Aula.

Anteriormente à realização do Planeamento, realizámos uma caracterização do meio escolar e da turma para termos perceção sobre a quem, onde, o quê e como íamos ensinar. A partir daí, traçámos objetivos que considerámos que os alunos atingissem consoante o tempo de prática dedicado para cada matéria. É de salientar que o Planeamento está em constante movimento porque pode ser ajustado devido a consequências externas ou internas (aquisição de conhecimentos por parte dos alunos).

Bento (1998), define planeamento como “uma reflexão pormenorizada acerca da duração e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina”.

O Planeamento, é um dos processos mais importantes do docente, é orientação e organização do processo ensino-aprendizagem para o ano letivo. Foi a partir dele que surgiram o número de aulas, a definição de objetivos e estratégias e por fim a avaliação. Posto isto, foi essencial conhecermos muito bem as diretrizes das AE (Aprendizagens Essenciais - suportando-se nos Programas Nacionais de EF, que embora revogados assumem-se como linhas orientadoras), e do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO), de forma a termos conhecimento de todo o material que tínhamos à nossa disposição para definirmos estratégias que iriam contribuir para o sucesso do processo de ensino-aprendizagem dos alunos.

Para a escolha das matérias baseámo-nos nos recursos da escola e os eventos desportivos que iriam ocorrer na mesma durante o ano letivo. No que diz respeito à organização de espaços e partilha dos mesmos, foi um processo rápido de gerir visto que a escola possui no máximo duas turmas no mesmo bloco.

O segundo documento que realizámos foi o Plano Trimestral sendo que já estavam a decorrer as aulas e também já tínhamos algum conhecimento de como e o que abordar durante as mesmas. O Plano Trimestral baseou-se no Planeamento de conteúdos a serem trabalhados em cada Unidade Didática, para cada aula e essa foi a nossa maior dificuldade, ter de organizar, escolher e planear os conteúdos seguindo os documentos orientadores (AE, PASEO e metas e planificações do Grupo Disciplinar de EF). Não foi uma tarefa fácil de realizar. Ao longo do ano sofreu alterações de acordo com a evolução dos alunos e a nossa perspetiva em relação à turma.

Em relação às Unidades Didáticas foi decidido com os Professores Estagiários e o Professor Orientador Rui Luzio. As mesmas foram realizadas à medida que foram lecionadas e assim o trabalho foi dividido e partilhado entre o grupo e cada um adaptou a Unidade Didática à sua turma.

Os Planos de Aula foram realizados diariamente e, consoante o feedback que tínhamos do Professor Orientador Rui Luzio, colegas de estágio e os relatórios que fazíamos de cada aula, permitiram-nos realizar os ajustamentos necessários no sentido de promover a progressão dos alunos nas aulas seguintes e isso ajudou-nos a realizar ajustes e estratégias.

Uma das nossas maiores dificuldades foi encontrar exercícios específicos para introdução de conteúdos e encontrar variantes para os mesmos, que os alunos fossem capazes de realizar com sucesso, visando a sua evolução.

Segundo Sousa (1991, cit. em Sousa, 2011, p. 3), “o Planeamento pode ser entendido como método de previsão, organização e orientação do processo de ensino-aprendizagem, concebido como um instrumento didático - metodológico, no sentido de facilitar as decisões que o professor tem de tomar, para alcançar os objetivos a que se propõe”.

Ao analisar esta citação de Sousa (1991, cit. em Sousa, 2011, p. 3), a elaboração de um bom Planeamento é crucial para ter resultados positivos durante o processo de ensino-aprendizagem e simplificar as possíveis decisões de ajustamento perante uma turma. O Planeamento surgiu como uma das principais ferramentas que nos ajudou a atingir os objetivos que traçámos e a que nos propusemos perante a turma que nos foi atribuída.

Um bom Planeamento e uma boa execução do mesmo é sinónimo de sucesso.

A proposta da realização do Planeamento que foi apresentada em Núcleo de Estágio, tinha diversas fases: Plano Anual e por Período (Planeamento a longo prazo), Plano por Unidade Didática (Planeamento intermédio) e o Plano por Aula (Planeamento a curto prazo).

1.1 PLANO ANUAL

O Plano Anual foi uma das primeiras etapas de trabalho no âmbito do EP para a organização do ano letivo. Depois de uma reunião de esclarecimentos com o Professor Orientador da escola, ficou mais nítida a importância de uma planificação coerente e organizada, mais concretamente do Plano Anual. Esta tarefa permitiu-nos definir as matérias e conteúdos a lecionar durante o ano letivo, nunca esquecendo os recursos disponíveis que tínhamos na escola, assim como circunscrever os momentos e respetivos procedimentos de AFI, Avaliação Formativa, Avaliação Sumativa (AS) e traçar os objetivos a atingir com a turma.

Para a realização do Plano Anual foi necessário tomar conhecimento:

- Do meio e da turma através da caracterização da turma.
- Dos recursos materiais e espaciais existentes – inventário realizado pelos Professores Estagiários (Anexo 2).
- Do número de aulas, por período e total.

- Do Plano Anual de Atividades da Escola.
- Das diretrizes das AE (Aprendizagens Essenciais - suportando-se nos Programas Nacionais de EF, que embora revogados assumem-se como linhas orientadoras).
- Do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO).
- Metas e planificações do Grupo Disciplinar de EF.

O Plano Anual é a programação cronológica das Unidades Didáticas a lecionar ao longo do ano letivo, sendo que cada uma destas engloba o número de blocos de 45 minutos bem como a função didática e as funções da avaliação atribuídas.

Após a realização do Plano Anual (Anexo 3) e com base neste, foram selecionados, organizados e distribuídos os conteúdos de cada UD, seguindo uma lógica. É importante referir que antes de lecionarmos cada aula, realizávamos um plano, devidamente estruturado e justificado, bem como a reflexão escrita do mesmo. A construção deste documento teve o apoio de sugestões facultadas pelo Professor Orientador Rui Luzio.

Após a análise das AE, dos inúmeros documentos orientadores sugeridos e discussão no Núcleo de Estágio, foram selecionadas as Unidades de Ensino procurando enquadrar-se também nas matérias nucleares inseridas nas opções do Grupo Disciplinar.

Ficou decidido, em Núcleo de Estágio, que as matérias a lecionar durante o ano letivo seriam, nos Jogos Desportivos Coletivos (JDC): Basquetebol, Andebol, Voleibol; nas modalidades individuais o Atletismo e a Ginástica (solo e aparelhos); nas Atividades Rítmicas Expressivas: Dança e, por fim, o Badminton e Orientação. Foi também definida outra UD, a “Condição Física”, sendo que a mesma foi integrada em todas as outras UD, com objetivo de desenvolver os pontos mais fracos da turma, observados nos testes iniciais do FITescola, e para assegurar uma continuidade do desenvolvimento da aptidão física, em particular aeróbia quando as matérias incidem mais sobre a força (por exemplo Ginástica) e a força quando as matérias incidem mais sobre a aptidão aeróbia. (Anexo 4) Quanto aos testes FITescola, foram lecionados no início do ano letivo, no início do 2º período e por fim no 3º Período, sendo esta última a avaliação final dos testes de “Condição Física” para verificar o progresso dos alunos ao longo do ano.

1.2 UNIDADES DIDÁTICAS

As UD são um conjunto ordenado de atividades e informações necessárias para a lecionação da modalidade e foram realizadas depois de analisar e interpretar as AE do 9ºano, a planificação de matérias e conteúdos do Grupo Disciplinar de EF da escola e ainda tudo o que vinha presente no Guia de Estágio 2022/2023 sobre o tema. É importante referir que foi aproveitado todo o trabalho do ano anterior, pois já tínhamos realizado a caracterização dos principais elementos técnicos das modalidades, poupando-nos muito trabalho, a partir daqui selecionamos aqueles que seriam pertinentes para a nossa lecionação este ano letivo. A construção das UD, mediante as turmas, contribuiu para a construção do nosso conhecimento e, perante isto, adotarmos estratégias necessárias e tomadas de decisão para o processo de educação e formação dos alunos.

A UD acabou por ser um Planeamento a médio prazo, que não teve apenas como objetivo a distribuição das matérias pelos blocos de aula da turma. O trabalho por blocos, em relação à realidade da turma do 9ºB foi bastante proveitoso, pois nas Unidades Didáticas de Desportos Coletivos como por exemplo o Basquetebol e o Andebol, justifica-se lecionar por blocos devido aos aspetos similares que são repetidos nessas modalidades. No caso do Atletismo seria interessante uma abordagem ao longo do ano, mas a sazonalidade obriga a concentrar as aulas em momentos menos frios e chuvosos.

O professor deve traçar objetivos como sendo o ponto chave para uma boa organização letiva. Depois de traçar objetivos o docente deve focar-se em criar métodos e etapas para os conseguir alcançar. Assim segundo Bento (1998), o tempo de ensino é utilizado racionalmente, uma vez que o professor já sabe onde deve concentrar-se e o que deve alcançar.

De acordo com Bento (1998), as UD são documentos muito importantes do programa de uma disciplina pois apresentam de forma clara as etapas de ensino-aprendizagem. Este autor também afirma que é neste momento que ocorre uma grande parte do Planeamento de um professor e, posto isto, o mesmo deve explorar a sua criatividade.

No início do letivo, o Núcleo de Estágio realizou um documento denominado “Justificação do Planeamento Anual”, o mesmo teve como objetivo justificar as escolhas feitas durante a criação do Planeamento Anual. Foi um documento que levou bastante

tempo a ser realizado, mas acabou por se tornar uma ferramenta de trabalho muito importante, poupando-nos muito tempo ao longo do ano, assim como uma maior facilidade no processo de ensino-aprendizagem.

Neste documento também foram construídos quadros com as diferentes categorias para os Níveis de Desempenho dos alunos em cada UD:

- Não Introdutório.
- Introdutório.
- Elementar.
- Avançado.

Esta divisão por níveis tornou-se bastante útil para a criação de grelhas da AFI, pois assim conseguimos identificar em que nível se encontrava cada aluno adotando as melhores estratégias, atribuindo-lhe um nível, realizando uma diferenciação pedagógica. Esta divisão também foi útil para a construção de grupos de trabalho ou equipas por níveis no planeamento de aulas.

No que diz respeito à seleção de objetivos para cada modalidade, nunca deixando de parte o que tínhamos inicialmente previsto, ao longo do ano letivo fomos conhecendo de forma mais pormenorizada o que cada aluno dominava e as maiores dificuldades de cada um, avaliando também as possíveis capacidades de progressão, lembrando sempre o nível em que começaram. Perante esta análise tornou-se mais fácil encontrarmos progressões pedagógicas e exercícios mais adequados.

Em todas as UD lecionadas foi realizada uma AFI (Avaliação Diagnóstica), com o objetivo de perceber quais os conhecimentos e aptidões dos alunos em cada uma delas. A AFI, ajudou-nos a definir estratégias de ensino e conteúdos a utilizar durante a leção das matérias, nunca esquecendo os objetivos propostos.

Relativamente às estratégias de ensino Roldão, (2009 pág.57) afirma que “A estratégia enquanto conceção global de uma ação, organizada com vista à sua eficácia (...): o elemento definidor da estratégia de ensino é o seu grau de conceção intencional e orientadora de um conjunto organizado de ações para a melhor consecução de uma determinada aprendizagem.”

Assim, nas Unidades Didáticas que lecionámos esteve presente informação, que nos guiou no processo: a história da modalidade, componentes técnicas e táticas dos

conteúdos a lecionar, estratégias a utilizar, seleção de objetivos a atingir de acordo com o nível da turma, exercícios/progressões pedagógicas, o planeamento da Unidade Didática e os momentos e procedimentos de avaliação.

As **Unidades Didáticas** lecionadas integraram as modalidades de **Atletismo, Basquetebol, Badminton, Dança, Andebol, Ginástica (Solo e Aparelhos), Voleibol e Orientação.**

Posto isto, nas unidades didáticas esteve presente informação pertinente, que nos guiou no processo de ensino-aprendizagem:

- Introdução.
- Modalidade Desportiva.
- Cultura Desportiva
- Características da Modalidade.
- Habilidades Motoras.
- Fisiologia de Treino e Condição Física.
- Resultados e Metas.
- Níveis de Desempenho.
- Quadro Extensão de Conteúdos.
- Planeamento da UD.
- Progressos Pedagógicos.
- Avaliação.
- Critérios e Parâmetros da UD.
- Grelhas de Avaliação.
- Estratégias de Abordagem do Ensino.
- Bibliografia.
- Anexos.

No final de cada Unidade Didática realizámos uma reflexão sobre a lecionação de cada matéria bem como das estratégias utilizadas, conteúdos abordados e decisões de ajustamento, em cada uma delas, aos planos de aula e conteúdos realizados.

1.3 PLANO DE AULA

Por fim, e não menos importante, chegámos à parte do Micro Planeamento que é aquela em que tivemos de realizar aula após aula e que é designada por “Plano de Aula”. Enquanto Professores Estagiários demos a máxima atenção à preparação antecipada do que queríamos realizar com a turma, de forma estruturada e organizada que tinha como objetivo uma boa instrução e compreensão por parte dos alunos dos objetivos e conteúdos de cada aula, assim como o tempo previsto para empenhamento motor, resultante de uma boa gestão de tempo. A escolha dos exercícios, inicialmente, foi bastante difícil, mas, ao longo do tempo percebemos que a turma necessitava de exercícios motivadores e que desenvolvessem a resolução de problemas, por exemplo, em jogo, nunca esquecendo as necessidades de aprendizagem dos alunos. É importante salientar que perante aquilo que tínhamos planeado para a aula, também existiu a capacidade de flexibilidade de reação e adaptação rápida a momentos que aconteceram e que não pudemos controlar.

Outro aspeto a referir e de grande importância, foi a realização do balanço de cada aula para a elaboração da aula seguinte, perceber quais as maiores dificuldades da turma, analisar os exercícios propostos e se foram realizados com êxito, melhorias para a aula seguinte e também analisar se os grupos de trabalho utilizados funcionaram no processo de ensino-aprendizagem.

Matos (1992) “refere que o plano de aula deve conter a organização das situações de aprendizagem, de um modo coerente, incorporando as decisões tomadas, tendo em conta os alunos e a matéria de ensino, com as suas potencialidades educativas no cumprimento das exigências didático metodológicas fundamentais.”

Para a elaboração de um plano de aula (Anexo 5) seguimos as orientações de Quina (2009), estruturado em três partes distintas, a parte introdutória/preparatória, em que realizávamos a preleção inicial, com informações e esclarecimentos sobre a aula e como ia decorrer a mesma, nomeando sempre os objetivos, exercícios a realizar, dinâmica da aula, regras de aula, grupos de trabalho entre outros. Ainda na parte inicial da aula indicávamos o aluno responsável pela realização do Protocolo de Ativação Geral (PAG) (Anexo 6), ferramenta criada pelo Núcleo de Estágio. A ativação geral é um programa de exercícios estruturado e progressivo concebido para ser utilizado como parte das aulas práticas de EF, nomeadamente dos exercícios de aquecimento antes da prática. Posto isto,

foi criada uma rotina sendo que, nas primeiras aulas fomos nós que demos as indicações de como se realizava e posteriormente os alunos ganharam autonomia.

Na parte fundamental/principal eram trabalhados os conteúdos selecionados, através dos exercícios escolhidos para atingir os objetivos propostos para a aula. A parte final incluía uma fase de retorno à calma, seguindo o Protocolo de Alongamentos (PA) (Anexo 7), ferramenta criada pelo Núcleo de Estágio e um dos aspetos fundamentais era o resumo da aula acompanhado de questões sobre situações realizadas na mesma, enquadrando os conteúdos abordados, a arrumação do material, entre outros.

De acordo com Bento (1998), para a construção do Plano de Aula encontramos várias condicionantes para as decisões didáticas e estas incluem-nos como professores (o nosso conhecimento em relação à turma e a nossa competência para lecionar, incluindo o saber específico), as condições de ensino (horário e número de aulas, número de alunos da turma e recursos de ensino) e, os alunos (a capacidade dos mesmos para a aprendizagem de conhecimentos, entre outros, a sua disponibilidade e vontade para aprender). Posto isto, foi muito importante para a realização dos planos de aula, ter em conta estes parâmetros pois o conjunto dos mesmos fez com que a nossa evolução em relação à elaboração dos mesmos fosse nítida e cada vez mais eficientes na elaboração destes.

Metzler (2011), diz que o plano de aula deve incluir objetivos da mesma, palavras-chave, material e o espaço necessário, uma lista dos exercícios e situações de aprendizagem planeadas, um tempo estimado para cada atividade e transições entre estas e também saber quantos alunos teremos por grupo pois, desta forma, conseguimos organizar a aula antecipadamente (Capel & Whitehead, 2010).

Ao seguir as orientações dos autores acima referidos, o plano de aula deve conter:

- Unidade didática.
- Nº de aula e da unidade didática.
- Tempo de aula.
- Espaço da aula.
- Recursos materiais.
- Função didática.
- Palavras-chave.
- Avaliação (tipo).
- Conteúdos a abordar.
- Objetivos da aula.

- Ano/Turma.
- Data.
- N° de alunos previstos.
- Critérios de êxito.
- Tarefas e a sua organização.
- Tempo de cada exercício.
- Justificação da aula.
- Balanço de aula.

Seguindo a mesma lógica, Fachada (2018) refere que “a complexidade do ato de educar implica que a construção do plano de aula e a definição das situações de aprendizagem tenham de ser coerentes com decisões pré-existentes, por exemplo quanto ao currículo dos alunos, ao longo do respetivo ciclo de escolaridade, e quanto à forma de operacionalizar os recursos existentes em cada escola (sobretudo o tempo, e sua distribuição por número de aulas, e os espaços disponíveis)”.

De acordo com Guia de Estágio Pedagógico 2022/2023, da FCDEF-UC, para cada aula elaborámos, previamente, um plano de aula com referência aos vários elementos do currículo incluindo, no mínimo: objetivos da aula, descrição de tarefas e respetivos objetivos específicos, tempo de cada parte da sessão e de cada tarefa, estratégias de organização, objetivos operacionais e critérios de êxito de cada tarefa, assim como a justificação das decisões e opções tomadas na elaboração daquele plano.

2. REALIZAÇÃO

Numa fase posterior ao planeamento, chegou o momento de o colocar em prática. Foi aqui que surgiu a realização, passando para o contexto real tudo o que tinha sido planeado e idealizado para o processo de ensino-aprendizagem criando momentos de aprendizagem efetivos. Foi a partir deste momento que começaram as observações, os ajustamentos e as adaptações necessárias durante a aula.

De acordo com o Guia de Estágio Pedagógico destacam-se neste ponto as seguintes Dimensões de Intervenção Pedagógica: Gestão, Instrução, Clima e Disciplina, Decisões de Ajustamento e ainda aqui, a Coadjuvação realizada a uma aluna do 9ºano com Necessidades Educativas, que sofre de Displasia Diafisária Progressiva, doença

hereditária do metabolismo ósseo, autossómica dominante, rara, caracterizada pelo espessamento progressivo da cortical diafisária dos ossos longos.

Segundo Siedentop (1998), um professor eficaz é aquele que consegue manter os alunos empenhados e focados nas tarefas arranjando meios e estratégias adequadas, durante bastante tempo, sem ter de recorrer a intervenções repressivas, negativas ou mesmo de punição. O mesmo autor apresenta quatro Dimensões que devem estar incluídas, presentes e ao mesmo tempo relacionadas, suplementando o processo de ensino-aprendizagem, Dimensões essas que foram seguidas durante o EP: Instrução, Gestão, Clima e Disciplina.

Neste subcapítulo serão analisadas as Dimensões de Intervenção Pedagógica e o efeito das mesmas, bem como a aplicação delas no processo de ensino-aprendizagem.

2.1 INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA

a. Instrução

De acordo com o Guia de Estágio Pedagógico 2022/2023, a Dimensão Instrução tem quatro momentos considerados fulcrais que devem ser desenvolvidos para o sucesso do nosso processo de ensino-aprendizagem:

- Informação inicial.
- Condução da aula.
- Qualidade dos feedbacks (FB).
- Conclusão da aula.

No que diz respeito ao primeiro momento, a informação inicial focámo-nos em transmitir os objetivos principais para a aula, os conteúdos que pretendíamos abordar durante a mesma, a organização das tarefas e fazer uma síntese do que tinha sido exercitado nas aulas anteriores, tentando perceber se os alunos estavam por dentro do que acontecia nas aulas. Devemos sempre questionar se os alunos percebem os conteúdos que vamos abordar na aula, para não existirem dúvidas quando passam à prática.

É fundamental que o aluno na instrução inicial perceba “o quê, o como e o porquê de fazer”, posto isto, o que vai realizar, como o vai fazer e o porquê e é aqui que entra diretamente a aprendizagem ligada à motivação dos alunos para a prática dos exercícios, tornando-se numa ferramenta fundamental para o processo de ensino-aprendizagem criando momentos em que nós, docentes, sabemos que existe de facto aprendizagem e não só mecanismo (Quina, 2009, p.90).

Esta dimensão é muito importante pois é aqui que se inicia a comunicação entre o aluno e o professor (recetor e emissor), facilitando a perceção dos alunos dos conteúdos e, ainda, colocando-os a par de como vai ser orientada a aula.

Passando para a prática, no início de cada aula, foi aconselhado pelo Professor Orientador da escola, a utilização de várias estratégias, uma delas utilizada desde bem cedo, a utilização do quadro branco como ferramenta de transmissão visual daquilo que se ia exercitar durante a aula. No quadro branco explicávamos os objetivos acompanhados pelos conteúdos de cada matéria, palavras-chave e ainda o aluno responsável pelo PAG. Se a aula fosse organizada perante grupos de trabalho, este também era o momento indicado para organizar a turma pelos grupos, sendo que assim era tempo poupado durante a aula.

Posto isto, uma das dificuldades inicialmente sentidas, foi nesta dimensão. Antes da aula começar já estávamos impacientes por saber que este momento tinha de acontecer. Projetar a voz e conseguir fazer uma instrução clara e objetiva para que os alunos percebessem, era o objetivo, mas devido à inexperiência às vezes a comunicação ficava confusa. Foi bastante difícil ultrapassar esta pressão, mas ao longo do tempo fomos melhorando e sendo cada vez mais capazes de o fazer. Com a prática, esta dimensão foi melhorando e é importante referir que um bom Planeamento do Plano de Aula faz toda a diferença para que este momento tenha sucesso.

Como era de esperar, existiram matérias que dominávamos melhor e outras que não dominávamos tão bem e isso fez com que estudássemos e pesquisássemos mais sobre as mesmas, encontrando estratégias pedagógicas que nos ajudassem no processo de ensino-aprendizagem, como por exemplo, na preleção inicial, ao lado do quadro branco colocar materiais auxiliares didáticos. Como exemplo, as matérias de Andebol e Ginástica que foram muito apoiadas por esses auxiliares, sendo que no Andebol foi exposto ao lado do quadro: o campo, as medições e também, inicialmente a disposição dos exercícios e,

por sua vez, na Ginástica, o circuito gímico em que em todas as aulas era colocado ao lado do quadro branco, identificando cada exercício e a rotação. Estes são só alguns exemplos de estratégias que adotamos para nos auxiliarem nesta dimensão e que foram uma grande ajuda para a organização das aulas.

“Retemos melhor o que vemos do que aquilo que ouvimos, recordamos ainda melhor o que vemos e ouvimos, recordamos particularmente bem o que dizemos e o que dizemos e fazemos” (Rosado & Mesquita, 2011, p. 73).

Em relação ao segundo momento, condução da aula, o Professor Orientador da escola também sugeriu várias estratégias para que a aula se desenvolvesse como planeada. Uma das estratégias foi utilizar os alunos como agentes de ensino. A partir do momento que observávamos os alunos, conseguíamos perceber qual disponibilidade motora deles para a prática e, a partir daí, escolhíamos para a demonstração o que se encontrava mais capaz para garantir que os restantes conseguissem visualizar o que era pretendido, tendo sempre em atenção a posição de quem estava a observar para permitir que tivessem um bom campo de visão. Outra estratégia que utilizamos bastante para conduzir a aula de forma correta, foi organizar os exercícios previamente, de maneira que a turma não tivesse comportamentos desviantes e ainda a construção de grupos de trabalho a partir da diferenciação pedagógica para que os que tinham mais dificuldades evoluíssem com os que tinham mais capacidades.

Outra forma, já referida no primeiro momento, foi a utilização de meios auxiliares didáticos, neste caso específico na matéria de Ginástica. Cada estação era um elemento gímico e em cada uma delas encontrava-se uma folha (Anexo 8) que continha os erros a evitar e as ajudas, uma imagem do elemento gímico e por fim três funções, executar, ajudar, corrigir. Funções estas que eram para os elementos dos grupos executarem de forma rotativa até todos passarem por elas. No caso da trave baixa, continha uma sequência.

Por fim, e não menos importante normalmente os alunos já sabiam os exercícios que iam realizar, pois na preleção inicial já era referido, e esta estratégia ajudou a poupar tempo durante a aula e a que os alunos não perdessem tempo de empenhamento motor visto que, quando se mudava de tarefa os mesmos já sabiam qual se sucedia.

Em relação ao FB, acaba por ser um complemento da instrução e da condução da aula. Seguindo o pensamento de Siedentop (1998), este define-se como sendo uma “informação relativa a uma resposta que se utilizará para modificar a resposta seguinte”. O FB é necessário para a aprendizagem e para a modificação do comportamento e desempenho do aluno perante uma tarefa que lhe é proposta e posto isto, quanto mais FB for fornecido maior é a possibilidade de o aluno melhorar a sua prestação.

