

1 2 9 0



UNIVERSIDADE D  
COIMBRA

Moisés Manuel Lopes

RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
DESENVOLVIDO NA ESCOLA BÁSICA Nº2 DE  
SÃO BERNARDO, JUNTO DA TURMA H DO 7º  
ANO, NO ANO LETIVO DE 2022/2023

“PERCEÇÃO DO PROFESSOR ESTAGIÁRIO, RESPETIVOS ALUNOS, COLEGAS DE ESTÁGIO  
E ORIENTADORA, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA”

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

Julho de 2023





RELATÓRIO DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA  
ESCOLA BÁSICA Nº2 DE SÃO BERNARDO, JUNTO DA TURMA H  
DO 7º ANO, NO ANO LETIVO DE 2022/2023

“PERCEÇÃO DO PROFESSOR ESTAGIÁRIO, RESPECTIVOS ALUNOS, COLEGAS DE ESTÁGIO  
E ORIENTADORA, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO  
CONTEXTO DA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA”

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

**Orientadora: Professora Doutora  
Lurdes Ávila Carvalho**

COIMBRA  
2023



Esta obra deve ser citada como:

Lopes, M. (2023). Relatório de Estágio desenvolvido na Escola Básica Nº2 de São Bernardo, junto da turma H do 7 ano, no ano letivo 2022/2023. Perceção do professor estagiário, respetivos alunos, colegas de estágio e orientadora, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de Educação Física. Relatório de Estágio, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.



Moisés Manuel Lopes, aluno nº 2016226056 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no artigo nº 27-A, da secção V, do Regulamento Pedagógico da UC – Regulamento 321/2013, de 23 de agosto de 2013, alterado pelo Regulamento nº 400/2019, de 6 de maio.

19 de junho de 2023

  
\_\_\_\_\_

Moisés Lopes



## Agradecimentos

A realização deste relatório marca o fim de uma etapa bastante importante na minha vida, O mestrado em Ensino de Educação Física dos ensinos básico e Secundário, na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da universidade de Coimbra.

Começo por agradecer à minha mãe que me acompanhou durante todo o meu percurso académico e deu o apoio familiar que sempre precisei nos bons e mais complicados momentos ao longo da minha vida, e que nunca permitiu que desistisse dos meus sonhos.

Agradeço também aos meus amigos que me acompanharam desde o meu 7º ano, Maria Inês Velho e Raquel Neves, as quais nunca me deixaram ir abaixo ou que deixasse de realizar os meus sonhos, e que sempre que precisava estavam lá para me apoiar e ouvir as minhas histórias no qual sempre foram o pilar na minha vida, e continuarão a ser por muitos anos.

O Martim Correia não existe palavras que possam descrever, sempre presente uma amizade que se leva para a vida, no qual sendo o meu melhor amigo, apoia-me e fez questão de estar presente em todos os momentos, no qual este faz parte da minha vida.

A equipa de trabalho do Ikea, Rita Sousa, Sara Filipe, Carol Coutinho e Michele Amado, que se tornaram uma família para mim, por os valores que todos representam no trabalho e fora do trabalho, na equipa que somos, e no suporte que me forneceram ao longo deste ano difícil, no qual existe respeito, empatia e carinho.

De seguida, gostaria de deixar umas palavras de agradecimento às minhas orientadoras, Professora Doutora Lurdes Ávila Carvalho, e a Professora Ana Marques, pela disponibilidade demonstrada, pelos ensinamentos e por terem se esforçado em todos os sentidos. Aprendi o que realmente é ser professor, e que é essencial aprender o máximo para dar aos alunos o melhor. Tornaram esta experiência rica e única.

Aos meus colegas de Núcleo de Estágio, Fábio Farinha, Beatriz Abrantes e Bernardo por todos os momentos vividos, e pela ajuda fornecida. Criámos uma ligação de amizade ao longo do ano, e ajudaram-me a ultrapassar os dias mais difíceis.

Termino com agradecimento especial à turma do 7ºh que apesar das suas dificuldades, demonstram empenho, respeito por todas as decisões tomadas e principalmente pela capacidade de ultrapassar todas dificuldades.