Desde início que tentámos emitir bastante FB mas, perante isto tivemos de criar algumas estratégias e realizar pesquisas para o melhorar. Uma das estratégias foi colocar no plano de aula as palavras-chave e uma coluna ao lado dos exercícios que determinavam as componentes críticas dos mesmos, ou seja, um auxiliar que nos ajudava na correção e na emissão do FB, de forma que o conseguíssemos transmitir de forma correta para os alunos o reterem.

A inexperiência e a falta de conhecimento profundo de cada modalidade foram, sem dúvida, as maiores fraquezas pois como consequência disso o número de FB era reduzido, bem como a qualidade do mesmo.

Uma das maiores dificuldades era o momento de fornecer o FB correto, depois de algumas conversas com o Professor Orientador e a leitura de alguns documentos relevantes sobre o FB, percebemos que primeiro, era fundamental detetar os erros, de seguida determinar a sua relevância e as causas para arranjar um modo de o corrigir corretamente. Foi importante percebermos os tipos de FB, em relação ao seu objetivo e à sua direção aquando da prática os conseguirmos emitir no momento devido. Ao longo do ano fomos melhorando e desenvolvendo as capacidades de observação bem como deteção de erros e foi-se tornando cada vez mais fácil.

No que diz respeito ao FB utilizado durante as aulas, quando era detetado um erro semelhante na prática dos alunos, o mais indicado era a utilização do FB em grupo para que todos pudessem receber a informação do que estava errado e o que tinham de melhorar. Também foi bastante utilizado o FB individual e quinestésico em momentos específicos da tarefa. Com o passar do tempo, percebemos que o FB positivo motivava bastante a prática dos alunos e a sua prestação de forma a quererem empenhar-se até realizarem a tarefa corretamente.

Para concluir, é muito importante os Professores fornecerem FB de forma pertinente e sistemática para melhorar a eficiência do ensino e sobretudo para a motivação dos alunos. Após emitir um FB, o professor deve observar de forma preocupada a

execução do aluno (prática subsequente ao FB inicial), verificar se foi retido pelo mesmo e teve o efeito que esperava (alteração ou manutenção do comportamento) para, se necessário, voltar a prescrever FB. Os alunos são todos diferentes e cada aluno é um aluno e é importante manter FB variado e ir tentando perceber qual se adequa melhor a cada aluno.

Em relação à conclusão da aula, no início do EP foi um dos momentos com mais dificuldade de gerir pois como queríamos seguir à regra o tempo destinado a cada exercício, quando não o fazíamos, não tínhamos tempo para realizar a reflexão final das aulas. A conclusão da aula é um momento bastante importante e que deve incluir questionamento aos alunos para tentarmos perceber em que nível se encontram em relação à matéria, mas, também, refletir sobre o que se desenvolveu na aula. Com o passar do tempo este aspeto foi melhorado, chegando à conclusão da aula com uma reflexão e questionamento, questionamento esse que era previamente realizado e colocado no Plano de Aula e assim era uma forma de conseguirmos realizar Avaliação Formativa aos alunos. Este momento de conclusão tornou-se crucial para conseguirmos perceber se a turma estava dentro da matéria, muitas vezes os próprios alunos no fim, já tinham questões prontas e assim, acabava por ser uma discussão de ideias onde todas as dúvidas eram retiradas e ao mesmo tempo percebíamos o que cada um tinha alcançado.

b. Gestão

Desde o início que o Professor Orientador da escola nos mostrou a importância da gestão da aula, que, por sua vez está ligada a um bom Planeamento e uma boa organização do Plano de Aula. Inicialmente, foi um processo longo e demorado, gerir o tempo de cada tarefa, pois queríamos fazer tudo como estava planeado e não pensávamos que às vezes podíamos e devíamos realizar ajustamentos durante a aula. Depois de ouvirmos vários conselhos do Professor Orientador da escola, sobre a gestão e de como podíamos melhorá-la começámos a colocá-los em prática e a partir daí as aulas começaram a fluir e a desenvolver-se de forma mais eficiente. Algumas estratégias utilizadas foram:

- Disposição do material de forma a existirem o mínimo de trocas, evitando perdas de empenhamento motor no respetivo exercício, assim como possíveis comportamentos fora da tarefa.

- Antes do planeamento da aula, sabíamos onde a mesma ia decorrer (pavilhão, exterior ou telheiro), posto isto, realizávamos a previsão de utilização do espaço de forma adequada para favorecer o desempenho motor.

- Criação prévia dos grupos de trabalho colocando-os no Plano de Aula. No quadro branco na instrução inicial, era apresentado aos alunos qual o grupo dos mesmos, sendo distribuídos coletes se necessário. Esta estratégia foi fundamental para a organização da aula e gestão da mesma pois aquando do exercício em que eram necessários grupos ou equipas, já estavam identificados.

- Antes de começar a instrução inicial, era feita a verificação das presenças, se estivesse alguém em falta, escrevíamos no quadro branco. Visto que os grupos de trabalho eram organizados previamente, quando faltava alguém tínhamos de fazer ajustamentos automaticamente nos grupos e isso desenvolveu bastante a nossa capacidade de reação a situações inesperadas, fora do nosso controle que, por sua vez, têm de ser resolvidas antes de começar a aula.

- Foi criada uma rotina com a turma, em relação ao PAG. Inicialmente erámos nós os responsáveis, mas posteriormente, era um aluno responsável, nomeado na instrução inicial no quadro branco. Assim, em todas as aulas, depois da instrução, os alunos posicionavam-se autonomamente e realizavam o PAG.

- A utilização de palavras-chave, em todas as aulas no fim da preleção inicial eram colocadas no quadro branco, para aquela aula, de acordo com a matéria e os conteúdos. Posteriormente já eram os alunos a dizer quais eram as palavras, pois mediante os conteúdos e objetivos da aula ditos anteriormente já conseguiam perceber quais seriam as palavras-chave.

- Quando necessário, por exemplo na matéria de Ginástica, fazíamos a disposição do material antes da aula começar para não perder tanto tempo de prática. Na matéria de Voleibol, antes da aula começar também realizávamos a montagem da rede e a marcação dos campos. No final de cada aula, em qualquer matéria, os alunos tinham a responsabilidade de recolher e arrumar o material. São alguns exemplos de estratégias utilizadas para a gestão do tempo de aula.

Estas estratégias foram utilizadas em todas as UD, individuais e coletivas e tentámos desde início inculcar estas rotinas aos alunos, apesar de inicialmente não ter sido

fácil pois era tudo uma novidade para nós. Ao longo do ano letivo, tudo se foi tornando mais natural e eficiente, melhorando a dinâmica da aula e a gestão do tempo de prática dos alunos dedicado a cada matéria.

Seguindo a linha de pensamento de Siedentop (1998), o professor deve adotar uma conduta que consiga criar o elevado envolvimento dos alunos nas tarefas da aula, como disse anteriormente, a criação de rotinas ajudou bastante para que isto acontecesse, como consequência reduzindo o número de comportamentos desviantes e a utilização eficaz do tempo da aula.

Foi fundamental criar regras e rotinas desde início, com esta turma e com quaisquer turmas que venhamos a trabalhar futuramente. As rotinas são muito favoráveis para o ensino. Essa foi uma das dificuldades encontradas, apesar de corrigidas ao longo do tempo e presentemente a turma já sabe o que tem de realizar após a preleção inicial. A comunicação deve ser melhorada e é uma das grandes fragilidades, pois precisamos de ser mais curtos e objetivos nas explicações e utilizar palavras-chave que ajudem os alunos a perceber e interiorizar o que precisam para a prática.

Em relação ao FB uma das fragilidades inicialmente sentidas era saber qual o momento certo de o emitir, ao longo do tempo percebemos que para isso tínhamos de dominar as determinantes técnicas dos exercícios e os conteúdos das matérias. Como existiam dificuldades, o estudo e a preparação das aulas foram pontos que nos levaram bastante tempo, mas que foram cruciais para o nosso desenvolvimento e crescimento como profissionais. Atualmente já temos muito mais facilidade na emissão de FB visto que foi um instrumento utilizado durante todo o ano letivo e que fizemos questão que estivesse presente em todas as aulas.

Na parte da dimensão gestão, foi bastante difícil organizar os Planos de Aula de forma a cumprirmos o tempo dedicado a cada exercício e na escolha dos mesmos, pois não dominávamos os conteúdos como era necessário para o fazer. Para ultrapassar este obstáculo, tivemos de nos guiar pelos documentos orientadores, já referidos, de forma a não repetirmos conteúdos. Uma das estratégias utilizadas para melhorar este aspeto, foi, ao longo das aulas, observarmos onde os alunos tinham mais dificuldade e posteriormente organizarmos essas dificuldades de forma a introduzirmos novos conteúdos, nunca as esquecendo.

Inicialmente, existia alguma inibição para colocar questões aos alunos, pois o receio de não sabermos esclarecer as dúvidas dos mesmos era grande, mas, ao longo do ano letivo, essa lacuna foi resolvida através do nosso empenho no estudo dos conteúdos e curiosidades de cada matéria. Atualmente, todas as aulas têm questionamento no início durante e no final. Houve uma melhoria bastante significativa no que concerne à organização das aulas, dos planos, da escolha dos exercícios e da forma como nos expressamos perante os alunos, é gratificante olhar para trás e conseguirmos ver essa evolução.

Concluindo, a gestão da aula provém de uma boa organização do Plano de Aula, contribuindo para o controlo tanto do comportamento dos alunos e do tempo útil de prática, como para o desenvolvimento das situações de aprendizagem efetivas.

c. Clima e Disciplina

O clima e a disciplina são parâmetros que se encontram diretamente ligados, pois uma aula com disciplina conduz a um clima favorável para desenvolver o processo de ensino-aprendizagem dos alunos, visto que o professor não perde tempo com chamadas de atenção devido a comportamentos desviantes e consegue-se focar nas estratégias pedagógicas que pretende utilizar com a turma. Ou seja, podemos afirmar que esta dimensão condiciona as outras.

No que diz respeito à turma do 9ºB, não foi uma tarefa fácil pois existiam vários alunos que destabilizavam a turma e perturbavam o clima, criando um ambiente tenso devido às chamadas de atenção e às paragens necessárias devido a esses comportamentos desviantes, inclusive fora da tarefa. Ao longo do ano, devido às rotinas criadas, a turma foi melhorando a sua postura colaborando ativamente para um clima saudável de aula. Muitas vezes era necessário ignorarmos os comportamentos fora da tarefa para não influenciar a dinâmica da aula. Com isto, quanto mais ativos os alunos estavam nas tarefas, menos comportamentos de indisciplina existiam.

Foi primordial manter a nossa posição para intervirmos rapidamente assim que aconteciam comportamentos desviantes, assim como, existirem tarefas previstas para

alunos que não realizassem a aula por motivos externos ou para aqueles que não respeitassem as condutas estabelecidas para o bom clima da aula.

É fundamental que os alunos respeitem o professor e vice-versa, cada um manter o seu lugar e ambos saberem a sua posição. Por vezes, não foi fácil e aconteceu no início do letivo, mas ao longo do ano os alunos foram percebendo e captando informações sobre cada Professor Estagiário e foram melhorando a postura contribuindo para a aquisição de conhecimentos, disciplina e do clima da aula.

Algumas estratégias utilizadas para colmatar situações diversas, aconselhadas pelo Professor Orientador da escola, foram a separação dos alunos mais destabilizadores, ou seja, colocá-los em grupos de trabalho diferentes e também, quando a matéria permitia ter alunos à baliza, eram esses que faziam esse papel. À medida que íamos conhecendo a turma, criávamos estratégias que nos ajudassem a atenuar estas situações desfavoráveis e a partir daí os alunos também começaram a perceber o porquê de o fazermos, como consequência, as atitudes dos mesmos começaram a mudar.

Siedentop (1998), diz que um sistema de organização eficiente e a utilização de estratégias apropriadas, cria um ambiente no qual é mais fácil aprender.

d. Decisões de Ajustamento

As decisões de ajustamento (Anexo 9) partem do pressuposto que foi feita uma alteração/ajustamento ao Planeamento ou ao Plano de Aula. Por vezes, o Plano de Aula e os exercícios programados não funcionavam da forma que estávamos à espera e tínhamos de tomar uma decisão no momento da intervenção pedagógica. Assim que realizávamos o ajustamento, era muito importante posicionarmo-nos de forma a vermos a turma a realizar o novo exercício, analisando o comportamento dos alunos e o que poderia melhorar no mesmo, caso não corresse como previsto. Por exemplo, condições climatéricas não favoráveis, alunos a faltar, os alunos não perceberem o exercício e o objetivo do mesmo, isto, entre inúmeras situações que aconteceram e a maioria delas fora do nosso controlo, pelo que existia um plano B quando as aulas eram no exterior.

Inicialmente foi difícil perceber como tínhamos de proceder ao desenvolvimento de um documento que mostrasse as decisões de ajustamento que aconteciam em cada

aula, mas, ao longo do ano fomos percebendo como tínhamos de relatar as situações e justificá-las.

O instrumento que sofreu mais ajustamentos durante o ano letivo foi, sem dúvida, o Plano de Aula e por isso, o mesmo deve ser flexível e adaptável a qualquer circunstância.

e. Coadjuvação

Perfil Funcional do Cargo de Coadjuvação a uma Aluna com Necessidades Educativas (NE)

Este cargo de coadjuvação foi-nos atribuído com o objetivo de acompanharmos uma aluna da turma A do 9º ano de escolaridade, da Escola de Vilarinho do Bairro, nascida a 28/05/2008 com 14 anos. Esta aluna sofre de Displasia Diafisária Progressiva.


A Coadjuvação da aluna com Necessidades Educativas, passou por acompanhá-la nas aulas de Educação Física e realizar a mesma atividade física, adaptada às suas necessidades pois ela desloca-se numa cadeira de rodas e só conseguia caminhar de canadianas.

Esta Coadjuvação foi um grande desafio contribuindo muito para o nosso desenvolvimento profissional pois, nunca tínhamos realizado antes um acompanhamento neste sentido. Sempre esteve presente o interesse no que diz respeito à inclusão, sendo que este, depende de vários agentes, não só dos professores, mas também dos pais e de outros profissionais cooperantes nas escolas.

Antes do primeiro encontro com a aluna, procurámos informações sobre a doença da mesma, pesquisámos e conversámos com as Professoras Responsáveis pela Educação Especial para tentarmos perceber em que nível se encontrava a aluna e qual seria a sua disponibilidade para trabalhar e colaborar connosco na sua evolução.

Depois de conversar com o Professor Orientador da escola e as Professoras responsáveis, ficou decidido, após cada aula realizarmos uma autoavaliação com o objetivo de registar o progresso da aluna. Aqui foi registado tudo o que era trabalhado com a mesma nas aulas, as matérias, os exercícios e ainda o estado da aluna no dia da aula. Esta avaliação foi registada numa tabela como a seguinte:

Tabela 9 – Tabela onde foram realizados os registos das aulas e a autoavaliação da coadjuvação

Data	Sumário	Aluna 	Professor

Após algumas conversas com a aluna, percebemos que sua maior dificuldade era caminhar e manter-se muito tempo de pé. Este problema de saúde foi-lhe diagnosticado com 2 anos de idade e tanto a sua mãe como a sua avó materna sofriam e sofrem do mesmo. “Os autores descrevem o caso clínico de um doente com manifestações iniciais da doença na infância, mas cujo diagnóstico só foi estabelecido durante a idade adulta, depois de evoluída a doença, e após surgirem as mesmas manifestações em um dos filhos. Salienta-se a dificuldade no diagnóstico e a relevância do diagnóstico diferencial com outras doenças que cursam com osteosclerose e/ou hiperosteose. Na literatura é rara a descrição da sua evolução ao longo dos anos.” (M Bogas, 2009)

A principal dor é nos joelhos e é o que a incomoda mais, sendo que houve dias em que a aluna não se sentia capaz de sair da cadeira de rodas.

A aluna, só começou a andar de cadeira de rodas em janeiro de 2022 pois em dezembro de 2021 teve uma crise que a fez estar quinze dias sem se movimentar e, a partir daí, as coisas foram piorando.

Assim, durante o ano letivo de 2022/2023 foi-nos atribuído este cargo, que teve como objetivo (traçado por nós e pela aluna), em dezembro de 2022, a aluna conseguir subir as escadas de canadianas, pois ela sentia-se frustrada por não o conseguir. Algumas aulas eram em outras salas, ou seja, ela via-se obrigada a subir escadas e como não conseguia os professores tentavam adaptar, mas ela sentia que prejudicava os colegas e sendo assim, com todo o profissionalismo e resiliência, tentámos ao máximo ajudá-la a ultrapassar esta barreira que não lhe permitia fazer muitas coisas, não só na escola.

A aluna em anos anteriores participou e praticou Boccia na escola. Um dos nossos objetivos com a aluna foi que ela voltasse a praticar e a participar em torneios. Fazermos com que ela se sentisse incluída, foi um processo longo e demorado.

Passando agora para a prática, durante o ano letivo às terças das 9h às 10h30 e às quintas das 16h50 às 17h30, era realizada a coadjuvação à aluna durante as aulas de EF. O início não foi fácil pois a aluna não se sentia muito à vontade para conversar nem exercitar o que estava planeado. Durante algumas semanas, o grande objetivo foi conseguirmos motivá-la e fazê-la entender que não podia desistir das capacidades físicas dela, pois quanto menos se exercitar mais dificuldades irão surgir.

No início do 1º período, juntamente com a aluna, traçamos alguns objetivos que ela queria e gostava de atingir até ao fim do mesmo. Esses objetivos foram:

- Subir as escadas para as salas de Educação Visual, Tecnologias da Informação e Comunicação e Ciências Naturais (pois são salas onde se realizam aulas práticas).
- Ganhar mais força nos braços (para ser mais fácil na utilização das canadianas).
- Fazer terapia (fora da escola).
- Inclusão nas aulas de EF.
- Motivação para utilização mais frequente das canadianas.

Depois de traçar objetivos com a aluna, começamos a trabalhar para os atingir. Nas primeiras aulas tentamos perceber quais as maiores dificuldades dela e o que ela conseguia fazer e não conseguia, como por exemplo: só conseguia dar 3 a 4 passos com as canadianas (por falta de força nas pernas e nos braços); pouca flexibilidade nas pernas. Com isto, começamos a planear alguns exercícios que não fossem muito agressivos para ela sentir alguma evolução e motivação. Começamos por realizar muitos exercícios de pernas, com bola de esponja e com elástico e depois passámos para os braços com um peso de 2kg e também com elástico, mas todas as aulas (tirando as que ela tinha dores nos joelhos) dávamos alguns passos com as canadianas ou subíamos algumas escadas.

Depois de algumas aulas de exercitação, focámo-nos mais nas escadas pois os professores tinham aulas práticas para lecionar e a aluna não conseguindo subir tinham de ficar na sala e isso não a fazia sentir-se bem, como era de esperar. Muitas vezes questionávamos o porquê de ela não querer que a levassem para cima com ajuda... e depois percebemos que o objetivo dela, era conseguir, por ela própria sem ajuda.

A aluna começou a fazer terapia quântica fora da escola, que era um dos objetivos traçados, isso também ajudou pois no 2º período já conseguia subir as escadas e já não

sentia a dificuldade como antes e todo o trabalho que fizemos em paralelo com a subida das escadas ajudou bastante para que ela ganhasse força nos braços.

A aluna durante o 1º e 2º período colaborou bastante para o bom desenrolar das atividades que foram feitas em conjunto com ela.

Como era de esperar, a aluna tinha dias bons e menos bons pois, infelizmente, ela não conseguia controlar esse obstáculo. Nos dias que se sentia bem, sempre trabalhou e colaborou nas atividades. A turma do 9ºA, começou a matéria de Dança e quando organizaram os grupos de trabalho a aluna fez questão de participar e fazer parte de um grupo. A apresentação realizou-se no início do 2º período. Foi um momento bastante gratificante pois demonstrou que todo o nosso trabalho estava a ser bem-sucedido, tanto na motivação da aluna como da inclusão da mesma.

Nos dias menos bons, optámos por ir com a aluna assistir a algumas aulas dos colegas, pois sabíamos que isso a fazia sentir-se bem. Muitas vezes conversávamos e ficávamos pela sala a realizar exercícios de força – braços e pernas – sem que a mesma tivesse de se levantar da cadeira de rodas. Nestes dias menos bons, a aluna tinha pouca força nas pernas, então também não insistíamos muito com ela.

No início do 3º período deparámo-nos com uma regressão da aluna. Apesar de ter estado duas semanas de férias, tínhamos combinado ela realizar alguns exercícios que já eram conhecidos da mesma e também usar, sempre que conseguisse, as canadianas.

Depois de ela se explicar, percebemos que teve de abandonar a terapia quântica e isso fez muita diferença, pois ela frequentava-a duas vezes por semana e era estimulada de forma diferente daquilo que era na escola. A aluna começou a ter mais dores e estar menos motivada. Apesar desta regressão a aluna continuou a trabalhar e, sempre que possível, adicionávamos algum exercício novo perante a sua evolução. A partir do momento em que a turma do 9ºA deu início à matéria de Voleibol, todas as aulas, em conjunto com a aluna, foram realizados vários exercícios: passe, manchete, entre outros.

É importante referir que para o Planeamento das aulas com a aluna com Necessidades Educativas, guiámo-nos pelo “CRIE” – Contexto; Regras; Instrução; Equipamento (Campos, 2019) que tem como objetivo realçar a criatividade dos técnicos de desporto e EF abrangendo a organização das aulas, o que podemos realizar com os alunos, os equipamentos que usamos e o espaço onde as desenvolvemos criando

adaptações e mudança das regras para conseguir incluí-los nas atividades pretendidas. Ainda de acordo com a autora Campos (2019), as aulas de EF inclusiva foram planeadas e organizadas de acordo com algumas questões:

1. Qual é o objetivo da atividade?
2. A atividade é apropriada à idade/competência psicomotora?
3. A atividade é segura?
4. De que forma é que a atividade beneficia todos os alunos?
5. Estou adequadamente preparado(a) para ensinar?
6. A atividade é funcional e divertida?

Era a partir destas questões que organizávamos da melhor forma as aulas, mas nunca esquecendo o objetivo de conseguirmos motivar a aluna. Com o passar do tempo fomos conhecendo melhor os gostos, as capacidades, as fragilidades e as competências e, a partir daí, organizávamos aula após aula, dependendo de como ela se sentisse e da sua disposição para colaborar.

INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO 2º CICLO

Segundo o Guia de Estágio 2022/2023, os Professores Estagiários tinham de lecionar um número mínimo de 4 aulas, ao longo de um período mínimo de 1 mês, em outro ciclo de ensino. Após conversar com o Professor Orientador da Escola e com o Professor responsável pelo 2º ciclo, ficámos responsáveis pela turma do 5ºA entre o dia 8 de fevereiro e 10 de março, com as matérias de Atletismo (Corridas e Salto em Comprimento) e Ginástica (Solo e Aparelhos).

Atletismo

Antes de iniciar a lecionação, procurámos perceber o horário da turma e em que nível se encontravam, em relação às matérias que íamos lecionar, para isso reunimos com o Professor responsável pela mesma e percebemos que seria o primeiro contacto de muitos alunos com as modalidades. Realizámos um planeamento (Anexo 10) após a leitura e análise das AE do 5º ano, de forma a seguir uma sequência de conteúdos lógica,

de maneira a promover o desenvolvimento das capacidades dos alunos, visto que só teriam estas modalidades conosco.

Na preparação das aulas de Atletismo, para além dos conteúdos base da modalidade, incluímos em todas as aulas uma atividade lúdica para conseguir manter os alunos motivados, visto que o Atletismo é uma modalidade individual. A turma tinha um bom empenhamento motor, mas, ficavam muito mais motivados sempre que realizavam uma atividade lúdica, ou seja, tentávamos sempre exercitar os conteúdos da matéria de forma lúdica, no início da aula e, assim, conseguíamos a atenção e concentração por parte da turma para o resto da aula.

Ao realizarmos a AFI, analisámos, avaliámos os registos e o que observámos, sendo que, a turma não dominava a matéria, tanto na corrida como no salto em comprimento, mas era do interesse dos mesmos aprender e exercitá-la. Muitas componentes técnicas não eram realizadas corretamente. Então, mostrámos-lhes que Atletismo não é só correr, pois no questionamento da primeira aula da matéria foi isso que concluímos sobre a perceção da turma: o atletismo é só correr. Para que os conseguíssemos corrigir e para terem sucesso, tinham de dominar algumas componentes técnicas que eram essenciais ao desenvolvimento do mesmo.

Inicialmente procurámos mostrar-lhes as fases da corrida: **Partida** (pés em semiflexão, apoiados alternadamente, membros inferiores semifletidos, tronco inclinado à frente e membros superiores com flexão a 90° e alternados paralelos ao tronco); **Aceleração**: Inclinação do tronco à frente, movimentos rápidos e com ciclo curto dos membros inferiores com passagem do pé na zona do glúteo); **Velocidade máxima**: (tronco direito, membros inferiores alternados com membros superiores e passada larga como passagem no glúteo) e **Chegada**: projeção do tronco à frente sem reduzir a velocidade).

De seguida passámos para as quatro fases do Salto em Comprimento: corrida de balanço, chamada, suspensão, ou voo e receção, que são os conteúdos base da modalidade para que os alunos conseguissem realizar um salto correto e com qualidade.

Quando desenvolvemos a velocidade de reação, uma das estratégias utilizadas com um teor um pouco lúdico foi: Jogo da Pedra, Papel ou Tesoura: Os alunos organizavam-se numa única fila paralela à linha lateral do campo de futebol, mas situados na zona central do campo, 1 contra 1 o jogo da Pedra, Papel ou Tesoura. Quem ganhava decidia rapidamente um dos lados para ir e o outro tinha de reagir também para o apanhar

antes deste chegar à linha lateral. Se fosse apanhado, quem apanhava somava 1 ponto, se não fosse apanhado, este somava 1 ponto.

Uma das estratégias utilizadas, com o objetivo de os manter estimulados e motivados para a matéria, foi a realização de vários jogos lúdicos, como dito anteriormente, mas com o objetivo de exercitarem os conteúdos, criando regras, nunca esquecendo o que os alunos tinham de desenvolver. Ao longo de várias aulas, percebemos que as principais dificuldades dos alunos eram a coordenação, o conhecimento do próprio corpo e a falta de lateralidade.

Após terminar as aulas correspondentes à Unidade Didática de Atletismo, o balanço foi positivo e desafiador. Sendo que este não foi o primeiro contacto com o 2º ciclo, a experiência foi muito estimulante, principalmente, pela oportunidade de superarmos algumas dificuldades inerentes às características dos alunos e da matéria.

Ginástica

Os alunos apresentaram-se com significativas dificuldades na matéria de Ginástica de Solo uma vez que, foi o primeiro contacto com esta para a maioria dos alunos.

No início da matéria foram demonstrados todos os elementos gímnicos que íamos exercitar, em todas as aulas o fizemos e utilizámos os alunos que tinham maior facilidade como agentes de ensino.

No fim da primeira aula, conseguimos observar evoluções muito positivas nos elementos gímnicos, tanto naqueles que não os sabiam realizar, como nos que já os dominavam minimamente. É muito satisfatório e desafiador observarmos estas aprendizagens pois significa que os alunos estiveram atentos no processo, empenhados e motivados.

Na Ginástica de Aparelhos abordámos o salto ao eixo no boque e o salto em extensão com saída frontal no minitrampolim. Nestes aparelhos os alunos realizaram uma progressão pedagógica que lhes permitiu perder o receio e posteriormente realizar os saltos. A maioria dos alunos conseguiu realizar o salto de vela e o salto para cima do boque (em eixo). Saltar ao eixo por cima do boque apenas 4 alunos conseguiram.

De salientar que, antes de saltar no boque, os alunos realizaram uma tarefa mais lúdica, “salto ao eixo” uns por cima dos outros.

De um modo geral podemos classificar como boa a prestação geral dos alunos na matéria de Ginástica e com perspectivas de evolução significativa nos próximos anos. Apesar de muitos não conseguirem realizar na totalidade alguns elementos gímnicos, os alunos mantiveram a motivação e a curiosidade em melhorar e aprender. Foi uma experiência muito enriquecedora e a turma contribuiu bastante para este processo.

Na construção dos grupos de trabalho, houve o cuidado de, antecipadamente, falarmos com o Professor Responsável da turma, conseguindo assim grupos de trabalho equilibrados, consoante o nível de cada aluno.

Na dimensão gestão, o principal objetivo era que obtivessem um bom tempo de empenhamento motor, sem paragens, sem conversas paralelas e dispersões. A turma contribuiu bastante para o bom desenvolvimento de ensino-aprendizagem.

De forma geral, fica um sentimento de conquista pois conseguimos superar muitas das nossas dificuldades em relação à matéria e à lecionação da mesma e o empenhamento e motivação da turma também contribuíram para isso. É muito satisfatório ver efeitos das aulas no desenvolvimento dos alunos e nas aprendizagens deles.

3. AVALIAÇÃO

No início do ano letivo 2022/2023, foi desenvolvido pelos Professores Estagiários, um “Documento geral de Avaliação”, onde foi realizado um enquadramento teórico sobre a Avaliação Inicial, Formativa, Sumativa e Autoavaliação, sobre os diversos momentos de avaliação, a metodologia de avaliação para cada modalidade (níveis de desempenho) e os critérios de avaliação. Este documento acompanhou-nos durante todo o ano e foi um instrumento de trabalho muito proveitoso, pois perante as nossas dúvidas era facultado.

Segundo Ribeiro (1999), “A avaliação pretende acompanhar o progresso do aluno, ao longo do seu percurso de aprendizagem, identificando o que já foi conseguido e o que está a levantar dificuldades, procurando encontrar as melhores soluções”. Depois de todas as experiências durante o ano letivo, esta afirmação faz todo o sentido, pois a avaliação é importante em todas as fases do ensino, desde o início (AFI), durante (Avaliação Formativa) até ao fim de todo o processo de aprendizagem (Avaliação Sumativa).

A avaliação permitiu-nos a recolha contínua de dados e informações sobre os alunos e conseqüentemente a mudança das nossas decisões e intervenções pedagógicas

para promovermos uma prática continua com qualidade. Não tínhamos noção da importância da mesma até chegar ao EP. Foi importante transmitirmos aos alunos em que nível eles se encontravam assim como, a sua evolução, em questão aos objetivos programados para cada matéria.

Citado por Bento 1998, “O professor deve controlar e avaliar sempre também os seus próprios resultados pedagógicos”, ou seja, o professor após as suas intervenções, observações, discussões e avaliações, deve avaliar-se a si próprio e tentar perceber se conseguiu transmitir aos alunos aquilo que pretendia a tinha programado e também ter consciência dos próprios erros para posteriormente os corrigir ou modificar o processo usado.

No que diz respeito à avaliação da disciplina de EF, a mesma foi realizada de acordo com os objetivos de ciclo e ano, os quais explicavam qual devia ser o nosso foco na observação dos alunos nas respetivas situações. Assim sendo, para os alunos terem sucesso era necessário revelarem um conjunto de competências resultantes dos objetivos gerais, não esquecendo os critérios de avaliação pois foram eles que delimitaram o grau de sucesso de cada aluno. Os critérios de avaliação foram instituídos pela escola, pelo Departamento de EF e pelo professor e os mesmos compunham regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades escolhidas para a concretização dos objetivos e o desempenho das avaliações, previamente organizadas, para os alunos conseguirem mostrar aquilo que aprenderam.

Depois de cada avaliação, foram realizados relatórios onde se colocava toda a informação pertinente sobre cada uma delas, com os resultados da turma, alunos divididos por grupos de nível e ainda uma reflexão e análise criteriosa dos resultados.

3.1 Avaliação Formativa Inicial

AAFI é o primeiro momento de avaliação e a primeira fase do processo de ensino-aprendizagem, em que o professor consegue perceber em que estado se encontra cada aluno em relação aos conteúdos de cada matéria e qual a sua disponibilidade futura para os melhorar de acordo com os objetivos previstos. Nesta avaliação inicial o objetivo foi decifrar as dificuldades dos alunos e as suas aptidões tanto dos conteúdos como da aptidão física, assim como traçarmos metas e objetivos a curto, médio e longo prazo.

Esta avaliação pode ocorrer durante qualquer momento do período, desde que se iniciem novas UD, ou seja é necessário perceber quais as causas das dificuldades reveladas pelos alunos ao longo das aulas (Nobre, 2015).

Relativamente aos momentos de AFI, a mesma decorria sempre na primeira aula de cada UD, através de observação direta, com o auxílio de uma grelha de avaliação (Anexo 11) construída para o efeito, sendo que nessa grelha estavam os conteúdos que pretendíamos observar e os nomes dos alunos. No início foi visível a dificuldade de observação. Muitas vezes colocávamos a nossa atenção só num aluno e não conseguíamos ser rigorosos pois estávamos muito preocupados em fazer os registos que, por sua vez, não nos permitiam estar atentos à prática. Depois de conversar com o Professor Orientador da escola, optámos por, nas seguintes avaliações, estar mais concentrados na observação dos alunos, emitirmos FB e corrigi-los quando necessário e, logo a seguir à aula, fazermos a reflexão da avaliação e, então, preenchermos a grelha, conforme aquilo que tínhamos observado. Foi uma estratégia que nos ajudou bastante, pois conseguíamos estar mais atentos à aula e não estávamos preocupados em realizar registos.

Outra estratégia, foi a mudança no processo de AFI, em vez de ser através de observação direta, utilizávamos a Avaliação Coparticipada (Anexo 12) já utilizada na AFI da matéria de Voleibol. Este método foi realizado a pares e teve como objetivo um aluno avaliar outro através de uma grelha com os principais conteúdos a serem avaliados, fornecida pelos Professores. Assim, conseguimos observar e tirar as notas necessárias para a avaliação e posteriormente analisar o que os alunos observaram. Foi uma estratégia bastante útil e produtiva que sem dúvida, servirá para utilizarmos no futuro como docentes.

É importante referir que os procedimentos de observação foram adaptados às características das modalidades e também dos alunos. Nas modalidades coletivas de invasão, os alunos foram observados e avaliados relativamente à execução de gestos técnicos, aspetos técnicos defensivos e ofensivos e também dinâmica coletiva perante esses.

Nas modalidades individuais, como por exemplo na Ginástica, as observações foram feitas através da execução ou não das componentes críticas programadas de cada elemento, mas, no Atletismo existiam valores de referência que tinham de ser seguidos, mas nunca esquecendo a execução técnica.

Foi a partir do momento da AFI que demos início à construção de todas as metas e fases da aprendizagem para a turma, ou seja, depois de conhecermos a turma e o nível de aprendizagem da mesma, começámos a traçar o percurso que queríamos percorrer e alcançar com ela. Depois de qualquer AFI é importante perceber as características dos alunos e agrupá-los por grupos de níveis, criando estratégias pedagógicas de ensino de forma que consigam evoluir e passar para outro nível. À medida que os alunos foram evoluindo, também fomos modificando os grupos e as estratégias, tentando sempre perceber quais os pontos em que os alunos tinham mais dificuldade e o que precisavam de evoluir.

Depois de uma AFI e a análise da mesma:

- Verificávamos se o aluno possuía aprendizagens anteriores.
- Identificávamos os níveis de desempenho dos alunos, agrupando-os de acordo com o nível de aprendizagem de cada um (introdutório, elementar ou avançado).
- Definíamos estratégias no processo de ensino-aprendizagem.
- Desenvolvíamos ações de forma a recuperar matérias que não foram aprendidas, ou que não dominavam tão bem quanto o esperado.

Um dos pontos a melhorar no que diz respeito à avaliação é, sem dúvida, dominarmos cada vez melhor os conteúdos avaliados e posteriormente utilizarmos outros métodos de avaliação.

3.2 Avaliação Formativa

De acordo com o Decreto-Lei n.º 55/2018, enquanto processo regulador do ensino e da aprendizagem, a avaliação orienta o percurso escolar dos alunos e certifica as aprendizagens realizadas, nomeadamente os conhecimentos adquiridos, bem como as capacidades e atitudes desenvolvidas no âmbito das áreas de competências inscritas no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

Allal (1986) diz que os processos de avaliação formativa são realizados para permitirem ajustamentos constantes durante o desenvolvimento e experimentação de um novo currículo, manual ou método, posto isto, esta avaliação foi usada durante a

instrução das aulas onde eram fornecidos FB com o objetivo de ajustarmos o processo de ensino-aprendizagem. Na AFI foram traçados objetivos a atingir e, a partir da avaliação formativa, foi possível realizarmos adaptações aos mesmos consoante a evolução da turma.

A avaliação formativa tem o foco associado ao processo e ao desenvolvimento de acordo com a alternância do estado do desempenho do aluno, ou seja, em função dos progressos e dos problemas de aprendizagem por parte dos alunos, o professor adapta a sua intervenção pedagógica. Segundo Noizet e Caverni (1985), citado por Nobre (2015), a avaliação formativa tem influência tanto nas tarefas do professor como do aluno.

No início, foi sentida alguma dificuldade no registo da avaliação formativa, devido à inexperiência, pois nunca o tínhamos realizado antes, assim sendo, arranámos uma estratégia para não deixar de observar nenhum dos alunos de acordo com o que estava planeado. Depois da AFI e quando realizávamos o Plano de Aula, programávamos quais os alunos que íamos observar e no fim da aula, realizávamos uma análise e reflexão sobre o que tinha sido observado. É importante dizer que todos os alunos eram observados, mas, os que estavam selecionados eram aqueles a que se realizava a avaliação formativa. Esta estratégia foi bastante útil para a organização do material de avaliação e também para a avaliação final, pois, quando chegávamos esse momento já sabíamos em que nível os alunos se encontravam.

Para concluir, esta avaliação permitiu-nos desenvolver o que tínhamos planeado e realizarmos ajustamentos quando era necessário de acordo com a turma. Esta avaliação foi importante, tanto para nós como Professores, como para os alunos, pois foi fulcral os alunos tomarem conhecimento sobre o que cada um superou no seu processo de aprendizagem e terem noção das dificuldades que não os deixaram evoluir.

Para a realização da avaliação formativa, guiámo-nos pelas três etapas enunciadas por Allal (1986), citadas por Nobre (2015), que nos ajudaram a fazer um acompanhamento correto do processo. A primeira etapa foi retirarmos informações de acordo com os progressos e dificuldades dos alunos. A segunda etapa foi a interpretação das mesmas informações. Por fim, a terceira etapa focou-se nas adaptações, nas atividades de ensino de acordo com a informação que conseguíamos reter até ao momento.

Etapas Fundamentais da Avaliação Formativa:

1. Recolher informações relativas aos progressos e dificuldades de aprendizagens sentidos pelos alunos.
2. Interpretar as informações recolhidas, numa perspetiva de referência de critério e diagnóstica dos fatores que originam as dificuldades de aprendizagem.
3. Adaptar as atividades de ensino e de aprendizagem de acordo com a interpretação das informações recolhidas.

3.3 Avaliação Sumativa

Segundo o Decreto-Lei n.º 55/2018, a avaliação sumativa traduz-se na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação.

A avaliação sumativa é entendida normalmente como balanço final e global, tendo lugar no final de uma linha de aprendizagem (uma unidade de ensino, parte ou totalidade de um programa). Com a avaliação sumativa não se pretende uma melhoria imediata, mas valorar em definitivo, num dado momento final, quando é necessário tomar uma decisão em algum sentido (Nobre, 2015).

A avaliação sumativa tem como objetivo a reflexão de tudo o que é feito até ao momento da mesma, perante uma UD. Foi o momento onde refletimos, analisámos e percebemos se a turma tinha alcançado os objetivos previamente traçados, a partir da consulta das AE e AFI e ajustamentos realizados ao longo das aulas, através da avaliação formativa. Com a avaliação sumativa conseguimos ver o resultado da evolução dos alunos e analisar o desempenho dos mesmos durante as UD.

Como já foi referido, existiu alguma dificuldade no procedimento de avaliação, tanto na sumativa como nas outras, foi um processo longo e trabalhoso que nos fez realizar várias pesquisas, mas o nosso foco principal foi a observação, conseguirmos atender à execução dos alunos e perceber a evolução dos mesmos.

Foram usadas várias estratégias e realizadas várias experiências no processo de avaliação sumativa, pois o EP foi o momento indicado para vivenciarmos processos que

nunca tínhamos vivido antes e percebermos qual se adequava e funcionava melhor, tanto para nós como para a turma. Inicialmente, começámos por observar e registar, mas como era de esperar não conseguíamos ser precisos nos registos, nem nas observações. Como nas outras avaliações, optámos por observar e depois registar o que tinha sido observado, com o objetivo de avaliarmos quantitativamente, valorizando assim a evolução dos alunos face aos objetivos definidos. Outra estratégia utilizada, foi igual à da avaliação formativa, dividindo os alunos observados por aulas, quando havia hipótese de o fazermos mediante o planeamento da matéria.

No que diz respeito à avaliação teórica dos alunos em relação às modalidades, ao longo do ano, foi feita uma apresentação teórica de cada UD (Anexo 13) e uma ficha de trabalho (Anexo 14), apesar de não termos realizado fichas de trabalho para todas as UD. No 1º período, por conselho do Professor Orientador da escola, a ficha de trabalho foi sobre a importância da atividade física para a saúde e, como realizávamos bastante o questionamento no início e no fim de cada aula, também íamos tomando notas dos conhecimentos dos alunos.

É importante referir que realizámos uma comparação da AFI e da avaliação sumativa, no relatório final de cada UD, para tentarmos perceber se as estratégias e metodologias que utilizámos contribuíram para o processo de desenvolvimento da aprendizagem dos alunos e tentar perceber o que podíamos melhorar no futuro. Estes relatórios tiveram uma grande importância, pois permitiram-nos fazer uma reflexão sobre o nosso trabalho com a turma, das nossas maiores dificuldades e, sobretudo, focarmo-nos naquilo que devemos melhorar, quer ao nível da avaliação, quer da lecionação de conteúdos.

3.4 Autoavaliação

Em relação à autoavaliação, a mesma foi realizada no fim de cada período a partir de uma ficha fornecida pelo Professor Orientador da escola (Anexo 15). É muito importante que os alunos tenham um momento em que possam refletir sobre o seu processo e desenvolvimento ao longo do período. A autoavaliação permitiu ao aluno compreender o que fez e o que podia melhorar, como também nos fez compreender e perceber se os alunos estavam dentro do que eles próprios esperavam.

No 1º período, depois de analisarmos a autoavaliação dos alunos, deparámo-nos com algumas situações que não correspondiam à realidade, os alunos, por vezes, não mostravam desempenho durante a aula e o comportamento era menos bom, mas consideravam o contrário. Depois de alertados e confrontados com alguns dados registados, no 2º período, já começaram a ter mais consciência das capacidades deles próprios e das atitudes nas aulas, de salientar que muitos alunos que no primeiro período tiveram uma postura pouco exemplar, esforçaram-se e melhoraram no 2º e 3º período.

Assim, esta avaliação, não só permitiu aos alunos avaliarem-se de acordo com o que estes pensavam ter realizado ao longo das aulas, mas também permitiu que os mesmos obtivessem uma visão da sua formação como indivíduos e cidadãos, pois é muito importante para o presente e para o futuro, aprenderem a olhar para eles mesmos de uma maneira exigente e honesta, consoante a disponibilidade que dispensaram para a matéria. Também é uma oportunidade para o aluno se situar nas matérias e tomar consciência das prioridades para poder progredir.

3.5 Parâmetros e Critérios de Avaliação

Foram consideradas de uma forma integrada quatro áreas na avaliação. As competências de ciclo e específicas das matérias selecionadas, constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos, sendo o reconhecimento do sucesso representado pelo domínio / demonstração dessas competências.

Tabela 10 – Parâmetros e Critérios de Avaliação

Domínios						
Atividades Físicas	Aptidão Física/ Conhecimentos		Conhecimentos e Atitudes			
Execução de habilidades e gestos técnicos em exercício ou em situação de jogo	Testes de Avaliação, Trabalhos, Questionamento Oral	Capacidades motoras desenvolvidas no âmbito da melhoria da Aptidão Física	Responsabilidade	Empenho / Participação	Organização / Métodos de Trabalho	Desenvolvimento Pessoal / Relacionamento Interpessoal
60%	20%		20%			

ÁREA 2 – ATIVIDADES DE ORGANIZAÇÃO ESCOLAR

PERFIL FUNCIONAL DO CARGO DE ASSESSORIA DE UMA ALUNA COM NECESSIDADES EDUCATIVAS

Segundo o Guia de Estágio 2022/2023, para conseguirmos atingir este objetivo, foi requerido aos estagiários que acompanhassem um cargo de gestão na escola, de modo a compreenderem as funções atribuídas a esse cargo, assim como todos os processos inerentes aos sistemas de organização das escolas, neste caso, Assessoria às Docentes de Ensino Especial.

A assessoria realizada às Docentes de Ensino Especial, passou por acompanharmos nas aulas de Educação Física a aluna com Displasia Diafisária Progressiva e realizar com a mesma atividade física adaptada às suas necessidades, pois ela encontra-se numa cadeira de rodas e só consegue caminhar de canadianas.

De acordo com o regulamento do Agrupamento de escolas de Anadia, nomeadamente no CAPÍTULO V, SECÇÃO I, ARTIGO 74.º COMPETÊNCIAS DOS DOCENTES DA EDUCAÇÃO ESPECIAL

As competências dos docentes de educação especial passam por:

1 - De acordo com os pontos 4 e 5 do artigo 11.º do DL 54/2018, o docente de educação especial, no âmbito da sua especialidade, apoia, de modo colaborativo e numa lógica de corresponsabilização, os demais docentes do aluno na definição de estratégias de diferenciação pedagógica, no reforço das aprendizagens e na identificação de múltiplos meios de motivação, representação e expressão.

2 - Para cumprir os objetivos da inclusão, cooperam, de forma complementar e sempre que necessário, os recursos da comunidade, nomeadamente da educação, da formação profissional, do emprego, da segurança social, da saúde e da cultura.

3 - Participam, sempre que convocados, como elementos variáveis, nas reuniões da EMAEI.”.

Abordando o Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, mencionado no Regulamento Interno do Agrupamento de Escolas de Anadia e, o mesmo instituiu princípios e normas

que asseguram a inclusão, como método de responder à diversidade das necessidades e capacidades de todos os alunos, através da participação e inclusão dos mesmos nos processos de aprendizagem e na comunidade e educativa.

Segundo os objetivos descritos no guia de estágio pedagógico 2022/2023, o trabalho de assessoria a um cargo de administração escolar pretende promover práticas de trabalho, em colaboração com outros, que proporcione a compreensão da complexidade das escolas. Pretende-se concretamente que o aluno desenvolva competências de:

- Compreensão e manipulação das funções e atribuições do cargo selecionado.
- Definição ajustada e criteriosa de estratégias e instrumentos que lhe permitam acompanhar o professor assessorado, e que possibilite a compreensão da complexidade das escolas, das situações educativas e da amplitude atual do trabalho dos professores.
- Desempenho de tarefas em colaboração com colegas de trabalho.
- Reflexão crítica e integradora dos conhecimentos obtidos (nos normativos, literatura das áreas e na prática de assessoria) que revele a compreensão do alcance do desempenho do cargo, das suas possibilidades e dificuldades, do seu significado para a profissionalidade docente.

Com tal, neste cargo, tivemos de arranjar uma forma de relacionar os objetivos descritos no guia com aquilo que pretendíamos alcançar com esta assessoria, depois de conversarmos com as Professoras responsáveis, pela Educação Especial, as mesmas ajudaram-nos a traçar tarefas para realizarmos com a aluna. Procurámos numa fase ainda prematura definir como tarefas a desempenhar:

- a) Uma conversa com a aluna para percebermos quais as maiores dificuldades da mesma, no seu dia a dia.
- b) Investigar sobre a doença (Anexo 16).
- c) Traçarmos objetivos a médio e longo prazo com a aluna perante aquilo que ela desejava alcançar com a nossa ajuda.
- d) Reunião com as professoras responsáveis pelo Ensino Especial - Partilhar e analisar a informação disponível sobre a aluna.
- e) Incentivarmos a aluna a participar em torneios de Boccia.

- f) Incluirmos a aluna nas aulas de EF de forma a não se sentir excluída, por não conseguir realizar as mesmas coisas que os colegas.

Após reunir com o Professor Orientador da escola e com as Professoras de Ensino Especial a quem estávamos a fazer assessoria, achámos por bem realizar um cronograma de atividades consoante as aulas de Coadjuvação e a disponibilidade destas para, uma reunião semanal em conjunto com a aluna, para percebermos o desenvolvimento e a progressão do trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo:

Tabela 11 - Tarefas a Realizar no Cargo de Assessoria

Tarefas	Datas
Assessoria nas aulas de EF	Terça-feira: 9h10 às 10h50 Quinta-feira: 16h50 às 17h35
Reunião com as Docentes de Ensino Especial	Quarta-feira: 10h
Reunião 1 vez por mês com a aluna e as Docentes de Educação Especial	Definido todos os meses
Participação em torneios de Boccia	Períodos competitivos a definir
Relatórios	Final dos períodos.

Nas reuniões com as Professoras tentávamos perceber qual a evolução da aluna, visto que existiam momentos em que a mesma estava pouco motivada, apesar de sermos persistentes com ela e acabarmos sempre por realizar, nem que fosse um pouco menos do que estava previsto. Em conjunto com as Professoras tentávamos arranjar estratégias e formas de a aluna não sentir tantas dificuldades com o uso das canadianas. Assim, fomos por fases e traçando objetivos que ela conseguisse alcançar, para a manter motivada e dedicada. No início de cada período foram traçados objetivos e nas reuniões eram discutidas as melhores estratégias para a evolução da aluna, de forma que a mesma os conseguisse atingir.

No seguimento da leitura do documento da Direção Geral da Educação (DGE) – Necessidades Especiais de Educação – Parceria entre a Escola e o CRI: Uma Estratégia para a Inclusão.

Para atingir os objetivos traçados tivemos de:

- Recolher informação sobre o percurso de desenvolvimento da aluna.
- Explorar as perceções e expectativas do encarregado de educação, família e docentes acerca das capacidades e das dificuldades da aluna.
- Descrever o desempenho atual da aluna nos seus contextos de vida, identificando o que consegue fazer, o que consegue fazer com apoio, o que conseguiria fazer com apoio ou com alteração nos contextos e o que tem dificuldades, ou não consegue realizar.
- Identificar estratégias já implementadas pela família e docentes para potenciar as capacidades da aluna e para fazer face às dificuldades desta, indicando os resultados obtidos.
- Identificar os recursos pessoais e sociais e as competências adquiridas que poderão facilitar o desenvolvimento da aluna.
- Descrever de forma abrangente as potencialidades, expectativas e necessidades da aluna, tendo em conta o seu projeto educativo e de vida.
- Explorar em que medida cada interveniente pode atuar como facilitador do processo de desenvolvimento da aluna.

Depois desta análise global do que foram os três períodos e de algumas pesquisas realizadas sobre o tema das Necessidades Educativas e a inclusão, podemos concluir que, segundo Campos (2023) a escola deve promover a igualdade e ter em conta a inclusão social de todos os alunos sendo que devem estar preparadas para responder a diversas situações que possam surgir no que diz respeito às necessidades dos alunos, mas não se devem focar simplesmente na organização de recursos disponíveis para os mesmos, mas também nas práticas educativas e a postura dos Professores perante as situações.

Seguindo a linha de pensamento, e com a experiência vivida ao realizarmos esta assessoria, esperamos conseguir transmitir em futuras situações, que existem diversas formas de inclusão nas atividades físicas e desportivas e que a Escola é de e para Todos

(Campos 2023). De acordo com a Agência Europeia para as Necessidades Especiais e Educação Inclusiva, 2011, a Escola deve sustentar os seguintes pressupostos:

- 1) Dar voz aos alunos - a voz dos alunos e a das famílias devem ser ouvidas.
- 2) Participação ativa dos alunos - têm o direito a participar ativamente na vida da escola e da comunidade.
- 3) Atitudes positivas dos professores - em relação a todos os alunos e disponibilidade para trabalhar em colaboração com os colegas.
- 4) Competências dos professores - para responder às diversas necessidades de todos os alunos.
- 5) Visão da direção da Escola - deve valorizar a diversidade e apoiar a inovação.
- 6) Serviços interdisciplinares coerentes – com acesso ao apoio dos serviços da comunidade.

Para concluir esta etapa e experiência gratificantes, fica uma reflexão feita pela aluna: “Durante as aulas do 1º período não conseguia movimentar-me muito bem com as moletas, mas como tinha de começar a subir as escadas, começámos a treinar. Nas primeiras semanas foi difícil, mas a professora Mariana ajudou-me a continuar motivada e sempre respeitou o meu tempo de fazer as coisas. Agora estou no 2º período e já consigo subir as escadas praticamente sozinha e sem tanta dor. Por isso estou muito contente e grata à professora Mariana por me ter ajudado não só a subir as escadas como também perceber que sou especial da maneira que nasci e não apenas mais uma criança de que as pessoas têm pena”.

ÁREA 3 - PROJETOS E PARCERIAS EDUCATIVAS

Dentro desta Área de Projetos e Parcerias, segundo o Guia de Estágio 2022/2023, pretendia-se desenvolver competências de concepção, construção, desenvolvimento, planificação e avaliação de projetos educativos e curriculares em diferentes dimensões, como eventos desportivos, mas também a realização de tarefas de promoção e criação de hábitos de vida saudáveis assim como a participação na organização escolar.

Todos os projetos foram realizados em grupo com os membros do Núcleo de Estágio e para os mesmos foram feitos documentos de:

- **Conceção:** documento de suporte para a realização do projeto que continha toda a informação necessária sobre o mesmo, como por exemplo, cartaz de divulgação, distribuição de tarefas pelos elementos do Núcleo de Estágio, atividades, fichas de inscrição, certificados, entre outros. Este documento acabou por ser o guião das atividades que se realizaram.

- **Realização:** documento que abrangia toda a parte da organização das atividades, as equipas ou alunos inscritos, os resultados, fotografias, entre outros. A realização destas tarefas serviu de apoio para o documento final, de Avaliação.

- **Avaliação:** documento que continha toda a informação de como tinham decorrido as atividades, o que poderia ser melhorado e ainda a reflexão de tudo o que tinha sido realizado.

Posto isto, após a realização de todas as tarefas propostas e documentos orientadores para as atividades, podemos afirmar que esta área contribuiu bastante para o nosso desenvolvimento no que diz respeito à concepção, realização, desenvolvimento das nossas capacidades de planificação e reflexão sobre os projetos educativos desenvolvidos na escola e sobretudo de gestão na organização escolar, devido às tarefas que realizámos em conjunto nesta área. Após termos vivido esta experiência, tudo o que aprendemos a nível de organização de eventos e atividades será muito útil para o nosso futuro como Professores de EF.

Foi nesta área que surgiu o projeto Rock Your Health, que teve como principal objetivo a inclusão de todos os alunos no âmbito da participação desportiva. Abriu ainda a possibilidade de participação a outros intervenientes da comunidade escolar. O Rock Your Health visou igualmente a integração de alunos com necessidades de saúde (NS),

alunos com menor desenvolvimento motor, alunos com mobilidade reduzida, entre outros problemas que os alunos pudessem demonstrar como únicos. Foi o objetivo do projeto ser aberto a todos possibilitando a todos oportunidade de participação no projeto global.

De acordo com o Decreto-Lei nº54/2018, os 7 princípios orientadores da educação inclusiva devem estar sempre presentes no contexto escolar, seja a nível curricular ou extracurricular. Desta forma e, dando seguimento ao exposto naquele decreto, apresentamos o projeto por forma a garantir que esses princípios sejam correspondidos.

a) **Educabilidade universal**, a assunção de que todas as crianças e alunos têm capacidade de aprendizagem e de desenvolvimento educativo.

b) **Equidade**, a garantia de que todas as crianças e alunos têm acesso aos apoios necessários de modo a concretizar o seu potencial de aprendizagem e desenvolvimento.

c) **Inclusão**, o direito de todas as crianças e alunos ao acesso e participação, de modo pleno e efetivo, aos mesmos contextos educativos.

d) **Personalização**, o planeamento educativo centrado no aluno, de modo que as medidas sejam decididas casuisticamente de acordo com as suas necessidades, potencialidades, interesses e preferências, através de uma abordagem multinível.

e) **Flexibilidade**, a gestão flexível do currículo, dos espaços e dos tempos escolares, de modo que a ação educativa nos seus métodos, tempos, instrumentos e atividades possa responder às singularidades de cada um.

f) **Autodeterminação**, o respeito pela autonomia pessoal, tomando em consideração não apenas as necessidades do aluno, mas também os seus interesses e preferências, a expressão da sua identidade cultural e linguística, criando oportunidades para o exercício do direito de participação na tomada de decisões.

g) **Envolvimento parental**, o direito dos pais ou encarregados de educação à participação e à informação relativamente a todos os aspetos do processo educativo do seu educando.

h) **Interferência mínima**, a intervenção técnica e educativa deve ser desenvolvida exclusivamente pelas entidades e instituições cuja ação se revele necessária

à efetiva promoção do desenvolvimento pessoal e educativo das crianças ou alunos e no respeito pela sua vida privada e familiar.

“Projeto é um conjunto de atividades com um ponto de início, um ponto definido para encerramento, um escopo de trabalho claramente definido, um orçamento, tendo por finalidade alcançar um objetivo predeterminado” (Vargas, 2002).

Assim, no projeto Rock Your Health, inserido nesta área, foram realizados eventos com diferentes tipos de organização e este foi dividido em doze subprojectos, que por sua vez são uma continuação de projetos anteriores bem-sucedidos, como por exemplo, a Caminhada pelo Coração que vai para a sua 15ª edição. Os subprojectos foram os seguintes:

Prova de Corta-Mato

A prova do Corta-Mato, foi a primeira atividade que teria de ser realizada e organizada pelo Núcleo de Estágio e por essa mesma razão não decorreu da forma que desejávamos devido à falta de experiência na realização de eventos deste género. Os pormenores são fundamentais e os erros cometidos nesta atividade foram corrigidos nas que se realizaram posteriormente.

O Corta-Mato (Anexo 17) realizou-se no dia 18 de janeiro na Escola Básica de Vilarinho do Bairro (EBVB), como habitualmente, com o propósito de selecionar os alunos para a prova de corta-mato do Desporto Escolar (DE). Nesta atividade todos os alunos tiveram a oportunidade de participar, organizados por escalões e género, uma vez que a competição do DE assim está organizada.

O percurso foi marcado por nós, Professores Estagiários no espaço exterior da escola com recurso a faixas de sinalização e cones. Neste momento houve necessidade de fazer uma adaptação uma vez que o circuito estava construído para ter um início e meta numa zona descoberta e como neste dia estava a chover essa parte do percurso teve de ser deslocada para o telheiro. De qualquer forma isto não inferiu alterações significativas ao percurso. Posteriormente a prova decorreu dentro da normalidade. De referir que foi a nossa primeira organização autónoma e, nesse sentido, foi devidamente concluída.

Na atividade participaram 91 alunos correspondendo a 45,5% dos alunos elegíveis para a prova.

Desperta-te (desporto escolar)

Na EBVB o Desporto Escolar conta com o Grupo Equipa de Futsal em dois escalões (Infantis e Iniciados). Esta atividade decorreu ao longo de todo o ano com treinos semanais em que os alunos participaram com regularidade.

O Desporto Escolar organiza-se em jornadas concentradas onde se disputaram jogos com outras escolas. Os dois escalões (Infantis B e Iniciados) tiveram as suas jornadas agendadas para: Infantis B – 17/02/2023 na Escola Básica e Secundária de Anadia; 30/03/2023 na Escola Básica da Mealhada; 22/05/2023 na Escola Básica Acácio de Azevedo em Oliveira do Bairro. Iniciados – 31/01/2023 na Escola Básica e Secundária Jaime Magalhães Lima em Esgueira; 16/02/2023 – Escola Básica de Vilarinho do Bairro; 17/03/2023 – Escola Básica da Gafanha da Encarnação.

O escalão de Infantis contou com a participação de 16 alunos e o escalão de Iniciados teve 20 alunos inscritos.

Mega Atleta

Esta atividade consistiu na realização de várias provas de atletismo, nomeadamente salto em comprimento - mega salto, velocidade- mega sprint, lançamento do peso – mega lançamento, resistência – mega quilómetro. A atividade realizou-se na escola, no campo exterior sendo destinada ao 2º e 3º ciclo de escolaridade. Os grupos foram constituídos de acordo com a idade em cada uma das provas. Os resultados obtidos nesta atividade serviram para selecionar os alunos que fizeram, posteriormente, parte dos apurados para o Mega Sprinter do desporto Escolar.

VI MOSTRA DE SABORES E SABERES COM CIÊNCIA

A atividade VI MOSTRA DE SABORES E SABERES COM CIÊNCIA (Anexo 18) realizou-se no dia 30 de março, onde foram realizadas várias atividades organizadas pelos Professores Estagiários: Judo, Jogos Tradicionais, Rodinhas e Bola no Cesto Basquetebol 3x3.

Judo

A atividade de Judo (Anexo 19) consistiu numa demonstração de judo enfatizando o papel que a modalidade possui e as vantagens recíprocas para a cidadania ativa. O mestre Nuno Vieira, da Associação 4JUDO Project foi o responsável pela demonstração, divulgando e promovendo o Judo na escola.

Este evento realizou-se no pavilhão utilizado pela escola e contou com a participação de todos os alunos do 7º ano de escolaridade.

Jogos Tradicionais

A atividade dos Jogos Tradicionais (Anexo 20) contou com a participação dos alunos do 1º ciclo da parte da manhã que realizaram corrida de sacos, tiro ao alvo, jogo do “passa o arco”, jogo do piolho, jogo do galo e salto ao eixo.

A atividade foi aberta a toda a comunidade escolar da parte da tarde, 13h30 às 15h30 com alunos do 7ºB a estarem envolvidos na organização dos jogos com quem quisesse participar.

Participaram na atividade 24 alunos e ainda familiares.

Rodinhas

O projeto Rodinhas (Anexo 21) esteve aberta a todos os alunos da escola, durante todo o dia. Foi uma excelente oportunidade de aprendizagem para os que não sabiam andar de bicicleta e também de diversão para os que já sabiam.

Este projeto contou com a parceria do Desporto Escolar, com o fornecimento das bicicletas.

No projeto Rodinhas participaram 89 alunos de todos os ciclos de estudo.

Bola no Cesto (Basquetebol 3x3)

O projeto Bola no Cesto (Anexo 22) contou com a presença dos atletas profissionais do Sangalhos Desporto Clube que participaram na arbitragem dos jogos.

Este torneio contou com a participação de 35 alunos do 3º ciclo de ambos os géneros, foram utilizadas as quatro tabelas do campo 1 para a realização do mesmo.

No final os alunos demonstraram-se satisfeitos com a atividade, desejando que se repita.

Também no âmbito do projeto RyHealth, no dia 4 de maio de 2023 decorreu um Workshop de Basquetebol com o apoio do Sangalhos Desporto Clube na EBVB, mais direcionado para o escalão feminino com o objetivo de motivar e convidar as alunas para experimentarem os treinos no clube. A atividade foi orientada pelo Professor Luís Cardoso e uma atleta do SDC. Depois de terem sido distribuídos *flyers* (Anexo 23) pelas turmas, estiveram presentes 7 alunas. Inicialmente exercitaram e deram ênfase à técnica individual, passe e lançamento e de seguida à corrida com drible e por fim desenvolveram o passe e corte.

Devido às condições climatéricas tivemos de nos recolher várias vezes para o telheiro, mas mesmo assim ainda conseguimos chegar à parte de 1x1 de forma as alunas vivenciarem alguns momentos competitivos e colocarem em práticas os gestos técnicos abordados anteriormente.

Foi uma atividade bastante enriquecedora da qual tivemos o privilégio de fazer parte.

Caminhada Pelo Coração

A 15ª Caminhada pelo Coração (Anexo 24) realizou-se no dia 31 de maio para celebrar o mês do coração. A caminhada teve início na EBVB com destino à Lagoa de Torres, num total de 5,4 Km, no final da tarde o percurso realizou-se no sentido inverso.

Durante o dia foram várias as atividades que se desenvolveram com um espírito de convívio e boa disposição. Os jogos tradicionais tiveram, salto à corda, corrida de sacos, tração da corda, jogo da malha e tiro ao alvo. Houve ainda espaço para a dança e para o *Karaoke*.

Esta atividade contou com participação de praticamente todos os alunos da EBVB, dos alunos do Centro escolar de Poutena, da comunidade escolar e educativa, num total de 380 participações.

Os parceiros foram a Câmara Municipal de Anadia, Junta de Freguesia de Vilarinho do Bairro, GNR – Escola Segura, Bombeiros Voluntários de Anadia.

Atreve-te (Desporto Para Todos)

Neste projeto tivemos sempre em conta a inclusão dos alunos com Necessidades Educativas. Posto isso, criámos esta atividade como forma de os incluir sempre em todas as outras atividades. Esta foi então uma atividade realizada e inserida noutras do projeto e nas aulas de Educação Física.

Sendo assim, sempre que possível e em matérias como Dança, Orientação, Voleibol, Basquetebol, os alunos foram incluídos nas tarefas da aula da turma na qual estão inseridos. Além disso, foram também inseridos nas atividades realizadas para a comunidade como o Saberes e Sabores e a Caminhada pelo Coração.

Bolhas d'água

A atividade Bolhas D'Água, que envolvia deslocação a uma escola de canoagem, não se realizou por falta de oportunidade de calendário.

Orienta-te (Prova de Orientação)

No âmbito do projeto Orienta-te realizou-se um *workshop* para os alunos do 7º ano, que tiveram a oportunidade de ter o primeiro contacto com a modalidade e com a instrumentação que é utilizada nas provas oficiais. Depois de apresentados os conteúdos os alunos tiveram a oportunidade de realizar vários percursos com diferentes níveis de dificuldade.

Este workshop ficou a cargo do Professor Responsável pelo Grupo Equipa do Desporto Escolar de Orientação, Carlos Couto.

É importante frisar que foram realizados certificados de participação (Anexo 25) para todas as atividades realizadas pelos Professores Estagiários assim como um questionário de avaliação (Anexo 26) para os alunos realizarem no fim das mesmas .

ÁREA 4 - ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL

Foi fundamental para o nosso desenvolvimento como docentes existirem momentos de reflexão e estratégias de supervisão. Para isto, as aulas eram observadas pelo Professor Orientador, foram realizados relatórios após cada aula que lecionávamos e também pudemos contar com a ajuda do Núcleo de Estágio pois, após a observação das aulas, partilhavam o que achavam da mesma, o que tinha sido bom e o que deveria ser melhorado.

Este ano foi um processo de aprendizagem, de enriquecimento e sobretudo de crescimento a nível profissional e por isso estivemos disponíveis para participar nas formações que surgiram, tanto na faculdade (Anexo 27) como na escola. Acima de tudo, valorizamos o conhecimento e estivemos recetivos a todas as ajudas que surgiram.

Numa etapa inicial, visto que os Professores Estagiários eram responsáveis cada um por uma turma, o Professor Orientador da escola observava as aulas e não fazia intervenções, mas no final, conversava, corrigia o que era necessário, fazendo uma análise dos conteúdos e objetivos que tinham sido abordados nas aulas. Com a supervisão do Professor Orientador da escola e o seu FB melhorámos a nossa tomada de decisão assim como as intervenções pedagógicas.

Todas as semanas, à quinta-feira, decorria uma reunião do Núcleo de Estágio onde eram discutidos os temas pertinentes do momento: documentos a realizar, observações de aulas, correções de exercícios escolhidos para lecionar, projetos, atividades entre muitos outros assuntos. Além disso, era o momento em que podíamos tirar todas as dúvidas que tínhamos.

Como já referido anteriormente, quando observávamos a aula de um colega, assim como de outros docentes de EF e colegas de outros Núcleos de Estágio, deparávamo-nos com novas estratégias e noções que nos ajudaram a crescer ao nível de ensino-aprendizagem, pois as realidades eram diferentes. É importante referir que isso é relevante para quem observava e para quem era observado, pois ambos, no fim da aula, realizavam uma análise, debatiam ideias e estratégias, melhorias ...

Esta dimensão, foi fundamental para o nosso processo como futuros professores. É muito importante saber avaliar aquilo que vivenciámos e termos consciência de tudo o que temos para melhorar ao longo da nossa carreira. Além disso, é crucial frisar que ser professor é também transmitirmos aos alunos valores como a educação, responsabilidade,

sinceridade, humildade, partilha, *fairplay* entre muitos outros... valores estes que mantivemos sempre presentes nas aulas ao longo do ano, mostrando-lhes sempre a importância dos mesmos para o futuro.

Analisando o progresso até agora, é de salientar as dificuldades sentidas, mas a persistência e curiosidade e, acima de tudo, o esclarecimento das dúvidas antes da realização de qualquer coisa, estiveram sempre presentes. É importante salientar que o esforço e dedicação à docência foi o que nos fez chegar onde estamos agora, mas o mais importante foi não desistir e devemos-lo muito ao Professor Orientador da escola.

O EP foi um processo de evolução, aprendizagem e enriquecimento, tornando-nos melhores profissionais na área do ensino, pois fez-nos aprender a refletir, discutir ideias, avaliar o nosso trabalho e, sobretudo, a persistir, intensificando a nossa vontade de sermos melhores, aula após aula, dia após dia. A sorte de termos o acompanhamento de Professores Orientadores com experiência, vivências de várias realidades e muito conhecimento, é gratificante, pois transmitiram-nos saberes que levaremos para sempre.

No início da nossa lecionação, surgiram muitas dúvidas que, por sua vez, na prática, ainda pareciam mais acentuadas. Uma delas surgiu na preleção inicial da aula, realizada sempre no quadro branco, era o momento em que tínhamos de expor à turma aquilo que ia acontecer durante a aula, e uma das dificuldades era expressarmo-nos de forma clara e objetiva e fazermos-nos perceber. Ao longo do ano este processo foi melhorando de tal forma que já realizávamos toda essa exposição sem o plano de aula, pois já sabíamos as determinantes da mesma. Neste momento, é uma situação que já não nos preocupa como no início, ainda temos muitos aspetos a melhorar, no que diz respeito à nossa exposição perante uma turma, mas, já nos sentimos muito mais confortáveis.

Outra das grandes dificuldades sentidas, foi a realização do planeamento e neste momento é notória a nossa evolução e progressão no que diz respeito a isso, planificação de aulas, escolha de exercícios, percepção do nível dos alunos, criação de grupos de nível, a justificação dos objetivos e conteúdos escolhidos para as aulas e a reflexão da mesma, entre outros... o facto de nos preocuparmos com estes aspetos, ajudou-nos a ultrapassar as nossas fragilidades em relação à lecionação e, se olharmos para trás, conseguimos realizar essa introspeção, visto que o nosso pensamento foi sempre bastante negativo e achávamos que nunca íamos conseguir melhorar e chegar onde estamos hoje. Contudo, o nosso desempenho e dedicação deram provas do contrário.

Quanto ao conhecimento das modalidades, já sabíamos que existiam algumas que não dominávamos tão bem, posto isto, deparámo-nos com imensas fragilidades na lecionação. Para melhorar a nossa prestação e o nosso conhecimento sobre as modalidades, foi necessário preparar muito bem as aulas, estudar e pesquisar, dominar os gestos técnicos e ações táticas para conseguirmos transmitir aos alunos o que é necessário para o entendimento do jogo ou da matéria em si. Foi um processo longo, mas desafiador, pois nunca tínhamos lecionado algumas matérias antes, como por exemplo Voleibol e Orientação.

Para concluir, o EP foi um percurso de muito esforço, trabalho, dedicação e persistência, mas sobretudo de partilha de experiências, ideias e com certeza de que não voltaremos a viver mais nenhum ano como este, porque acima de tudo foi a partir daqui que nos tornámos melhores docentes.

CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA

A PERCEÇÃO QUE OS ALUNOS TÊM EM RELAÇÃO AO FEEDBACK NA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Students perception of feedback in Physical Education class

Mariana Elisa de C. e Lima
Universidade de Coimbra
Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
Coimbra, Portugal

Resumo:

A prática e a informação sobre o erro (feedback) podem ser consideradas variáveis essenciais que ajudam na aprendizagem motora. Na iniciação da aquisição de uma habilidade motora, o aluno encontra grandes dificuldades e incertezas devido às questões do ambiente, da tarefa e do próprio corpo; vai ser difícil ele responder a tantos requisitos e as ações vão acabar por ser desorganizadas, pouco eficazes e com muitos erros. O feedback recebido ao longo das práticas pode ser um fator essencial no processo cognitivo de resolver o problema motor, assim vai tornando-se cada vez mais eficiente e consistente. Desta forma, o principal objetivo deste estudo consistiu em conhecer a perspetiva dos alunos do 7^oA, B e C, um total de 53 alunos, da Escola Básica de Vilarinho do Bairro em relação à emissão do feedback do professor a partir da aplicação de um questionário no fim de uma aula de Educação Física bem como a observação direta da emissão do feedback do professor registando o tipo de feedback e a sua eficácia consoante o comportamento dos alunos. Os resultados do estudo mostram que os alunos da turma do 7^oC foram aqueles que mais se destacaram dos outros em relação às médias de perceção do feedback emitido pelo professor ($3,64 \pm 0,07$; $3,02 \pm 0,12$; $3,59 \pm 0,08$; $3,15 \pm 0,09$), com resultados significativos na perceção dos FB de autorregulação e de tarefa sendo a turma mais perceptível aos FB.

Abstract:

Practice and error information (feedback) can be considered essential variables to motor learning. When starting a new motor skill, a student can face great difficulties and uncertainties, due to environment, task and body issues. It may be difficult for the student to respond to so many requirements and actions, ending up being disorganized, ineffective and with many errors. The feedback received throughout the practice can be an essential factor in the cognitive process of solving the motor problem, thus becoming more and more efficient and consistent. The main objective of this study was to get to know the perspective of the seventh grade classes, A, B and C (53 students) from the Elementary School of Vilarinho do Bairro in relation to their teachers' feedback. This was carried out through the application of a questionnaire at the end of the Physical Education class, as well as the direct observation recording the type of feedback and its effectiveness, depending on the behaviour of the students. The data demonstrate that the students are aware of the feedback given by the teacher, despite having highlighted preference for self-regulation and task feedback. However, the four dimensions of feedback presented in this study (task, process, self-regulation and affective) proved to be used with great effectiveness (by teachers). The results of the study show that the students in the 7th grade class were those who stood out the most in relation to the averages of perception of the feedback given by the teacher (3.64 ± 0.07 ; 3.02 ± 0.12 ; 3.59 ± 0.08 ; 3.15 ± 0.09), with significant results in the FB's perception of self-regulation and task, with the group being more noticeable to the FB.

Introdução

A análise do feedback pedagógico, neste estudo pode proporcionar aos Professores Estagiários capacidades de observação, reflexão e análise crítica que é uma parte muito importante no seu processo de formação, para a sua evolução profissional e pessoal, contribuindo para a aprendizagem dos alunos atuais e futuros.

Para a escolha do tema refleti sobre meu trabalho como Professora Estagiária, até então, e isso permitiu-me avaliar as minhas escolhas e orientar-me até um tema que considere de grande importância para o meu desenvolvimento como professora, com bases teóricas.

De acordo com Penny Ur (1996) o feedback pode definir-se como “uma informação que é dada ao aprendiz sobre o seu desempenho em uma tarefa de aprendizagem, geralmente com o objetivo de melhorar o seu desempenho” (p.242)

O estudo terá como objetivo geral analisar a percepção dos alunos no que diz respeito ao feedback pedagógico transmitido pelos Professores Estagiários, bem como observar a atenção e reação dos alunos face ao mesmo, analisando, desta forma, os seus comportamentos em resposta às intervenções do professor, face às suas prestações.

Os objetivos específicos, são o conhecimento do efeito que os vários tipos de Feedback provocam na modificação do comportamento do aluno na tarefa (Percepção dos Alunos), durante as aulas; Conhecimento dos tipos de feedback que os alunos consideram mais eficazes ou que melhor os auxiliam a aprender.

O poder do feedback formativo do professor reside na sua abordagem a fatores cognitivos e motivacionais. Um feedback útil para o aluno deve conter informações que este possa usar, o que pressupõe que terá de ser capaz de o ouvir e compreender o seu significado para autoavaliar, o que consegue realizar e, ainda, o que lhe falta conseguir para se poder tornar mais competente num determinado aspeto.

Neste sentido, o objetivo principal do feedback deverá ser, então, a redução da discrepância entre a compreensão e o desempenho efetivos do aluno, num determinado momento, e aquilo que o professor pretende que ele realize ou desenvolva num futuro próximo (Hattie, 2009).

Segundo Alçada (1982), “A observação das aulas é um processo de que os professores se socorrem para desenvolver o poder de análise da sua própria situação. Se um professor observa um colega quando este realiza as suas aulas pode posteriormente ajudá-lo a analisar mais claramente os seus procedimentos e simultaneamente encontrar pontos de referência para melhorar o processo de análise do seu próprio trabalho”.

Através de três aulas observadas, com funções didáticas diferentes, tracei uma grelha de observação direta e a aplicação de um questionário no fim de cada uma.

Pertinência do Estudo

O feedback tem sido demonstrado por vários autores como tendo dimensões cognitivas, motivacionais e afetivas. Na sua dimensão cognitiva, pode ser entendido como a "informação fornecida por um agente (por exemplo, professores, colegas, livro, pais, o próprio, experiência) sobre aspetos do desempenho ou entendimento de outro agente" (Hattie & Timperley, 2007). Uma tal informação poderá ter impacto sobre a autorregulação da aprendizagem e sobre o desempenho do aluno (Kluger & DeNisi, 1996, 1998; Salema, 2005; Valente, 1997; Zimmerman & Schunk, 2001, 2007).

Brookhart (2008) descreve o feedback eficaz em termos de duas dimensões: a cognitiva e a motivacional. A dimensão cognitiva tem a ver com o fornecimento de informações necessárias aos alunos para poderem compreender "em que ponto se encontram na sua aprendizagem e o que têm de fazer a seguir", ou seja, quando passamos a informação aos alunos temos que garantir que a mesma vai de encontro ao que eles percebem e ao que têm de realizar para melhorar a sua prestação ; a dimensão motivacional diz respeito ao desenvolvimento, nos alunos, da "sensação de que têm controlo sobre sua própria aprendizagem", sendo que a motivação os vai predispor fisicamente e mentalmente para a aprendizagem, esta sensação refere-se ao momento seguinte da transmissão do feedback, a sensação de realização e superação.

De um modo geral, o feedback é um fator importante para a aprendizagem motora.

Numa fase inicial, os alunos apresentam algumas dificuldades e erros na realização das tarefas. Contudo, o feedback recebido aos longo das tentativas, irá auxiliar a resolver as dificuldades e problemas motores para os tornar cada vez mais consistentes e eficientes (Siedentop, 2008).

Em suma, é inegável a importância do feedback quando é apropriado e no momento adequado. Contudo, existe a necessidade de continuar a investigar sobre o efeito dos diferentes tipos de feedback no desenvolvimento das capacidades motoras.

Este estudo foi realizado pela curiosidade e interesse em perceber e conhecer a frequência, efeito e preferências dos alunos em relação ao feedback fornecido pelos professores estagiários.

Enquadramento Teórico

Siedentop (1998), Piéron (1998), foram dois autores que aprofundaram o estudo de feedbacks, a sua influência e importância no processo de ensino-aprendizagem em educação física dando ênfase à definição de tipos de feedbacks e seus respectivos efeitos.

Citado por Siedentop (1998), este define-se como sendo uma “informação relativa a uma resposta que se utilizará para modificar a resposta seguinte”. O feedback é necessário para a aprendizagem e para a modificação do comportamento e desempenho do aluno perante uma tarefa que lhe é proposta e posto isto, quanto mais feedback for fornecido maior é a possibilidade de o aluno melhorar a sua prestação.

Durante a realização de tarefas, o feedback é um aspeto presente na relação professor-aluno (Black, Harrison, Lee, Marshall, & Wiliam, 2002; Black & Wiliam, 1998). O feedback deve estar presente em todo o processo de ensino e todos os professores devem levar isto como um método de incentivo para o aluno e uma linha condutora para a relação entre ambos. Basicamente, o feedback consiste na informação que recebemos sobre como o nosso esforço está a resultar na resolução de determinado objetivo (Wiggins, 2012). Ao transmitirmos feedback estamos a passar informação pertinente para a motivação dos alunos, perante o seu esforço devemos empenhar a nossa observação e transmitir-lhes o que podem melhorar, como o podem fazer e fechar esse ciclo. Diversos estudos evidenciam um claro impacto do feedback na aprendizagem, no desempenho e na aprendizagem autorregulada do aluno (Kluger & DeNisi, 1996; Zimmerman & Schunk, 2001, 2007; Sendziuk, 2010). Sem dúvida que o feedback está ligado à aprendizagem e por sua vez à motivação, são três aspetos que se relacionam.

De acordo com o modelo desenvolvido por Hattie e Timperlay (2007), o sucesso do feedback irá depender, em parte, do nível em que o feedback atua. Este poderá atuar ao nível do desempenho da tarefa (compreensão e execução), ao nível cognitivo (processo

que leva à compreensão e desempenho), ao nível do desenvolvimento da capacidade de autorregulação (autonomia, definição da direção e regulação das ações), ou ao nível do indivíduo *self* (apreciações de cariz pessoal e afetivo).

Segundo Hattie (2009), muitos professores afirmam fornecer aos seus alunos grande quantidade de feedback, no entanto, a verdadeira questão é se os alunos o recebem, compreendem e atuam sobre o mesmo com o objetivo de melhorar os níveis atuais de desempenho. É muito importante perceber se os alunos recebem o feedback transmitido e se chegam ao objetivo pretendido e para isso é necessário que a transmissão do mesmo seja clara e objetiva. Assim, é reconhecida na literatura a importância da qualidade do feedback do professor no processo de ensino e aprendizagem.

O feedback extrínseco (FE) fornece informação sobre o erro durante a ação e é controlado por agentes como professores, colegas, gravações em vídeo etc. Contrariamente, o feedback intrínseco (FI) é de domínio exclusivo do aluno e consiste na informação que o aluno retira do feedback do professor. (Siedentop, 2008).

Hattie e Timberley (2007), criaram um conceito do FE como sendo uma informação que o aluno pode confirmar, adicionar, subscrever, sintonizar ou reestruturar a informação que está na memória, seja ela de domínio de conhecimento, meta cognitivo, crenças a acerca de si mesmo ou das tarefas, além de informações sobre práticas e estratégias cognitivas.

O facto de definir objetivos, não garante a aprendizagem. É necessário definir metas claras e receber feedback. Hattie e Timberley (2007) propuseram um modelo identificando três questões feitas pelo professor e /ou aluno, sendo a primeira pergunta: “O que eu tenho de fazer? /Quais são as metas?”. Siendetop refere que apesar de ser difícil formular objetivos concretos e oferecer os feedbacks precisos sobre as habilidades complexas, o importante é fazer tudo o que seja possível para melhorar o processo de ensino.

A segunda questão é: “Como estou a fazer? /Qual é o progresso que está a ser feito em direção à meta?”. Na resposta a esta questão, importa referir que todos gostaríamos de saber como atuamos, como foi o nosso desempenho. Da mesma forma que desenvolver um bom feedback é através da observação, podemos dizer que a observação é o meio principal para melhorar.

A terceira e última questão proposta é: “O que devo fazer na próxima vez? /Quais as atividades que preciso de fazer para melhorar o progresso?”. Para melhorar por conta

própria pode-se utilizar diversos instrumentos como vídeos, gravações de nós mesmos ou espelho. Nesta fase, o professor deve ajudar o aluno a melhorar, proporcionando a prática e o feedback. Assim, o professor e aluno tornam-se uma equipa, partilhando os mesmos fins.

Na educação física, como noutras áreas, é importante referir que um bom conhecimento da matéria não garante um ensino eficaz, dado que, apesar de ser essencial dominar a matéria, torna-se pouco útil se o professor não a transmitir eficazmente e se não responder às necessidades dos alunos. A prática aliada a feedbacks sistemáticos, são as ferramentas necessárias para garantir a aprendizagem de habilidades motoras. E quando essas habilidades são dominadas, o aluno está preparado para novas habilidades com complexidade acrescida.

As Estratégias de feedback podem ser descritas e avaliadas em termos de:

- (a) Timing (quando é dado o feedback e com que frequência).
- (b) Quantidade (quantidade de feedback dado).
- (c) Modo (oral, escrito, ou feedback visual/cinestésico).
- (d) Audiência (individual, grupo, feedback em grupo-turma).

O Conteúdo do feedback pode ser descrito e avaliado em termos de:

- (a) Enfoque (trabalho, processo, autorregulação).
- (b) Comparação (critério, norma, autorreferenciada).
- (c) Função/Valência (descrição, juízo de valor/valência positiva ou negativa).
- (d) Clareza/Especificidade.
- (e) Tom (respeito pelo aluno, aluno como agente).

Os professores devem-se focar nos aspetos que terão mais efeito sobre os alunos (Quantidade) e não devem somente analisar e comentar. Os professores devem fornecer feedback, mas perceber que existem situações específicas e reconhecê-las e isso poderá levar a um diferente Modo e também Audiência.

Apesar da relevância de todos os restantes estudos e pesquisas, as principais conclusões incidem sobre a percepção que cada aluno tem sobre os feedbacks que recebe,

uma vez que todas são diferentes. Além disso, a prática com fornecimento de feedback controlado pelo aluno pareceu ser mais eficaz comparativamente aquele controlado por uma fonte externa. No caso de os alunos já terem conhecimentos suficientes e desejam trabalhar para produzir o seu próprio feedback, as correções feitas pelo professor parecem não ser necessárias, o que faz com que os autores se questionem sobre a importância do feedback para a aprendizagem de habilidades motoras.

Muitos pesquisadores têm desenvolvido os seus próprios sistemas de observação multidimensionais para descrever a forma, a direção, o tempo, o conteúdo, a relevância e a precisão de feedback.

No presente estudo, de acordo com Hattie e Timperley (2007), **as respostas dos alunos ao questionário, foram divididas em quatro categorias:**

Feedback sobre a Tarefa (FT) - pretende transmitir aos alunos se estão a executar a tarefa de forma correta ou incorreta transmitindo-lhes informações para que cheguem ao objetivo da mesma. Este tipo de feedback, muitas vezes, está ligado ao afeto, por exemplo: “Boa, a tua postura no pino está correta”, mas devemos ter em atenção que o uso sistemático deste tipo de feedback pode levar os alunos a focarem-se somente no resultado e esquecerem-se das estratégias que devem utilizar para o alcançar.

Feedback sobre o Processo (FP) - este feedback pode-se considerar-se mais eficaz do que o anterior pois para o emitir é necessário um conhecimento mais particular sobre o que estamos a ensinar assim como dominar as estratégias e formas para o objetivo que desejamos que o aluno atinja. É um feedback que está relacionado especificamente aos processos das tarefas. Quando o professor emite este feedback o objetivo é que os alunos compreendam o processo para a realização da tarefa sendo que o questionamento, as pistas devem estar presentes com vista à reflexão e estilo de ensino por descoberta guiada.

Um exemplo deste feedback pode ser: “O que pensas que tens de melhorar para o teu lançamento na passada ser mais eficaz?”

Feedback de Autorregulação (FR) - este feedback abrange a interação entre empenho, controlo e confiança dos alunos. O feedback de autorregulação está relacionado com a forma como os alunos recebem a informação emitida através do feedback avaliativo com o objetivo de atingirem o que é proposto. É muito importante os alunos

conhecerem a tarefa e o processo assim como terem autonomia, autodisciplina e autocontrolo criando um feedback interno e terem capacidade de se autoavaliarem.

Os alunos têm de criar capacidades para gerar um feedback interno e de se autoavaliarem; vontade de intervir, procurar manifestar esforço para lidar com o feedback acerca do processo; devem ter confiança ou certeza na resposta, as ideias que o aluno possui de processo ou de sucesso e o nível de capacidade ao pedir ajuda, posto isto, pode concluir-se que existem alunos mais eficazes e outros menos.

Os alunos mais eficazes são aqueles que tem capacidades de criar rotinas cognitivas quando estão envolvidos na tarefa. Em relação aos alunos menos eficazes, são aqueles que sentem alguma dificuldade no uso de estratégias de autorregulação e por este motivo estão sempre dependentes de fatores externos para receberem feedback, ou seja, pode concluir-se que se um aluno não conhecer o processo, este não vai conseguir realizar uma autoavaliação daquilo que executou, nem encontrar formas e estratégias de a melhorar ou mesmo modificar. Um exemplo deste feedback: “Conseguiste realizar o exercício corretamente, mas pensas que para realizar o lançamento na passada tens de dar 3 apoios?”

Feedback Afetivo (FA) - este feedback não é o mais eficaz para o processo de ensino-aprendizagem, mas é muito utilizado pelos professores e de certa forma afeta os alunos. É um feedback que passa pouca informação aos alunos sobre a tarefa e o processo e exceccionalmente se transforma num maior empenhamento/envolvimento em chegar aos objetivos pretendidos. Afeta os alunos de forma positiva se os levar a mudanças no esforço, envolvimento ou na perceção dos mesmos em relação às estratégias utilizadas na repetição da tarefa.

Um exemplo desde feedback é: “Muito bem Pedro, ao aplicares o que exercitamos no exercício anterior conseguiste realizar a defesa com sucesso”

Objetivos do Estudo

Objetivos Gerais

Perceber a percepção que os alunos têm sobre a frequência, efeitos dos feedbacks emitidos pelos professores e suas preferências em termos de feedback.

Objetivos Específicos

- Verificar as diferenças na frequência de feedback em aulas com diferentes professores.
- Verificar as preferências dos alunos sobre o tipo de feedback que poderá levar a que alterem o seu empenhamento motor.
- Verificar da relação entre os resultados do questionário e a observação feita aos professores.

Metodologia

a. Características do Estudo

Este estudo é de natureza quantitativa e foi realizado através da utilização de um questionário relativo ao feedback, que foi utilizado na pesquisa de Duarte, J., (2012) encontrando-se validado pelo mesmo estudo (Anexo 28).

A recolha de dados foi realizada entre o mês de fevereiro e março através do registo de ocorrência a partir da observação de aulas dos Professores Estagiários, de forma direta e aplicação de um questionário.

Observei os três professores, pertencentes ao Núcleo de Estágio numa aula de 90', sendo que no fim de cada aula apliquei um questionário aos alunos.

b. População Estudada

A amostra do presente estudo é composta por três Professores em situação de Estágio Pedagógico e as turmas observadas serão o 7ºA (17), 7ºB (19) e 7ºC (17).

c. Participantes da Amostra

A amostra do presente estudo é composta por três Professores em situação de Estágio Pedagógico, inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra no ano letivo 2022/2023, pertencentes ao núcleo de estágio da Escola Básica de Vilarinho do Bairro.

A turma do 7ºA é composta por 17 alunos, em que 13 são do género masculino e 4 do género feminino.

A turma do 7ºB é composta por 19 alunos, em que 11 são do género masculino e 8 do género feminino.

A turma do 7ºC é composta por 17 alunos, em que 11 são do género masculino e 6 do género feminino.

De salientar que como esta amostra não é representativa relativamente à realidade escolar, os resultados obtidos só nos fornecem conclusões sobre as turmas e sobre os Professores Estagiários.

d. Instrumentos

O questionário foi entregue aos alunos no fim de cada aula observada e apresentava 17 questões de resposta fechada. Teve como objetivo averiguar a ideia que os alunos têm sobre os feedbacks dados pelo professor na aula a que o questionário se refere.

Para resposta às questões foi usada uma escala adaptada de Likert com 4 possibilidades de resposta, podendo esta ser Nunca, Às vezes, Frequentemente e Sempre. O instrumento de trabalho que utilizei, questionário relativo ao feedback, foi utilizado na pesquisa de Duarte, J., (2012) encontrando-se validado pelo mesmo estudo.

O questionário foi composto por um conjunto de frases e em cada uma foi pedido aos alunos que estão a ser avaliados, o grau de concordância, usando uma escala adaptada de Likert da seguinte forma:

- Nunca – 1.
- Às vezes – 2.
- Frequentemente – 3.
- Sempre – 4.

e. Matriz do Questionário

O questionário foi construído e utilizado na pesquisa de Duarte, J., (2012) encontrando-se validado pelo mesmo estudo para garantir a validade e fiabilidade aos dados recolhidos pelo instrumento acima referido foi construída uma matriz para a construção do questionário (Anexo 29).

Dimensões e respetivas categorias das observações diretas:

Tipo de Feedback:

- Feedback sobre a Tarefa.
- Feedback sobre o Processo.
- Feedback de Autorregulação.
- Feedback Afetivo.

Eficácia do Feedback:

- Eficaz.
- Não Eficaz.

Aplicação dos Questionários

Os questionários foram aplicados durante o 2º período sendo que o 7ºA estava na matéria de Voleibol, o 7ºB em Ginástica de Aparelhos, o 7ºC Ginástica de Aparelhos e Badminton e por fim o 9ºA em Ginástica de Solo e Aparelhos.

As 4 aulas observadas tiveram a mesma duração (90') mas funções didáticas diferentes.

Os primeiros questionários foram aplicados a 07/03/2023, ao 7ºA, 7ºC e 9ºA sendo que o 7ºA teve uma aula de Voleibol, exercitação de conteúdos; o 7ºC uma aula de Ginástica de Aparelhos e Badminton, Introdução, Exercitação e Avaliação Sumativa de conteúdos e o 9ºA uma aula de Ginástica de Solo e de Aparelhos de Introdução, Exercitação e Avaliação Sumativa de conteúdos. A segunda e última aplicação do questionário foi feita no dia 27/03/2023, tendo a aula a função didática de exercitação de conteúdos e Avaliação Formativa Inicial.

No fim de cada aula os professores permitiram que eu entregasse e aplicasse os questionários. Antes da aplicação expliquei o objetivo e do que se tratava, mas também já o tinha feito antes, quando entreguei às turmas o termo de consentimento para a participação no estudo, que me entregaram assinado pelos encarregados de educação (Anexo 30).

Ocorrência de Episódios de Feedback

Para recolha de ocorrências de feedback nas aulas observadas, construí uma grelha de registo (Anexo 31). A grelha foi construída de forma a conseguir anotar o tipo de feedback emitido pelo professor e analisar o comportamento do aluno perante o mesmo (Atento, Desatento, Indeterminado, Modifica o comportamento, Não Modifica o Comportamento e Eficaz ou Não Eficaz).

Métodos de Análise dos Resultados

Depois de realizarem o preenchimento dos questionários para este estudo, criei uma base de dados, através do software aplicativo GraphPad Prism 9.5.1 onde procedi à Análise Estatística dos Dados com o apoio do Microsoft Excel, para descrever amostra em termos de média e desvio de padrão. Através do software aplicativo Statistical Package for the Social Sciences (acrónimo SPSS), versão 18.0 foi utilizado para a realização do teste de H (Kruskal-Wallis).

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Resultados da turma do 7ºA, na matéria de Voleibol em relação às respostas do questionário e à observação que realizei ao professor:

Tabela 12 - Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7ºA

Questionário	Frequência Tarefa	Frequência Processo	Frequência Autorregulação	Frequência Afetivo
7ºA (n=17) Média DP	3,26±0,09	2,84±0,11	3,26±0,11	3,00±0,10

Questionados após a realização da aula os alunos emitiram uma opinião mais favorável acerca dos FB tarefa e autorregulação e os FB de processo tendo sido menos valorizados.

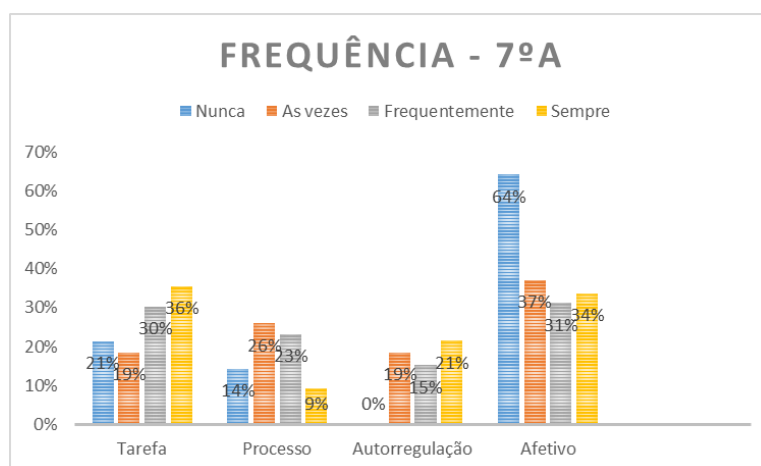


Gráfico 1 – Frequência de respostas ao questionário no 7ºA

Tabela 13 - Tabela de frequências de feedback observado – 7ºA

Dimensão do feedback	Tarefa	Processo	Autorregulação	Afetivo
Nº total de feedback	7	6	11	7
% (sobre a totalidade das observações)	23	11	61	5
% de eficácia do feedback (Modificação de comportamento/Feedback emitido)	71	50	64	29

Da observação do professor os FB de autorregulação foram os mais utilizados constituindo 61 % dos FB, seguidos pelos FB de tarefa e os menos usados os FB afetivos.

Os FB mais eficazes com 71% de modificação / melhoria da atuação dos alunos foram os de tarefa, seguidos dos de autorregulação com 64% de efetividade, os menos produtivos foram os FB afetivos com 29% de impacto sobre a execução dos alunos.

Os FB de tarefa e autorregulação foram os mais utilizados pelo professor e os que tiveram maior sucesso e foram os mais apreciados pelos alunos, existindo uma correspondência entre a prática do professor e a percepção dos alunos. É de notar que apesar de ser menos usados pelo professor e com pouco impacto sobre a execução dos alunos, os FB afetivos foram considerados como importantes pelos alunos.

Segundo Carless (2006), as diferenças que observamos sobre o FB entre alunos e professores, afirma que os mesmos acreditam que emitem um FB mais minucioso do que aquilo que os alunos precisam e que o FB que emitem por vezes pode ser mais útil do que aquilo que os alunos realmente acham que é.

De acordo com Gibbs e Simpson, 2005; Price *et al.* (2010) , por vezes quando os alunos recebem o FB não compreendem o que ele significa e o que o professor quer verdadeiramente transmitir. Mas, é importante frisar que emitir e receber FB é uma tarefa difícil, é desvalorizado pelos professores e pelos especialistas em educação (Sluijsmans *et al.* , 2002).

Resultados da turma do 7ºB, na matéria Ginástica de Aparelhos em relação às respostas do questionário e à observação que realizei ao professor:

Tabela 14 – Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7ºB

		Frequência Tarefa	Frequência Processo	Frequência Autorregulação	Frequência Afetivo
7ºB (n=19)	Média DP	3,27±0,09	2,83±0,09	3,26±0,11	2,88±0,09

Tal como na aula de Voleibol do 7ºA, os alunos do 7ºB emitiram opiniões mais favorável acerca dos FB tarefa e autorregulação, tendo sido menos valorizados os FB de processo.

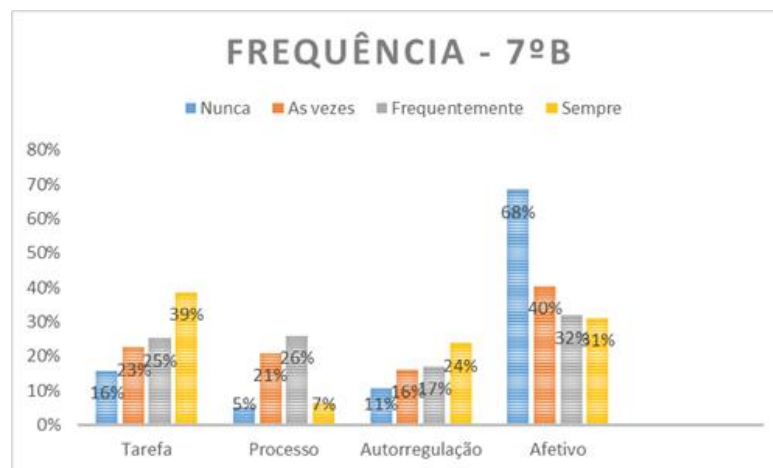


Gráfico 2 - Frequência de respostas ao questionário no 7ºB

Tabela 15 – Tabela de frequências de feedback observado – 7ºB

Dimensão do feedback	Tarefa	Processo	Autorregulação	Afetivo
Nº total de feedback	2	0	8	11
% (sobre a totalidade das observações)	10	0	38	52
% de eficácia do feedback (Modificação de comportamento/Feedback emitido)	100	0	38	36

Devido à modalidade ou o estilo de ensino serem diferentes, o Professor da turma B forneceu menos FB que o seu colega da turma A (21 vs 31). Os tipos de FB utilizados também foram diferentes, com uma dominação de FB afetivos (52%) seguidos dos de autorregulação, tendo sido os FB de tarefa e processo muito pouco utilizados. Apesar do pouco uso dos FB de tarefa, foram os mais eficazes seguindo níveis comparáveis de eficácia pelos FB de autorregulação e afetivo.

A percepção dos alunos do 7ºB e 7ºA são parecidas dando ênfase aos FB de tarefa e autorregulação, com uma importância similar acordada aos FB afetivo e de processo. Existe uma disparidade entre a percepção dos alunos e a prática de FB do professor. Esta disparidade pode acontecer devido à modalidade lecionada e temos de ter isso em atenção, ou seja, a dificuldade em perceber o FB emitido pelo professor pode ser agravada devido ao discurso de cada professor pois o mesmo pode variar entre modalidades ou de professor para professor (Baynham, 2000).

É de frisar que o uso do FB deve acompanhar os alunos durante as tarefas de forma adequada para que os mesmos o possam perceber para identificarem as suas dificuldades

no processo de ensino-aprendizagem (Elwood, 2006); contudo, isso depende não só do número de alunos de cada turma, dos recursos disponíveis na escola para o processo de ensino-aprendizagem, entre muitos outros fatores (Wilson e Scalise, 2006).

De seguida são apresentados os resultados da turma do 7°C, Ginástica de Aparelhos e Badminton em relação às respostas do questionário e à observação que realizei ao professor:

Tabela 16 - Tabela de frequências médias nas escolhas dos alunos em função das dimensões do feedback - 7°C

		Frequência Tarefa	Frequência Processo	Frequência Autorregulação	Frequência Afetivo
7°C (n=17)	Média DP	3,64±0,07	3,02±0,12	3,59±0,08	3,15±0,09

Tal como na aula de Voleibol do 7ºA, e de Ginástica do 7ºB, os alunos do 7°C emitiram opiniões mais favoráveis acerca dos FB tarefa e autorregulação. Os FB afetivo e de processo também foram valorizados.

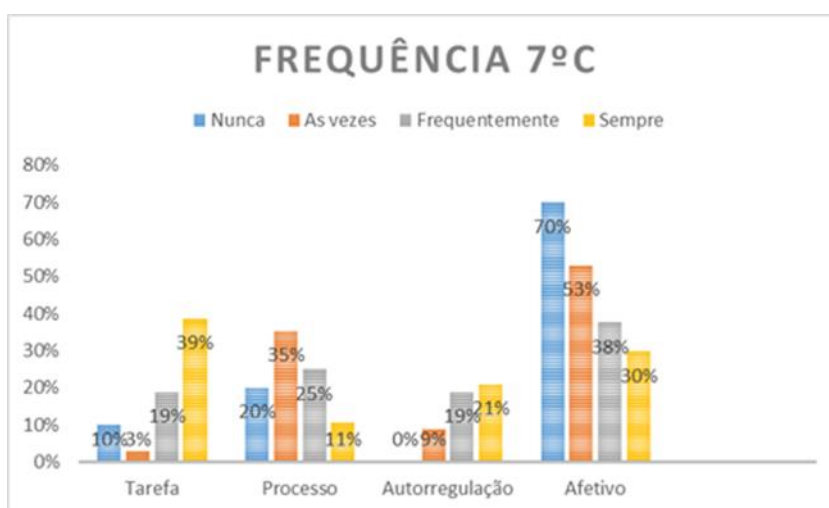


Gráfico 3 - Frequência de respostas ao questionário no 7°C

Tabela 17 - Tabela de frequências de feedback observado – 7°C

Dimensão do feedback	Tarefa	Processo	Autorregulação	Afetivo
Nº total de feedback	11	6	11	7
% (sobre a totalidade das observações)	23	19	35	23
% de eficácia do feedback (Modificação de comportamento/Feedback emitido)	27	100	82	71

O Professor do 7º C foi o que usou mais FB (35), com preponderância de FB de autorregulação e tarefa, o que o aproxima do Professor do 7º A e da percepção dos alunos.

Em termo de eficácia o FB de processo foi muito bem-sucedido, seguido do de autorregulação e do afetivo. De notar a mais elevada eficácia dos FB afetivos neste professor.

De uma forma global, os FB de autorregulação foram os mais utilizados pelos professores e os mais apreciados pelos alunos. Os FB Afetivos parecem importantes para os alunos e os menos considerados são os de processo. Em termo de eficácia os FB de autorregulação e de tarefa apresentam os melhores níveis na maioria dos professores, mas os de processo e afetivos podem se revelar muito eficazes em alguns professores. Apesar de serem as mais parecidas, as aulas do 7ºB e C (com uma componente Ginástica), não apresentaram perfis similares de utilização e eficácia de FB, provavelmente devido a diferença de estilo entre os professores, discursos diferentes ou até mesmo devido à turma em questão. Neste sentido o estudo de Price *et al.* (2010) demonstra a importância da existência do diálogo entre alunos e docentes, pois os estudantes asseguram que só conseguem interpretar os FB fornecidos se existir esse diálogo e de facto, a comunicação entre professor-aluno, a forma e modo como o professor emite o FB determina a percepção do processo de FB na avaliação (Mory, 2004).

Comparações das médias das turmas do 7ºA, B e C em relação aos resultados do questionário:

Tabela 18 – Comparação das médias das turmas do 7ºA, B e C em relação à percepção do feedback

		Frequência Tarefa	Frequência Processo	Frequência Autorregulação	Frequência Afetivo
7ºA (n=17)	Média DP	3,26±0,09	2,84±0,11	3,26±0,11	3,00±0,10
7ºB (n=19)	Média DP	3,27±0,09	2,83±0,09	3,26±0,11	2,88±0,09
7ºC (n=17)	Média DP	3,64±0,07	3,02±0,12	3,59±0,08	3,15±0,09
H (Kruskal-Wallis)		14,97	2,255	6,101	4,653
P value		0,0006	0,3238	0,0473	0,0977

Como podemos observar os alunos do 7ºC foram aqueles que mais se destacaram dos outros em relação às médias de percepção do feedback (3,64±0,07; 3,02±0,12; 3,59±0,08; 3,15±0,09), com resultados significativos na percepção dos FB de autorregulação e de tarefa, foi a turma mais sensível aos FB, provavelmente por ter tido o professor que usou a maior quantidade e diversidade de FB, com bons e excelentes níveis de eficácia em todos os tipos de FB.

Desta forma, de acordo com Veiga Simão *et al.*, (2008), o professor tem um papel crucial no desenvolvimento e aprendizagem dos alunos, pois, para além de realizar um acompanhamento individual a cada aluno, também lhes transmite o que realizam com qualidade e o que ainda tem de melhorar.

Os resultados mostraram que a turma do 7ºC foi a que melhor nível de eficácia revelou o que significa que, e em relação à eficácia do FB, este requereu clareza sobre o propósito do FB para que os alunos o consigam receber, reter e por fim modificassem o seu comportamento para alcançarem o sucesso da tarefa.

Considerações Finais

Depois de analisar os dados, apesar dos FB de autorregulação e de tarefa terem sido dominantes, todos os tipos de FB estudados no presente estudo são suscetíveis a ser utilizados com grande eficácia pelos Professores.

Neste estudo podemos concluir que as percepções dos alunos em relação ao FB emitido pelos professores, são de um modo geral positivas, considerando o FB um elemento muito importante e crucial para a aprendizagem dos alunos (Weaver, 2006).

A variedade e a qualidade dos FB proferidos pelo Professor são suscetíveis de influenciar positivamente o interesse dos alunos pelos FB, sendo que podemos observar que os alunos consideram o FB importante para a sua aprendizagem e embora, às vezes, não o percebam e não seja eficaz na modificação do seu comportamento perante a tarefa, eles valorizam as informações que lhes são transmitidas.

Segundo Carless (2006) se os professores emitirem FB negativo isso pode influenciar a auto percepção dos alunos; ou seja, sempre que os professores pretendem emitir um FB, este deve ser construtivo para o processo de aprendizagem dos mesmos, deve ser claro e dado de acordo com a tarefa que estão a realizar para a possível percepção dos alunos. Contudo, o FB se obtiver elementos positivos e negativos na sua estrutura, torna-se mais eficaz (Sadler, 1989; Young, 2000; Lizzio e Wilson, 2008), mas de acordo com Price et al., (2010), gasta-se muito tempo a produzir FB e pouco tempo a analisar qual a sua eficácia.

O FB acaba por ser um processo social, constituído pelo discurso e emoção nele existente que influenciam a forma de como os alunos interpretam o que lhes transmitem (Carless, 2006).

Embora os resultados do estudo digam respeito a uma pequena amostra de alunos da Escola Básica de Vilarinho do Bairro, penso que seria muito interessante dar continuidade ao estudo com uma amostra mais alargada.

CONCLUSÃO

O meu relatório espelha o percurso por mim percorrido, durante este ano letivo 2022/2023, na realização do Estágio Pedagógico na Escola Básica de Vilarinho do Bairro, no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física da Universidade de Coimbra.

O Estágio Pedagógico foi um culminar de aprendizagens anteriormente adquiridas, com o objetivo de as colocar em prática, vivenciando momentos cruciais para o meu desenvolvimento como futura docente de Educação Física.

Como era de esperar, existiram momentos de altos e baixos durante esta percurso que, por consequência, me ofereceram situações desafiantes e recompensadoras onde adquirir ensinamentos e premissas que me irão ajudar a desempenhar de uma forma mais íntegra e positiva o meu papel de docente.

No início do ano deparei-me com muitas dificuldades, medos e dúvidas no que diz respeito à lecionação pois o receio de falhar e de não conseguir atingir os objetivos solicitados estava muito presente, contudo, ao longo do ano, fui lentamente superando as minhas fragilidades com a ajuda dos colegas do Núcleo de Estágio, bem como o Orientador da escola. Foi um ano bastante positivo em questão de aprendizagens, de tarefas nunca realizadas com a mesma dimensão, como por exemplo, a realização do planeamento a longo, médio e curto prazo, a interdisciplinaridade, organização de eventos, interação com jovens com diferentes graus de ensino e conhecimento, bem como a interação com outros professores de Educação Física e de outras disciplinas.

Tive a oportunidade de coadjuvar uma aluna com Necessidades Educativas no âmbito da disciplina de Educação Física realizando assessoria às professoras de Ensino Especial. Esta parceria foi muito enriquecedora para mim enquanto docente e pessoa, levou-me a refletir que atualmente, a inclusão deve estar presente em todas as escolas e principalmente na disciplina de Educação Física, pois, apesar de a aluna ter dificuldades motoras acentuadas, foi possível incluí-la em diversas atividades e matérias, conseguindo sempre que a mesma acompanhasse a turma.

Para finalizar, gostaria de acrescentar que nunca vou vivenciar outro ano como este, pois apesar de todas as adversidades ao longo do percurso, também fui rodeada por imensas coisas boas como a amizade que criei com outros professores e funcionários, pais e alunos, o convívio diário e a partilha de conhecimentos que me ajudaram a não desistir

desta caminhada através do apoio incondicional que me deram todos os dias. Ao olhar para trás, e para todo o percurso, sinto-me orgulhosa do trabalho que realizei, pois, apesar de duvidar sempre das minhas capacidades, se não tivesse passado por todas estas adversidades, não teria conseguido chegar até aqui, pois não é o fim que é interessante, mas os meios para lá chegar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alçada, I. (1982). O Professor. N°37, Nova Série, p. 18 – 24.
- Allal, L. (1986). Estratégias de avaliação formativa: concepções psicopedagógicas e modalidades de aplicação. In L. Allal, J. Cardinet & Ph. Perrenoud (Eds.), *A avaliação formativa num ensino diferenciado (175-209)*. Coimbra: Almedina.
- Baynham, M. (2000) Academic writing in new and emergent discipline areas, in: M. Lea & B. Stierer (Eds) *New contexts for student writing in higher education* (Buckingham, Open University Press).
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª ed., Vol. 14. Lisboa: Livros Horizonte.
- Black, P., & William, D. (1998). Inside the black box: *Raising standards through classroom assessment*. London: School of Education, King's College.
- Black, P., Harrison, C.; Lee, C. Marshall, B. & William, D. (2002). *Working inside the black box. Assessment for learning in the classroom*. London: GL Assessment.
- Brookhart, S. M. (2008). Feedback that fits. *Engaging the whole child: Reflections on best practices in learning, teaching, and leadership*, 65(4), 54-59.
- Bauer, L. (2010). *Princípios-chave para a promoção da qualidade na educação inclusiva: recomendações para decisores políticos*. Agência Europeia para o Desenvolvimento da Educação Especial.
- Campos, M.J. (2019). CRIE... Porque todas as crianças precisam de brincar! *Revista Científica da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência* 5(1), 22-28.
- Capel, S. &. (2010). Learning to Teach Physical Education in the Secondary School: a companion to school experience. *Abingdon: Routledge*.
- Carless, David (2006). *Differing perceptions in the feedback process*. *Studies in Higher Education*, 31(2), 219–233. doi: <https://doi.org/10.1080/03075070600572132>
- de Oliveira Duarte, J. M. (2012). *Relatório de Estágio Pedagógico Realizado na Escola Básica Professor Alberto Nery Capucho: Turma Do 9º D: Ano Lectivo de 2011/2012* (Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra (Portugal).
- Fonseca, J., Carvalho, C., Conboy, J., Salema, H., Valente, M. O., Gama, A. P.,

- & Fiúza, E. (2015). Feedback na prática letiva: Uma oficina de formação de professores. *Revista Portuguesa de Educação*, 28(1), 171-191.
- Elwood, J. (2006). Formative assessment: Possibilities, boundaries and limitations. *Assessment in Education: Principles, Policy & Practice*, 13(2), 215-232.
- Fachada, M. (2018). *A Escolha de Situações de Aprendizagem em Educação Física*. In E. Silva, M. Fachada, & P. Nobre (Eds.), *Prática Pedagógica Supervisionada* (pp. 4-8).
- Fonseca, J., Carvalho, C., Conboy, J., Salema, H., Valente, M. O., Gama, A. P., & Fiúza, E. (2015). Feedback na prática letiva: Uma oficina de formação de professores. *Revista Portuguesa de Educação*, 28(1), 171-191.
- Gomes, P. & Matos, Z. (1992). *Educação Física na Escola Primária. Vol II: Iniciação Desportiva*, Porto, Edições da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.
- Gibbs, G. & Simpson, C. (2004) Condições em que a avaliação apoia a aprendizagem dos alunos, *Aprender e Ensinar no Ensino Superior*, 1, 3-31.
- Gibbs, G., & Simpson, C. (2005). Conditions under which assessment supports students' learning. *Learning and teaching in higher education*, (1), 3-31.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The power of feedback. *Review of educational research*, 77(1), 81-112.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge.
- Kluger, A. N. DeNisi, A. (2004). Feedback interventions: Towards the understanding of a double-edged sword. In T. Oltmanns, & R. Emery (Eds.), *Current directions in abnormal psychology* (pp.76-82). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Kluger, A. N. DeNisi, A. (1996). The effects of feedback interventions on performance: Historical review, a meta-analysis and a preliminary feedback intervention theory. *Psychological Bulletin*, 119, 254-284.
- Likert, R., Roslow, S. & Murphy, G. (1993). A simple and reliable method of scoring the Thurstone attitude scales. *Personnel Psychology*, 46, 689-690. (Original publicado em 1934).

- Lima, L. (2000). Atitudes: Estrutura e mudança. In: J. Vala & M. B. Monteiro (Eds.), *Psicologia social*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Lizzio, A., & Wilson, K. (2008). Feedback on assessment: Students' perceptions of quality and effectiveness. *Assessment & evaluation in higher education*, 33(3), 263-275. doi: <https://doi.org/10.1080/02602930701292548>
- Mark Wilson and Kathleen Scalise (2006). *Assessment to Improve Learning in Higher Education: The BEAR Assessment System*. *Higher Education*, 52(4), 635–663.
- Mesquita, I. &. (2011). O desafio pedagógico da interculturalidade no espaço da EF. *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Metzler, M. W. (2011). *Instructional Models for Physical Education*. Arizona: Holcomb Hathaway, Publishers, InC.
- Mory, E. H. (2013). Feedback research revisited. In *Handbook of research on educational communications and technology* (pp. 738-776). Routledge.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das Aprendizagem. *Avaliação das Aprendizagens: concepções, práticas e usos*.
- Price, M., Handley, K., Millar, J., & O'donovan, B. (2010). Feedback: all that effort, but what is the effect?. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 35(3), 277-289.
- Quina, J., Carreiro da Costa, F., & Alves Diniz, J. (1998). O feedback pedagógico. Análise da informação retida pelos alunos em aulas de Educação Física.
- Quina, J. N. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. Bragança: Instituto Politécnico de Bragança, p. Vol. 91.
- Ribeiro da Silva, E., Fachada, M. & Nobre, P. (2022-2023). *Guia de Estágio Pedagógico*. Universidade de Coimbra, FCDEF.
- Ribeiro, J. L. P. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*.
- Ribeiro-Pereira, Diana y Maria Assunção-Flores (2013), “Avaliação e feedback no ensino superior: um estudo na Universidade do Minho”, en *Revista Iberoamericana de Educación Superior (RIES)*, México, unam-iissue/Universia, vol. IV, núm. 10, pp. 40-54, <http://ries.universia.net/index.php/ries/article/view/257>
- Roldão, M. C. (2009). Estratégias de Ensino. O saber e o agir do professor, p. 57. Vila Nova de Gaia: Fundação Manuel Leão.

- Sadler, D. R. (1998). Formative assessment: Revisiting the territory. *Assessment in education: principles, policy & practice*, 5(1), 77-84. doi: <https://doi.org/10.1080/0969595980050104>
- Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education, 2nd Editions*. Palo Alto: Mayfield Publishing Company.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a ensinar la educación física* (Vol. 129). Inde.
- Simão, A. M. V., & Flores, M. A. (2006). O aluno universitário: aprender a auto-regular a aprendizagem sustentada por dispositivos participativos. *Ciênc Letras*, 40, 252-70.
- Sluijsmans, D. M., Brand-Gruwel, S., & van Merriënboer, J. J. (2002). Peer assessment training in teacher education: Effects on performance and perceptions. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 27(5), 443-454.
- Vargas, R. (2002). *Análise de Valor Agregado em Projetos*. Rio de Janeiro: Brasport.
- Weaver, Melanie R. (2006). *Do students value feedback? Student perceptions of tutors' written responses*. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 31(3), 379–394. doi: <https://doi.org/10.1080/02602930500353061>
- Wilson, M., & Scalise, K. (2006). Assessment to improve learning in higher education: The BEAR Assessment System. *Higher education*, 635-663.
- Young, P. (2000). 'I might as well give up': Self-esteem and mature students' feelings about feedback on assignments. *Journal of Further and Higher education*, 24(3), 409-418. doi: <https://doi.org/10.1080/030987700750022325>
- Zimmermann, B.J., & Schunk, D.H (Eds). (2001). *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretic perspectives*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Zimmermann, B.J., & Schunk, D.H (Eds). (2007). *Motivation and self-regulated learning: Theory, research and applications*. Mahwah, NJ/London: Lawrence Erlbaum.

Aprendizagens Essenciais - 1.º, 2.º e 3.º Ciclos do Ensino Básico. Anexo III. Educação Física. Ministério da Educação.

Legislação

Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de julho. *Diário da República n.º129/2018, Série 1*. Presidência do Concelho de Ministros – Educação.

Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho. *Diário da República n.º129/2018, Série 1.*
Presidência do Conselho de Ministros – Educação.

Decreto-Lei n.º 95/91, de 26 de fevereiro, *Diário da República n.º47/1991, série 1-A de 1991-02-06*, Ministério da Educação.

Protocolos FITescola

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

ANEXOS

Anexo 1 – Inquérito em Google Forms para a caracterização da turma



Secção 1 de 9

Identificação do Aluno 9ºB

Nome *

Género *

Idade *

Nº de Aluno *

Morada *

Concelho *

Freguesia *

E-mail

Secção 4 de 9

Hábitos de Estudo

Gostas de estudar? *

Com que frequência costumas estudar? *

Como gostas de estudar? *

Qual o teu local de estudo habitual? *

Tens alguém que te ajude a estudar ou a esclarecer as tuas dúvidas? *

Se sim, quem te ajuda?

Os teus pais/encarregado de educação costumam... *

Secção 2 de 9

Agregado Familiar

Com quem resides? *

Indica o grau de parentesco do teu Encarregado de Educação *

Quais as habilitações literárias dos teus pais?

Secção 3 de 9

Vida Escolar

Gostas de frequentar a escola? *

Como te deslocas para a escola? *

Quanto tempo demoras no percurso de casa até à escola? *

Quais as disciplinas que mais gostas? *

Quais as disciplinas que menos gostas? *

Qual a disciplina em que tens mais dificuldade? *

Já reprovaste de ano? *

Se sim, em que ano(s)?

Secção 5 de 9

Saúde, Alimentação e Hábitos Diários

Pergunta *

Se respondeste sim a alguma das respostas anteriores, especifique qual a doença/lesão

Quantas horas costumas dormir durante a noite? *

Que refeições fazes diariamente? *

Habitualmente, onde costumas almoçar? *

Costumas ter hábitos de higiene diária/ após as aulas?

Secção 6 de 9

Tempos Livres

Quais destas atividades fazes nos teus tempos livres? *

Participas em alguma atividade na escola? *

Se respondeste sim, refere qual.

Seção 7 de 9

Hábitos Desportivos e Educação Física



Praticas alguma modalidade desportiva fora da escola? *

Se sim, qual?

Se respondeste não, indica o motivo.

Gostas da disciplina de Educação Física? *

O que mais gostas nas aulas de Educação Física? *

Qual a tua nota final a Educação Física no ano anterior? *

Participaste no Desporto Escolar nos anos anteriores? *

Quais as modalidades que mais gostavas de praticar em Educação Física? *

Quais as modalidades que menos gostavas de praticar em Educação Física? *

Seção 8 de 9

Aulas & Professores



As aulas que mais te agradam são aquelas em que: *

Indica três características que aprecies num professor *

Indica três características que não aprecies num professor *

Após a seção 8 Continuar para a seção seguinte

Seção 9 de 9

Aluno



Indica seis características que reconheças em ti próprio *

Indica, no mínimo, três profissões que gostarias de vir a ser no futuro *

Anexo 2 – Exemplo do Inventário da Escola

Voleibol

Características do Material			Qualidade do Material					OBS
Material	Quantidade	Local	Novo	Bom	+ / -	Mau	Inútil	
Mini-volei Amarela	7	A1			6	1		
Mini-volei Branca	9	A1		6	3			
Soft Touch Amarela	4	A1	4					
Soft Touch Branca	3	A1		3				
Amarelas / Azuis	21	A1		21				
School Ball	4	A1		4				
Oficial Size Branca	6	A1	3	1	1	1		
Oficial Am / Br / Az	5	A1	5					embaladas
Redes	3	A1		2	1			
Total	59							

Tag-Rugby

Características do Material			Qualidade do Material					OBS
Material	Quantidade	Local	Novo	Bom	+ / -	Mau	Inútil	
Cintura	45	A1		45				
Fitas	92	A1		92				
Saco de Material	2	A1		2				
Total	45 conjuntos							

Anexo 3 – Plano Anual

	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maiο	Junho
QUI		SÁB	TER	QUI	DOM	QUA	QUA	SEG	QUI	Orientação
SEX	DOM	QUA	SEX	SEG	TER	QUA	QUA	TER	SEG	SEX
SÁB	SEG	Basquetebol	QUI	Dança	SÁB	TER	SEX	QUA	SEG	SÁB
DOM	TER		SEX		DOM	QUA	SÁB	TER	QUI	Voleibol
SEG	QUA		SÁB	Badminton + Dança	QUI	Andebol	DOM	QUA	SEX	SEG
TER	QUI	Atletismo C	DOM		SEX	Andebol + Ginástica (S)	SEG	Andebol+ Ginástica (A)	QUI	SÁB
QUA	SEX		SEG	Badminton	QUA	SÁB	TER	SEX	Sexta-feira Santa	DOM
QUI	SÁB		TER		DOM		QUA	SÁB	SEG	Voleibol
SEX	DOM		QUA		SEX	Andebol + Ginástica (S)	QUI	Andebol	DOM	Páscoa
SÁB	SEG	Basquetebol	QUI	Dança	SÁB	TER	SEX	SEG	QUA	QUA
DOM	TER		SEX		DOM	Corta-mato	SÁB	TER	QUI	Voleibol
SEG	QUA		SÁB	Badminton	QUI	Andebol (Teórica)	DOM	QUA	SEX	SEG
TER	QUI	Atletismo C	DOM		SEX	Andebol + Ginástica (S)	SEG	Atletismo (SA) + Ginástica (A)	QUI	SÁB
QUA	SEX		SEG	Basquetebol	QUA	SÁB	TER	SEX	DOM	QUA
QUI	SÁB		TER	Dança + Autoavaliação	DOM		QUA	SÁB	SEG	Voleibol
SEX	DOM		QUA		SEX	Andebol + Ginástica (S)	QUI	Atletismo (SC)	DOM	TER
SÁB	SEG	Badminton	QUI	Dança	SÁB	TER	SEX	SEG	QUA	Voleibol
DOM	TER		SEX		DOM	QUA	SÁB	TER	QUI	Orientação
SEG	QUA	Apresentação	SÁB		SEG	Andebol	DOM	QUA	SEX	SEG
TER	QUI	Basquetebol	DOM		SEX		SEG	Atletismo (SA) + Ginástica (A)	QUI	Voleibol
QUA	SEX		SEG	Basquetebol	QUA	SÁB	TER	CARNAVAL	TER	SEX
QUI	SÁB	FTTescolas	TER		QUI	DOM	QUA	SÁB	SEG	Orientação
SEX	DOM		QUA		SEX	Andebol+Ginástica (S)	QUI	Atletismo Resistência	QUI	Atletismo Resistência
SÁB	SEG	Badminton	QUI	Dança	SÁB	Véspera de Natal	TER	SEX	SEG	Voleibol
DOM	TER		SEX	Natal	DOM		QUA	SÁB	TER	Dia da Liberdade
SEG	QUA	FTTescolas	SÁB		SEG	Andebol	DOM	QUA	QUA	Feriado Anadiu
TER	QUI	Basquetebol	DOM		TER	SEX	SEG	Andebol + Ginástica (A)	SEG	Ginástica (A)
QUA	SEX		SEG	Badminton	QUA	SÁB	TER	TER	SEX	Voleibol
QUI	SÁB	Atletismo - Resistencia	TER		QUI	DOM	QUA	SÁB	SEG	Orientação
SEX	DOM		QUA		SEX	Andebol- Ginástica (S)	QUI	Voleibol + auto avaliação	DOM	TER
	SEG	Basquetebol			SÁB		TER	SEX	QUA	

Anexo 4 – Exemplo de um plano de condição física



Plano 1

Treino: Realizar 4 rondas dos 4 exercícios

Exercício	Descrição da Tarefa / Imagem	Capacidades / Habilidades	Tempo / Séries	Descanso
Ativação Geral para a Sessão	Mobilidade articular dos vários segmentos (cabeça, braços, pernas, pé) Realizar 3 rondas de 10'' 10'' - 30'' alongamentos		2' 3'	
Flexão/Extensão de Braços	- Flexão e Extensão dos membros superiores em posição de prancha; - Postura correta com a cabeça no prolongamento do corpo. - Descanso 10 segundos Nota: Quem não conseguir realizar com os MI estendidos poderá colocar os joelhos no chão como apoio. 	Força Superior Resistência	30''	20''
Agachamentos	- Flexão e Extensão dos membros inferiores; - Postura correta com a cabeça no prolongamento do tronco. - Descanso 10 segundos 	Força Inferior Resistência	30''	20''
Abdominais	- Flexão do tronco com a tábua; - Joelhos com um ângulo de 90° Descanso 10 segundos 	Força Abdominal Resistência	30''	20''
Franga Isométrica		Força Abdominal Resistência	30''	20''
Retorno à calma	Alongamentos dos grupos musculares solicitados			Alongar cada grupo muscular

Núcleo de Estágio Escola Básica de Vila Real do Bairro
Ano Letivo 2022/2023

Anexo 5 – Exemplo de estrutura do plano de aula



Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos de Vilarinho do Bairro

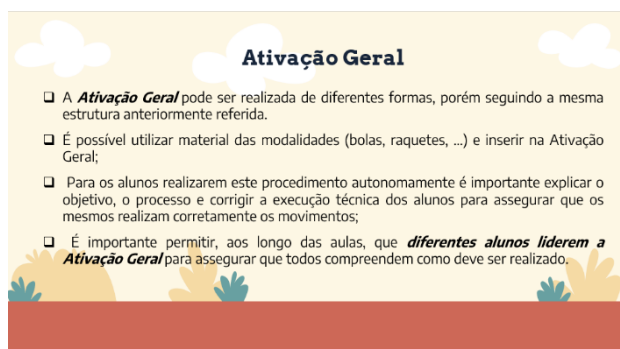
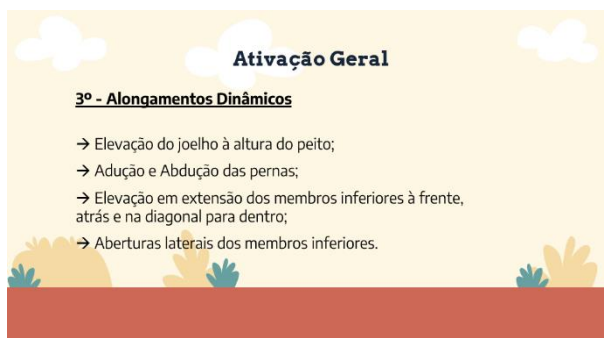
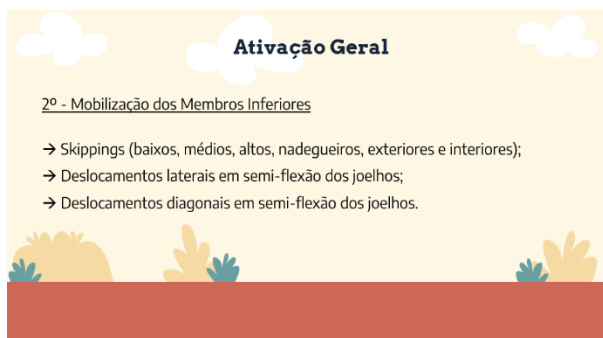
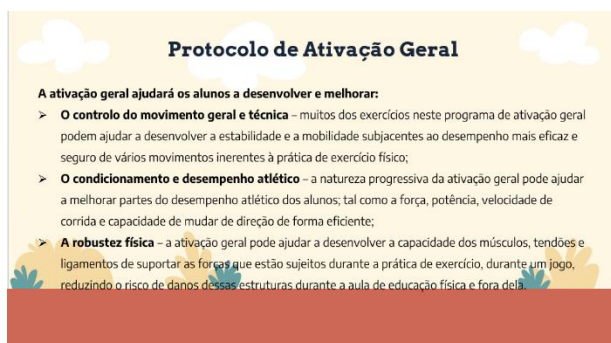
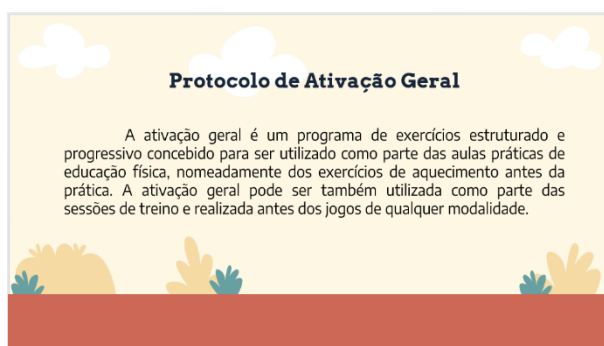
Ano Letivo:	Período:	Turma:	Aula n.º
Data:	Hora:	N.º alunos dispensados:	Unidade Didática
Espaço:	Duração:	N.º alunos previstos:	Aula da UD n.º
			Total de aulas da UD
Função Didática:			
Conteúdos:			
Objetivos de Aula:			
Avaliação:			
Recursos Materiais:			
Palavras-chave:			

Justificação do plano de aula:

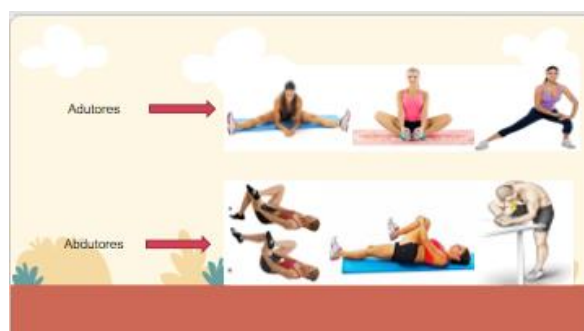
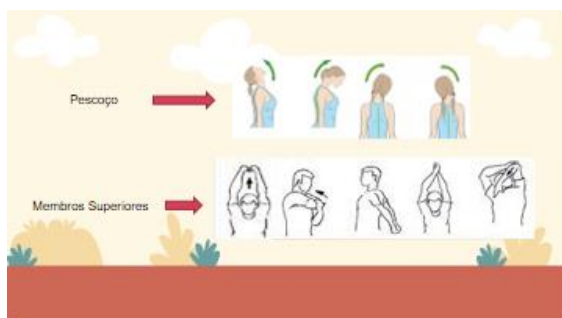
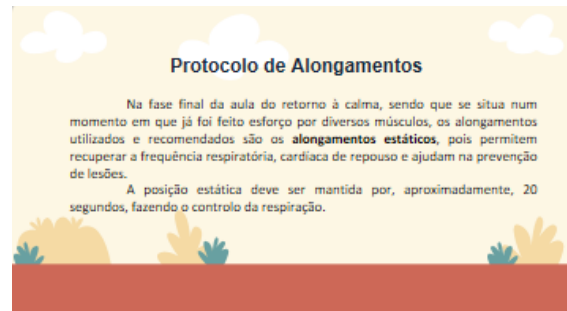
Tempo		Tarefas / Situações de Aprendizagem	Organização/ Estratégias de Ensino/ Estilos de Ensino	Objetivo: Comportamentais / Critérios de Êxito	Habilidades e Estratégias
T	F				
Parte Inicial					
Parte Fundamental					
Parte Final					
Assinatura:					

Relatório de aula:

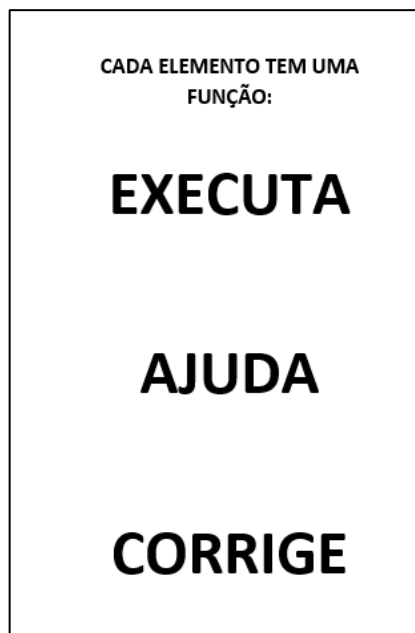
Anexo 6 – Protocolo de Ativação Geral (PAG)



Anexo 7 – Protocolo de Alongamentos (PA)



Anexo 8 – Exemplo de materiais auxiliares didáticos



Rolamento à Frente



Erros a evitar:

- Colocação da testa no solo no início do rolamento;
- Colocação das mãos muito perto dos pés;
- Não impulsionar os membros inferiores;
- Elevação insuficiente da bacia;
- Colocar os pés muito longe das nádegas no final do rolamento;
- Elevar-se com a ajuda das mãos;
- Extensão da nuca;
- Afastar os cotovelos.

Ajudas:

- Colocação de uma mão na coxa e outra na zona da nuca/pescoço;
- Segurar as mãos na fase de elevação.

Anexo 9 – Exemplo de Decisões de Ajustamento

2º Período					
Nº Aula	Data	U.D.	Previsto	Realizado	Proposta/ Decisão de Ajustamento
39 e 40	09/01	GS + Andebol	<p>Conteúdos Programáticos: -Ginástica de solo: Rolamento a frente; Rolamento a retaguarda; Apoio facial invertido; Roda; Posições de flexibilidade; Avião; ponte;</p> <p>Função Didática: GS: AFI; Andebol: Introdução e Exercitação</p>	<p>Conteúdos Programáticos: - Ginástica de solo: Rolamento a frente; Rolamento a retaguarda; Apoio facial invertido; Roda; Posições de flexibilidade; Avião; ponte;</p> <p>Dança: Ritmo; Criatividade; Coreografia;</p> <p>Função Didática: Exercitação (AFI-GS) + apresentação das coreografias de dança.</p>	<p>Supostamente a segunda parte da aula seria a matéria de andebol, mas visto que os alunos devido à greve de professores do 1ºP não apresentaram as coreografias da matéria de dança, a segunda parte irá ser para isso, visto que os alunos se prepararam no período passado e não tiveram oportunidade de me mostrar o resultado.</p>
42 e 43	16/01	Andebol + Aula Teórica GS	<p>Conteúdos Programáticos: - Introdução e exercitação dos gestos técnicos do passe, drible e remate. - Jogos pré-desportivos, sem guarda-redes e com um objetivo. - Jogo 5x5 (4+1) em campo reduzido.</p> <p>→ Conteúdos teóricos das modalidades de Ginástica</p> <p>Função Didática: Exercitação</p>	<p>Conteúdos Programáticos: - Introdução e exercitação dos gestos técnicos do passe, drible e remate. - Jogos pré-desportivos, sem guarda-redes e com um objetivo. - Jogo 5x5 (4+1) em campo reduzido.</p> <p>Peso e Perímetro da cintura. Flexibilidade (Flexibilidade ombros); Aptidão Muscular: impulso horizontal;</p> <p>Função Didática: Testes de condição física e exercitação</p>	<p>De início esta aula tinha sido planeada para 45m de andebol + 45m de ginástica de solo – teórica, visto que quinta-feira temos 45m, fiz um ajustamento e troquei a ula teórica para esse dia. Assim podemos ficar em sala e aproveitar o tempo de forma mais eficaz. A turma fez aula de 90' da matéria de andebol. Realizei também alguns testes de condição física do 2ºP.</p>

Anexo 10 – Planeamento do 2ºciclo

DIA	Fevereiro			Março		
1	QUA			QUA	10 e 11	Ginástica de Solo
2	QUI			QUI		
3	SEX			SEX	12	Atletismo - Visita de Estudo (professora
4	SÁB			SÁB		
5	DOM			DOM		
6	SEG			SEG		
7	TER			TER		
8	QUA	1 e 2	GS - Corta-Mato	QUA	13 e 14	Ginástica de Solo
9	QUI			QUI		
10	SEX	3	Atletismo	SEX	15	Atletismo SC
11	SÁB			SÁB		
12	DOM			DOM		
13	SEG			SEG		
14	TER			TER		
15	QUA	4 e 5	Ginástica Solo	QUA		
16	QUI			QUI		
17	SEX	6	atletismo - Desporto Escolar Futsal	SEX		
18	SÁB			SÁB		
19	DOM			DOM		
20	SEG			SEG		
21	TER		CARNAVAL	TER		
22	QUA	7 e 8		QUA		
23	QUI			QUI		
24	SEX	9	Atletismo	SEX		
25	SÁB			SÁB		
26	DOM			DOM		
27	SEG			SEG		
28	TER			TER		

Anexo 11 – Exemplo da grelha de AFI

Apresentação de Resultados

Nº do aluno	Momento Ofensivo			Momento Defensivo		Guarda-Redes	Média
	Desmarca-se criando linhas de passe para o portador da bola.	Finaliza em remate em salto	Faz passe se tem adversário pela frente	Posiciona-se à frente do seu adversário direto tentando interceptar a bola	Impede a progressão em drible do adversário	Enquadra-se com a bola sem perder a noção da baliza	
1	2	3	3	3	2	3	3
2	2	3	3	3	2	3	3
3	3	4	4	4	3	4	4
4	2	3	3	2	2	2	2
5	3	3	3	3	3	4	3
6	3	4	4	4	3	4	4
7	4	4	4	4	4	3	3
8	3	3	3	3	3	4	4
9	2	2	2	2	1	2	2
10	2	2	2	2	2	2	2
11	2	2	2	3	2	2	2
12	3	3	2	3	2	3	3
13	3	4	4	4	3	4	4
14	4	3	3	3	3	3	3
15	4	4	4	4	4	4	4
16	3	4	4	4	3	4	4
17	-	-	-	-	-	-	-
18	4	4	4	4	3	4	4
19	3	3	3	3	3	3	3




Tomás Ribeiro - Faltou

0 - 19%	1	Não Realiza
20 - 49%	2	Realiza com grande Dificuldade
50 - 69%	3	Realiza com Alguma Dificuldade
70 - 89%	4	Realiza Bem
90 - 100%	5	Realiza Muito Bem

Anexo 12 – Exemplo da AFI Coparticipada

Turma: 9ºB	OBJETIVOS E REGRAS DO JOGO	GESTOS TÉCNICOS				NÍVEL
Nome: <input type="text"/>	Dois toques; Transporte; Violação da linha divisória; Rotação; Número de toques consecutivos por equipa; Toque na rede	Serviço (por baixo)	Manchete	Passo	Posição Base	(1-5)

Turma: 9ºB	OBJETIVOS E REGRAS DO JOGO	GESTOS TÉCNICOS				NÍVEL
Nome: <input type="text"/>	Dois toques; Transporte; Violação da linha divisória; Rotação; Número de toques consecutivos por equipa; Toque na rede	Serviço (por baixo)	Manchete	Passo	Posição Base	(1-5)

  	Sumatório	0 – 2	3 – 4	5 – 6	7 – 8	9 – 10
0 – Não realiza 1 – Realiza +/- 2 – Realiza bem	Nível	1	2	3	4	5

Anexo 13 – Exemplo de uma apresentação teórica

Andebol

Professora: Mariana Lima
Escola Básica de Vilarinho do Bairro

OBJETIVO DO JOGO

O objetivo do jogo é marcar na bola da equipa adversária e entrar que a equipa adversária marque na tua bola.

Jogo oficial praticado por duas equipas "7".

Mini-Andebol - Jogo praticado por duas equipas "3".

Adaptado da idade e capacidade dos alunos.
Facilitado na concepção dos espaços.
Muito divertido para a bola.

CAMPO DE JOGO

REGRAS DO JOGO

Início e Reinício do Jogo

Antes de iniciar o jogo, o jogo é feito um lançamento de sorteio a ser pelo árbitro. A equipa que vencer escolhe começar o jogo em posse de bola ou o tempo-tempo onde quer iniciar o jogo.

Após, sempre, cada uma das partes do jogo inicia-se com:

Um lançamento de saia, realizado na zona central da linha central de campo, em que todos os jogadores de cada equipa terão de estar colocados no seu respetivo meio-campo.

Após um gol, o jogo reinicia-se novamente na zona central de campo.

REGRAS DO JOGO

A bola e considerações gerais:

1. Deve ser completamente de folha lã.
2. Não se permite usar qualquer tipo de objeto no terreno de jogo.
3. Não se permite o jogador que defende, usar os joelhos, cotovelos, e o torso e cabeça, a bola sempre de uma maneira a não fazer falta ao adversário.

Manuseio da bola em jogo:

1. Realizado pela equipa atacante, através do lançamento lateral ou lançamento de saia, com um ou ambos os pés sobre a linha.
2. Não pode ser usado o torso ou cabeça.
3. Não pode ser usado para provocar um toque no solo ou qualquer tipo de falta no terreno de jogo.
4. Após uma defesa do guarda-redes, ou em situações em que a bola é tocada por um atacante antes de sair pela linha de saia, também será permitido lançamento de saia.

REGRAS DO JOGO

Não é permitido:

1. Defender a bola, agarrar a bola e voltar a driblar a bola (dribble ilegal);
2. Agarrar, arrastar ou bater na bola que se encontra no solo do adversário;
3. Tocar a bola com o pé ou com qualquer parte do corpo abaixo do joelho, exceto quando a bola for lançada por um adversário;
4. Driblar ou agarrar o adversário em posse de bola.

REGRAS DO JOGO

Não é permitido:

1. Separar a bola nas mãos por mais de três segundos;
2. Dar mais de três passos com a bola na mão.

*Na situação anterior, é permitido lançamento livre, no local de infração ou na linha de 7 metros se a falta ocorrer numa clara situação de gol.

REGRAS DO JOGO

Área de Defesa:

1. O guarda-redes pode estar na área de defesa.
2. Se algum atleta, de qualquer equipa, entra na área de defesa ou toca na bola, prende ou vira dentro da área de defesa, e considerando violação, sendo autorizado um lançamento de saia.
3. Após uma defesa do guarda-redes, ou em situações em que a bola é tocada por um atacante antes de sair pela linha de saia, também será permitido lançamento de saia.

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA E DEFENSIVA

Estas funções vão depender da fase de jogo em que te encontrares:

Organização Ofensiva

Quando a tua equipa tem a posse de bola

Organização Defensiva

Quando a tua equipa não tem a posse de bola

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA E DEFENSIVA

Posicionamento no terreno de jogo ocupando o espaço de forma organizada

Em situação de jogo 2 x 5, as equipas devem procurar ocupar o terreno de jogo de forma organizada. Defensivamente, devem estar sempre entre a baliza e o meio adversário.

Situações de "Jogo desorganizado"

Uma primeira regra do andebol, todos os atletas devem tocar na bola e participar no jogo, agindo-se em torno da bola ("jogo estratégico"). Com linhas de passe, utilizando-se do portador da bola. Não criar situações para o bom desenvolvimento do jogo.

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

Em situação de ataque, vai ter de tomar decisões em função da situação em que se encontrares. Para isso, tens de utilizar, da melhor forma, as seguintes ações técnicas e táticas:

Sem bola

- Desmarcação;
- Progressão;

Com bola

- Posse de controlo e picado;
- Escorço;
- Dribble;
- Fazer um apoio ou um respingo;

Ataque sem bola

Desmarcação e Progressão

Em situação de ataque, percebe o teu posicionamento, o do teu colega com bola e o do defesa.

Se o defesa está entre si e o teu colega com bola, desmarca-te e progredes no campo, criando uma linha de passe segura e garantindo a ocupação racional do espaço de jogo.

Ataque com bola

Passe, Respingo e Dribble

Com boa posse da bola, passa a um colega em posição mais ofensiva, ou dribla em progresso no sentido da baliza adversária.

Passe

Passar a bola para o colega com o pé ou com a cabeça, de forma que o colega receba a bola com facilidade.

Respingo

Passar a bola para o colega com o pé ou com a cabeça, de forma que o colega receba a bola com facilidade.

Dribble

Passar a bola para o colega com o pé ou com a cabeça, de forma que o colega receba a bola com facilidade.

Finaliza

Após uma reação em situação favorável e com a baliza ao teu alcance, finaliza a ação, utilizando o respingo.

Respingo em saia

Passar a bola para o colega com o pé ou com a cabeça, de forma que o colega receba a bola com facilidade.

Respingo em respingo

Passar a bola para o colega com o pé ou com a cabeça, de forma que o colega receba a bola com facilidade.

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

Em situação de defesa, vai ter de tomar decisões em função da situação em que te encontrares. Para isso, tens de utilizar, da melhor forma, as seguintes ações técnicas e táticas:

Sem bola

- Posição Base Defensiva;
- Interação;
- Marcação;

Guarda-Redes

- Enquadramento com a bola;
- Iniciar o contra-ataque;

Defesa sem bola

Posição Base Defensiva, Interação e Marcação

Antes que a tua equipa passe a posse de bola, assume uma atitude defensiva, procurando recuperar a sua posse.

Utiliza uma situação de proximidade, tentando a interação ou dificultando a progressão em dribble, o passe ou o respingo dos teus adversários. Coloca-te numa posição entre a bola e a baliza.

Posição Base Defensiva

Posição utilizada à baliza de defesa, para o jogador defender a baliza, quando o adversário estiver a jogar a bola para a baliza.

Interação

Ação defensiva com o objetivo de impedir que o adversário marque a bola. O jogador defensor deve tentar interagir a bola, interrompendo-a em um adversário.



Interação individual

Quando o jogador defensor se encontra em posição de proximidade com o adversário, procura interagir a bola, interrompendo-a em um adversário.

Interação à baliza

Quando o jogador defensor se encontra em posição de proximidade com o adversário, procura interagir a bola, interrompendo-a em um adversário.

Anexo 14 – Exemplo de uma ficha de trabalho

	ENSINO BÁSICO – 3º CICLO		
	Ficha de trabalho		
Nome: _____			
N.º: ____ Ano: ____ Turma: ____ Ano Letivo 2022/2023			
Data: ____/____/____			
Observações:	Classificação:	_____	
	Rubrica do Professor:	_____	
	Rubrica do Enc. de Educação:	_____	

1. Quais os benefícios da prática de atividade física para a saúde?

2. Identifica algumas doenças que se podem prevenir com a prática desportiva.

3. Lê o texto e responde as questões.

O que é um estilo de vida saudável?

"Ser capaz de escolher, em família e com os amigos, aquilo que nos faz bem é praticar atividade física, é fazer uma alimentação equilibrada e dizer "não" ao tabaco, ao álcool e às drogas. A opção é só tua: torna-te também um campeão!"

Rosa Mota, campeã olímpica de Maratona (Seul, 1998)

"É o resultado da interação de múltiplos fatores no funcionamento das sociedades humanas e traduz-se numa situação de bem estar físico, mental e social, na satisfação e afirmação."

João Mourinho (2004)

3.1. Tendo em conta os testemunhos apresentados:

Elabora uma frase representativa do estilo de vida saudável.

3.2. Elabora uma lista de comportamentos adequados a um estilo de vida saudável.

Alimentação	Atividade física
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Tempos Livres	Repouso
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

BOM TRABALHO
Professora Mariana Lima

Anexo 15 – Ficha de Autoavaliação



EDUCAÇÃO FÍSICA FICHA DE AUTOAVALIAÇÃO



NOME: _____ Nº: _____ Ano: _____ Turma: _____ Ano Letivo 2022/2023
 Terminado o período letivo é tempo de fazeres a reflexão do teu desempenho ao longo do mesmo. Sê o mais honesto (a) possível e responde colocando apenas uma cruz (x) em cada item para cada área.


DOMÍNIO DAS ATIVIDADES FÍSICAS			
Quantos à realização dos gestos técnicos das diferentes modalidades:	1º Período	2º Período	3º Período
• Realizo muito bem os gestos técnicos			
• Realizo bem os gestos técnicos			
• Realizo com alguma dificuldade os gestos técnicos			
• Realizo com grande dificuldade os gestos técnicos			
• Não realizo os gestos técnicos			
Quantos à aplicação dos princípios de jogo e aspetos táticos das diferentes modalidades:	1º Período	2º Período	3º Período
• Aplico muito bem os princípios de jogo e aspetos táticos			
• Aplico bem os princípios de jogo e aspetos táticos			
• Aplico com alguma dificuldade os princípios de jogo e aspetos táticos			
• Aplico com grande dificuldade os princípios de jogo e aspetos táticos			
• Não aplico os princípios de jogo e aspetos táticos			
DOMÍNIO DA APTIDÃO FÍSICA			
Quantos ao nível da aptidão física:	1º Período	2º Período	3º Período
• Revelo muito boa condição física para acompanhar as atividades			
• Revelo boa condição física para acompanhar as atividades			
• Revelo algumas dificuldades físicas para acompanhar as atividades			
• Revelo grandes dificuldades físicas para acompanhar as atividades			
• Não revelo boa condição física para acompanhar as atividades			
DOMÍNIO DOS CONHECIMENTOS E ATITUDES			
Conhecimento dos conteúdos teóricos transmitidos:	1º Período	2º Período	3º Período
• Conheço e aplico corretamente as regras, regulamentos e os termos técnico-táticos das diferentes modalidades			
• Não conheço nem aplico corretamente as regras, regulamentos e os termos técnico-táticos das diferentes modalidades			
Conhecimento e compreensão dos processos de desenvolvimento da condição física como fator de saúde:	1º Período	2º Período	3º Período
• Conheço e compreendo bem a importância da prática de atividades físicas como fator de saúde			
• Não conheço nem compreendo a importância da prática de atividades físicas como fator de saúde			
Realização de relatórios e trabalhos:	1º Período	2º Período	3º Período
• Realizo todos os relatórios e trabalhos que me solicitam			
• Não realizo relatórios e trabalhos que me solicitam			

Quantos à atitude:	1º Período	2º Período	3º Período
Cumpro, sempre, regras, prazos e tarefas.			
Colabore, de forma empenhada, na realização das tarefas			
Realizo todas as tarefas sem ajuda, reflete e reformula os erros			
Cumpro, com regularidade, regras, prazos e tarefas.			
Realizo com regularidade tarefas sem ajuda.			
Colabore com regularidade na realização das tarefas.			
Cumpro, a maioria das vezes, regras, prazos e tarefas.			
Realizo a maioria das tarefas sem ajuda.			
Colabore na realização da maioria das tarefas.			
Cumpro, algumas vezes, regras, prazos e tarefas.			
Realizo algumas das tarefas sem ajuda.			
Colabore algumas vezes na realização das tarefas.			
Não cumpre regras, prazos e tarefas.			
Realizo as tarefas sempre com ajuda.			
Não colabore na realização das tarefas.			

NÍVEL FINAL DO PERÍODO			
	1º Período	2º Período	3º Período
Ponderando os itens anteriores, julgo obter o nível:	⊙ ⊗ ⊕ ⊖ ⊗	⊙ ⊗ ⊕ ⊖ ⊗	⊙ ⊗ ⊕ ⊖ ⊗

APRECIÇÃO GLOBAL DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA
 Faz algum comentário, que consideres pertinente, sobre as aulas de Educação Física:

Anexo 16 – Relatório Médico da aluna com NE

 **CHUC**
CENTRO HOSPITALAR
UNIVERSITÁRIO
DE COIMBRA

UNIVERSITÁRIO DE COIMBRA, E.P.E.
SP. PEDIÁTRICO
Afonso Romão - Santo António Olveais
0-602 COIMBRA
: 239488700 Email: consulta.hpc@chuc.min-saude.pt

[Redacted Box]

Data de Criação : 12/03/2021 Local : C.H.U.C.-H. PEDIÁTRICO- CONSULTA EXTERNA Versão : 0
Data de Bloqueio : 12/03/2021 Criado por : Dr(a) [Redacted Box]

Relatório Geral

Proveniência: Consulta
Especialidade: HP-C. REUMATOLOGIA

Informação Clínica

A [Redacted Box] atualmente com 12 anos é acompanhada na consulta de Reumatologia Pediátrica desde dezembro de 2010 por dores nos membros em contexto de doença genética - doença de Camurati-Engelmann (também conhecida como displasia diafisária progressiva). É também seguida nas consultas de Reabilitação Pediátrica e Dor Crónica, entre outras.

A doença de Camurati-Engelmann é uma doença óssea hereditária rara que se caracteriza pela formação óssea progressiva endosteal e periosteal, que ocorre principalmente na diáfise dos ossos longos, de forma simétrica, e determina o espessamento cortical, com estreitamento do canal medular e alargamento diafisário.

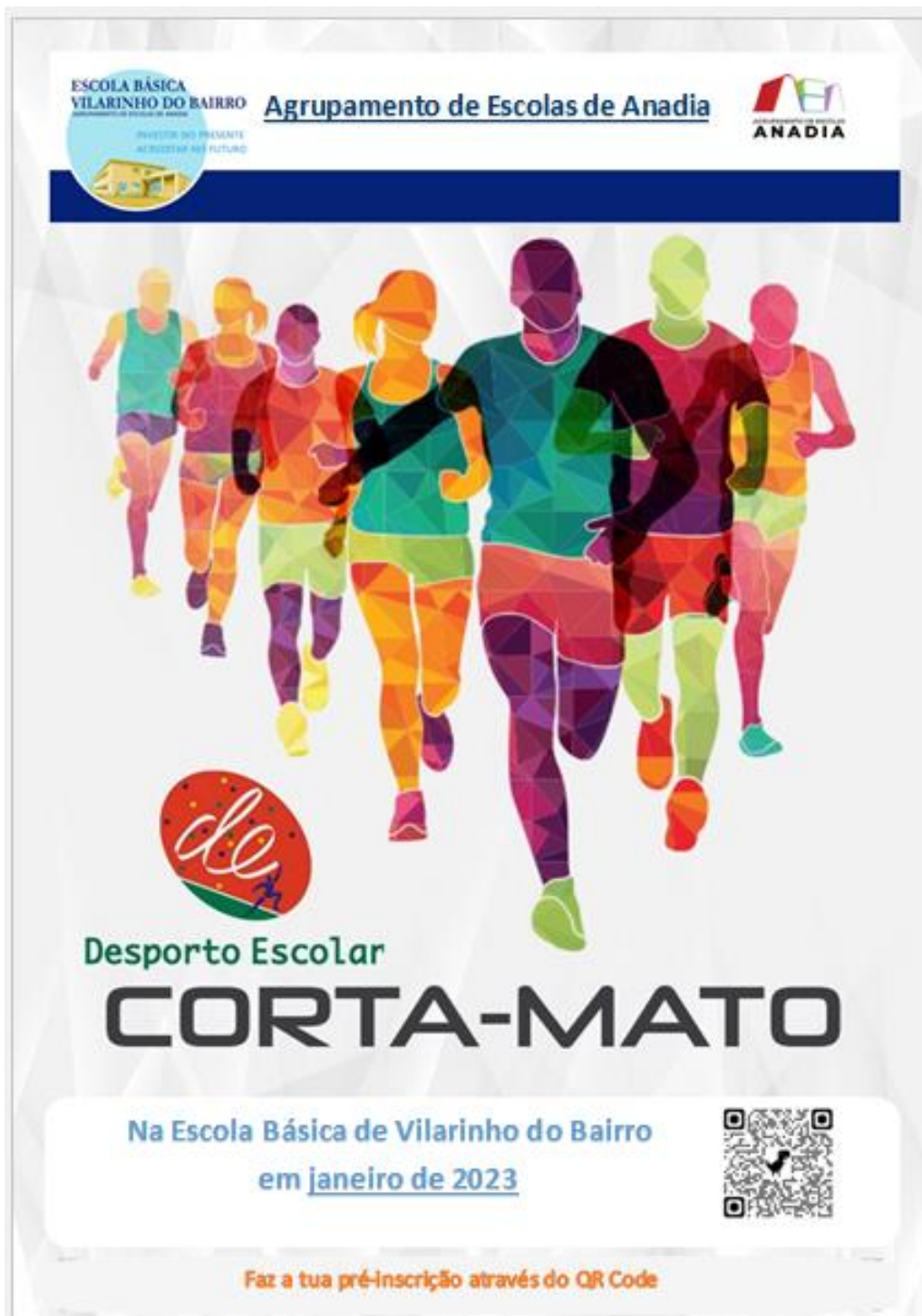
Condição dores nos membros, fraqueza muscular e cansaço fácil, apresentando a [Redacted Box] retrações músculo-tendinosas dos membros inferiores, com marcha de pato, e limitação da mobilidade. A [Redacted Box] apresenta também como outros problemas importantes perturbação do sono e anorexia, além de comportamentos de oposição/desafio.

Pelas dificuldades que apresenta, sobretudo de locomoção e fraqueza muscular, necessita de apoio nas atividades de vida diária e deslocações para a escola e/ou instituições que lhe prestam assistência médica e/ou terapias.

COIMBRA, 15 de Março de 2021

O(A) Médico
[Redacted Box]


Anexo 17 – Cartaz da Prova do Corta-Mato



ESCOLA BÁSICA
VILARINHO DO BAIRRO
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO DE BRAGA
PROVÊTOR DO PRESENTE
ACREDITADO NO FUTURO

Agrupamento de Escolas de Anadia

ANADIA




de

Desporto Escolar

CORTA-MATO

Na Escola Básica de Vilarinho do Bairro
em janeiro de 2023



Faz a tua pré-inscrição através do QR Code

Anexo 18 – Cartaz de Divulgação da VI Mostra de Saberes e Sabores com Ciência



ATIVIDADES

CIÊNCIA E CIENTISTAS

9:30 - 12:30 • Atividades Experimentais | todos os alunos | Exterior
9:10 - 9:30 • Conversas com Ciência | 6º ano | Sala de Música
9:40 - 10:00 • Conversas com Ciência | 9º ano | Sala de Música

JOGOS TRADICIONAIS

9:30 • 1º Ciclo | Exterior

DEMONSTRAÇÃO DE JUDO

9:00 - 10:30 • 7º ano | Pavilhão

WORKSHOP DE DESENHO

10:15 - 11:30 • Arte com Ciência | alunos inscritos | Exterior
14:00 • Desenho Livre | Exterior

ABERTURA DAS BARRAQUINHAS

11:30 • todos os alunos | Exterior

RODINHAS/GINCANA DE BIBICLETAS

10:30 - 10:45 • 1º Ciclo | Exterior
13:30 - 14:45 • 3º Ciclo | Exterior
15:30 - 17:30 • 2º Ciclo | Exterior

CINEMA MUSICADO

15:00 - 15.30 • todos os alunos | Interior

SABERES TECNOLÓGICOS

15:30 : Robôs e Impressora 3D | 7º ano

3X3

15:30 - 17:00 • Todos os alunos | Campo de Jogos

CERIMÓNIA DE ENCERRAMENTO

17:00 - 17:30 • | Todos os alunos



30
MARÇO
2022/2023

4JUDO
PROJECT

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS
ANADIA

Escola Básica de Vilarinho do Bairro

DEMONSTRAÇÃO DE JUDO

Horário: 9h00 às 10h30
Local: Pavilhão Gimnodesportivo de Vilarinho do Bairro

7º ANO

4JUDO - Mestre Nuno Vieira

**RESPEITO
HONESTIDADE
AUTOCONTROLO
CORAGEM
SINCERIDADE
HONRA
AMIZADE**

The poster features a background image of a judo match. At the bottom, there are two photos: on the left, a young man in a white judo gi with a black belt; on the right, a man with a beard in a white gi with a black belt, shown in a dynamic pose with a white outline around him.

Anexo 20 – Cartaz de Divulgação da Atividade dos Jogos Tradicionais



JOGOS TRADICIONAIS
30 DE MARÇO DE 2023 – 9H00

1º CICLO
2º CICLO

• ROCK • YOUR • HEALTH •
#BYHEALTH

Anexo 21 – Cartaz de Divulgação do Projeto Rodinhas



RODINHAS
KODINHAS?

Vem pedalar pela Escola...

1º Ciclo: 10h30—11h45
2º Ciclo: 15h00—16h00
3º Ciclo: 13h30—15h00

7 BENEFÍCIOS DE ANDAR DE...

Integrado na **VI Edição do Saberes e Sabores** da Escola Básica 2º e 3º Ciclo de Vilarinho do Bairro, **Rodinhas** é um projeto para todos os alunos que queiram participar.

Dia 30 de março durante todo o dia.
Local: Telheiro.

(bicicletas cedidas pela escola)

Dependendo do peso corporal, um passeio de bicicleta permite «queimar» entre **-500 kcal**

Informa-te junto do teu professor de Educação Física para saberes como participar. Há horários diferentes para cada ano.

A SUA SAÚDE VAI FICAR A GANHAR, A CAPACIDADE DE RESISTÊNCIA E CONFIANÇA AUMENTARÃO E ANDAR DE BICICLETA É UMA FORMA EFICAZ E DIVERTIDA DE QUEIMAR CALORIAS. TROQUE O CARRO PELA BICICLETA!

Quem anda de bicicleta regularmente...

1. Tem níveis mais elevados de autoconfiança e de tolerância ao stress.
2. Sente-se menos cansado.
3. Tem maior facilidade em adormecer.
4. Andar de bicicleta contribui para níveis adequados de pressão arterial, insulina e triglicéidos.
5. E esta atividade está associada a uma melhoria da saúde cardiovascular e menor risco de doença coronária.
6. Fica com os músculos mais fortes e tonificados.
7. Dependendo do peso corporal, um passeio de bicicleta permite «queimar» entre -500 kcal.



Escola Básica de Vilariho do Bairro



3X3 BASQUETEBOL



3º CICLO
EQUIPAS 7º ANO
EQUIPAS 8º E 9º ANOS

Presença especial de jogadores profissionais da 1ª Liga de Basquetebol

FORMA A TUA EQUIPA

EQUIPAS MASCULINAS
EQUIPAS FEMININAS

Ficha de Inscrição - Professores de Educação Física

Anexo 23 – Flyers do Workshop de Basquetebol

JUNTA-TE A NÓS SANGALHOS DESPORTO CLUBE

TREINO EXPERIMENTAL
EB VILARINHO DO BAIRRO
03 Maio 2023 • 14h30

sub12 fem. (2011/12)
Seg e Qui • 18h30 / Sábado • 11h

sub14 fem. (2010/09/08)
Seg; Qua e Sex • 18h30

QUERES SER UMA
BLUE GIRL?

T. 964 261 861
T. 234 741 735
@sangalhospt

The flyer features a central image of five female basketball players in blue Sangalhos jerseys, some holding Wilson basketballs, and a large bulldog mascot in a blue jersey. The background is dark blue with a faint silhouette of a basketball player.

Anexo 24 – Cartaz de Divulgação da 15ª Caminhada Pelo Coração, QrCode e percurso



Anexo 25 – Exemplos de Certificados de Participação



Caminhada pelo Coração

Pedimos a tua opinião para nos ajudares a avaliar a atividade!

As tuas respostas serão confidenciais e servirão para nos dar informações acerca da atividade, para calcularmos se foi realizada com sucesso, e principalmente se foi ao encontro das tuas expectativas.

Lê com atenção todas as perguntas e não te esqueças de preencher todas as questões.

1. Gostaste da atividade? Sim _____ Não _____

2. Achas que a atividade foi bem divulgada na escola? Sim _____ Não _____

3. Achas que o evento foi bem organizado?

Sim _____

Não _____

Se respondeste não, porquê?

4. Consideras que a atividade foi importante para a tua aprendizagem?

Nada importante _____

Pouco importante _____

Importante _____

Muito importante _____

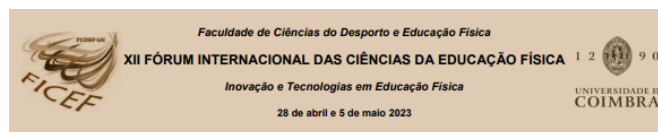
5. Indica, na estrela, duas coisas que aprendeste ou que mais gostaste



_____ & _____

Obrigado pela tua colaboração!

Anexo 27 – Certificados de Participação: XIX Congresso de Ciências do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa; XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física - Inovação e Tecnologias em Educação Física



DIPLOMA

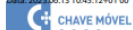
Mariana Elisa de Carvalho e Lima

apresentou a parte investigativa do respetivo Relatório de Estágio no XII Fórum Internacional das Ciências da Educação Física, organizado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, sobre o tema *Inovação e Tecnologias em Educação Física*.

Coimbra, 28 de abril e 5 de maio de 2023

A coordenadora do MEEFEBS

Assinado por: ELSA MARIA FERRO RIBEIRO DA SILVA
Num. de identificação: 05333351
Data: 2023-05-13 10:45:12+01'00'



(Prof.ª Doutora Elsa Ribeiro da Silva)

Organização: Mestrado em Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário

Anexo 28 – Questionário

	Nunca	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1. Durante a realização de um exercício o professor refere se estas a realizá-lo <i>correta</i> ou <i>incorretamente</i> ?				
2. Durante a realização de um exercício o professor utiliza questionamento para te ajudar a descobrir como fazer bem ou melhor?				
3. O professor avalia as tuas prestações, dando-te pistas sobre como melhorar?				
4. O professor elogia/critica o teu desempenho (utiliza expressões como “boa” ou “não é assim que se faz”.?)				
5. O professor elogia/critica o teu desempenho referindo-se a componentes críticas dos exercícios como por exemplo “boa, conseguiste melhorar a tua prestação tendo atenção à realização do passe com a parte interna do pé!”.				
6. Se o professor referir que estás a realizar um exercício corretamente empenhas-te mais na realização do mesmo?				
7. Se o professor referir que estás a realizar um exercício incorretamente empenhas-te mais na realização do mesmo?				
8. Se o professor te questionar fichas mais empenhado na tarefa?				
9. O facto do professor te criticar negativamente influencia o teu desempenho no exercício?				
10. O facto de o professor te elogiar influencia o teu desempenho no exercício?				
11. O resultado da avaliação do professor faz-te refletir sobre como podes melhorar?				
12. Gostas que o professor refira se estás a realizar o exercício corretamente?				
13. Gostas que o professor refira se estas a realizar o exercício incorretamente?				
14. Gostas que o professor elogie a tua prestação?				

15. Gostas que o professor critique negativamente a tua prestação?				
16. Gostas que o professor te questione acerca do conteúdo da aula?				
17. Gostas que o professor avalie a tua prestação?				

Anexo 29 – Matriz utilizada pelo autor para a construção do questionário

Bloco Temático	Objetivos	Questões	Tipo de Resposta	Escala utilizada
Frequência Feedback	Conhecer a frequência do feedback fornecido pelo professor	<p>1. Durante a realização de um exercício o professor diz se estás a realizá-lo correta ou incorretamente?</p> <p>FB PARA A TAREFA</p>	Fechada	Escala de Likert com 4 itens: Nunca Às vezes Frequentemente Sempre
		<p>2. Durante a realização de um exercício o professor utiliza perguntas para te ajudar a descobrir como fazer bem, ou melhor (exemplo: “o que deves fazer para conseguires marcar o teu adversário corretamente?”)</p> <p>FB PARA O PROCESSO</p>		
		<p>3. O professor avalia as tuas prestações, dando-te pistas sobre como melhorar? (exemplo: conseguiste melhorar na execução do pino, mas mesmo assim falta-te cumprir uma componente crítica, consegues saber qual é?)</p> <p>FB AUTO-REGULAÇÃO</p>		
		<p>4. O professor elogia/critica o teu desempenho (utiliza expressões como “boa” ou “não é assim que se faz”.? FB AFETIVO SEM COMPONENTES CRÍTICAS</p>		
		<p>5. O professor elogia/critica o teu desempenho referindo-se a componentes críticas dos</p>		

		exercícios como por exemplo “boa, conseguiste melhorar a tua prestação tendo atenção à realização do passe com a parte interna do pé!” FB AFETIVO COM COMPONENTES CRÍTICAS		
Efeito do feedback	Conhecer o efeito que os vários tipos de feedback provocam na modificação do comportamento do aluno na tarefa	6. Se o professor disser que estás a realizar um exercício corretamente empenhas-te mais na realização do mesmo? FB PARA A TAREFA	Fechada	Escala de Likert com 4 itens: Nunca Às vezes Frequentemente Sempre
		7. Se o professor disser que estás a realizar um exercício incorretamente empenhas-te mais na realização do mesmo? FB PARA A TAREFA		
		8. Se o professor te fizer perguntas sobre o exercício ou suas formas de realização ficas mais empenhado na tarefa? FB PARA O PROCESSO		
		9. O facto do professor te criticar negativamente influencia o teu desempenho no exercício? FB AFETIVO		
		10. O facto do professor te elogiar influencia o teu desempenho no exercício? FB AFETIVO		
		11. O resultado da avaliação do professor faz-te refletir sobre como podes melhorar? FB AUTO-REGULAÇÃO		
Preferência de feedback	Conhecer quais os tipos de feedback	12. Gostas que o professor diga se estás a realizar o exercício corretamente?	Fechada	Escala de Likert com 4 itens: Nunca

	que os alunos preferem receber	FB TAREFA		Às vezes Frequentemente Sempre
		13. Gostas que o professor diga se estás a realizar o exercício incorretamente? FB TAREFA		
		14. Gostas que o professor elogie a tua prestação? FB AFETIVO		
		15. Gostas que o professor critique negativamente a tua prestação? FB AFETIVO		
		16. Gostas que o professor te faça perguntas acerca de conteúdos da aula? FB PARA O PROCESSO		
		17. Gostas que o professor avalie a tua prestação? FB AUTO-REGULAÇÃO		

Anexo 30 – Consentimento para a participação dos alunos no estudo



Escola Básica de Vilarinho do Bairro



Termo de Consentimento

Consentimento Informado, Esclarecido e Livre para Participação em Estudos de Investigação (de acordo com a Declaração de Helsínquia e a Convenção de Oviedo)

O atual trabalho insere-se num estudo que decorre no âmbito 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, e tem como principal objetivo estudar a *"Importância do feedback do professor estagiário nas aulas de Educação Física para a motivação dos alunos"* sendo desenvolvido pela Professora Estagiária Mariana Lima da Escola Básica de Vilarinho do Bairro.

Neste âmbito, solicita-se a participação do/a seu/sua educando/a num inquérito que envolve o preenchimento de Questionário e que tem como propósito perceber o nível de motivação nas aulas de Educação Física.

Nos termos do Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 27 de abril de 2016, relativo à proteção das pessoas singulares no que diz respeito ao tratamento de dados pessoais e à livre circulação desses dados, e Recomendações e instruções emitidas pela Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPd),

INFORMA-SE:

Os dados pessoais solicitados e fornecidos por si/pelo seu/sua educando/a, são incorporados num arquivo de propriedade privada cujo responsável e destinatário único são os investigadores responsáveis, no âmbito da realização de um Relatório de Estágio. Somente os dados estritamente necessários para fornecer adequadamente os serviços requeridos serão solicitados. Todos os dados recolhidos têm o compromisso de confidencialidade, com medidas de segurança legalmente estabelecidas, e sob nenhuma circunstância são cedidos ou tratados por terceiros, físicos ou jurídicos, sem o prévio consentimento do próprio. Os dados podem ser usados para publicações científicas, mantendo o anonimato dos participantes em todos os momentos. Os dados fornecidos serão incluídos em arquivos próprios, para fins de gerenciamento do serviço e contacto especificados.

Expresso o meu consentimento para com todos os procedimentos relacionados com o inquérito, nomeadamente tratamento dos dados em relação ao meu educando _____ (nome do aluno).

Data: ___/___/_____

Assinatura: _____

Anexo 31 – Grelhas de observação direta às turmas do 7ºA, B e C

Observação Direta | Matéria: Voleibol | Dia: 07/03/2023 | Hora: 16h05 | Turma: 7ºA

	Tipo de Feedback	Atento	Desatento	Indeterminado	Modifica o comportamento	Não modifica o comportamento	EFICAZ Ou Ñ EFICAZ
1.	Regulação		X			X	NE
2.	Regulação	X			X		E
3.	Processo	X			X		E
4.	Afetivo	X				X	NE
5.	Regulação	X				X	NE
6.	Afetivo	X			X		E
7.	Regulação	X			X		E
8.	Afetivo	X			X		E
9.	Regulação	X			X		E
10.	Tarefa	X			X		E
11.	Regulação	X			X		E
12.	Regulação	X				X	NE
13.	Regulação	X				X	NE
14.	Tarefa		X			X	NE
15.	Regulação	X				X	NE
16.	Regulação	X			X		E
17.	Tarefa	X			X		E
18.	Regulação	X				X	NE
19.	Afetivo			X		X	NE
20.	Tarefa	X			X		E
21.	Processo	X			X		E
22.	Regulação	X			X		E
23.	Regulação			X		X	NE
24.	Tarefa			X		X	NE
25.	Processo	X			X		E
26.	Tarefa	X			X		E
27.	Regulação	X				X	NE
28.	Regulação	X				X	NE
29.	Regulação	X			X		E

	Tipo de Feedback	Atento	Desatento	Indeterminado	Modifica o comportamento	Não modifica o comportamento	EFICAZ ou Ñ EFICAZ
1.	Afetivo	X			X		E
2.	Regulação	X			X		E
3.	Afetivo	X			X		E
4.	Afetivo	X				X	NE
5.	Tarefa + Afetivo	X			X		E
6.	Regulação			X		X	NE
7.	Regulação	X				X	NE
8.	Afetivo	X				X	NE
9.	Afetivo	X			X		E
10.	Regulação	X				X	NE
11.	Regulação	X			X		E
12.	Afetivo	X				X	NE
13.	Afetivo	X				X	NE
14.	Regulação	X				X	NE
15.	Afetivo	X				X	NE
16.	Afetivo	X				X	NE
17.	Regulação	X				X	NE
18.	Afetivo	X			X		E
19.	Tarefa	X			X		E
20.	Afetivo	X				X	NE
21.	Regulação	X			X		E

Observação Direta | Matéria: Ginástica de Aparelhos e Badminton | Dia: 07/03/2023 | Hora: 11H |

Turma: 7°C

	Tipo de Feedback	Atento	Desatento	Indeterminado	Modifica o comportamento	Não modifica o comportamento	EFICAZ OU Ñ EFICAZ
1.	Regulação		X			X	NE
2.	Regulação	X			X		E
3.	Tarefa	X			X		E
4.	Regulação	X			X		E
5.	Tarefa	X				X	NE
6.	Afetivo	X			X		E
7.	Processo	X			X		E
8.	Processo	X			X		E
9.	Tarefa	X			X		E
10.	Tarefa	X			X		E
11.	Tarefa			X		X	NE
12.	Afetivo		X			X	NE
13.	Tarefa		X			X	NE
14.	Regulação		X			X	NE
15.	Regulação	X			X		E
16.	Processo	X			X		E
17.	Regulação		X		X		E
18.	Regulação			X	X		E
19.	Regulação	X			X		E
20.	Afetivo	X			X		E
21.	Regulação	X			X		E
22.	Tarefa		X			X	NE
23.	Afetivo	X			X		E
24.	Afetivo	X			X		E
25.	Afetivo	X			X		E
26.	Regulação	X			X		E
27.	Regulação	X			X		E
28.	Processo	X			X		E
29.	Processo	X			X		E
30.	Afetivo	X			X		E
31.	Processo	X			X		E