**A todos, os meus sinceros agradecimentos. OBRIGADO!**





## Resumo

O presente relatório de estágio pretende demonstrar o percurso do estágio pedagógico que constitui a integração do professor estagiário num contexto real de prática e que tenta através do acompanhamento passar da aprendizagem teórica para uma formação prática, adquirindo novas capacidades e competências necessárias para o exercício da profissão de docente de educação física, representando assim a conclusão do mestrado em ensino de educação física nos ensinos básicos e secundário da Faculdade de Ciências Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

O estágio pedagógico foi desenvolvido na escola básica nº2 de São Bernardo, junto da turma do 7º ano de escolaridade, letra H, no decorrer do ano letivo de 2022/2023. Assim sendo este documento pretende refletir e apresentar os processos e atividades realizadas no estágio pedagógico centrando-se numa análise crítica e reflexiva de todo o processo realizado.

A apresentação deste documento reflete de forma fundamentada as decisões tomadas proporcionando aprendizagens significativas não só aos alunos como também aos professores-estagiários.

O primeiro capítulo reflete sobre a temática alusiva à contextualização da prática desenvolvida, composto pela história de Vida e pela caracterização do contexto em que se insere.

O segundo capítulo desenvolve a análise reflexiva sobre a prática pedagógica, no qual realizámos uma reflexão sobre as diversas áreas integrantes no estágio pedagógico, as atividades de ensino-aprendizagem, a organização e gestão escolar, os projetos e parcerias educativas e a atitude ético-profissional.

No terceiro capítulo é trabalhado e desenvolvido o tema-problema, designado “Perceção do professor estagiário, respetivos alunos, colegas de estágio e orientadora sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de Educação Física”.. Com o desenvolvimento deste estudo, pretendemos analisar e refletir se a perceção de todos os intervenientes vai de encontro à sua auto perceção, verificando as suas concordâncias e discordâncias. Houve uma convergência de perceções entre os intervenientes no estudo, e os resultados foram mais positivos no segundo momento em comparação com o primeiro.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Prática Pedagógica, Análise Reflexiva





## Abstract

This internship report aims to demonstrate the pedagogical internship journey, which constitutes the integration of the trainee teacher in a real practice context and seeks to transition from theoretical learning to practical training through supervision. It involves acquiring new skills and competencies necessary for the teaching profession in physical education, representing the conclusion of the Master's degree in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education at the Faculty of Sports Sciences and Physical Education of the University of Coimbra.

The pedagogical internship was carried out at Primary School No. 2 in São Bernardo, with the 7th grade, class H, during the academic year 2022/2023. Therefore, this document aims to reflect and present the processes and activities carried out during the pedagogical internship, focusing on a critical and reflective analysis of the entire process.

The presentation of this document substantiates the decisions made, providing meaningful learning not only to the students but also to the trainee teachers.

The first chapter reflects on the thematic aspect related to the contextualization of the practice developed, consisting of a life history and a characterization of the context in which it is inserted.

The second chapter develops a reflective analysis of the pedagogical practice, in which we reflect on the various areas included in the pedagogical internship, such as teaching and learning activities, school organization and management, educational projects and partnerships, and ethical-professional attitude.

The third chapter addresses the problem-topic designated as "Perception of the trainee teacher, respective students, internship colleagues, and supervisor regarding pedagogical intervention in the Physical Education class context." With the development of this study, we aim to analyze and reflect on whether the perception of all participants aligns with their self-perception, assessing their agreements and disagreements. There was a convergence of perceptions among the participants in the study, and the results were more positive in the second phase compared to the first.

**Keywords:** Pedagogical Internship, Physical Education, Pedagogical Practice, Reflective Analysis



### Lista de Siglas e Abreviaturas

- AEJE** – Agrupamento de Escolas José Estêvão
- AFI** – Avaliação Formativa Inicial
- Ct** – Conselho de turma
- DGE** – Direção Geral da Educação
- EF** – Educação Física
- EP** – Estágio Pedagógico
- FB** – *Feedback*
- EE** – Encarregados de Educação
- FCDEF** – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
- JDC** – Jogos desportivos coletivos
- NE** – Núcleo de Estágio
- PA** – Plano de Aula
- PFI** – Plano de Formação Inicial
- RI** – Regulamento Interno
- UE** – Unidade de Ensino
- PAA** – Plano Anual de Atividade
- SPSS** – Statistical Package For The Social Sciences
- DT** – Diretor de Turma
- CPCJ** - Comissões de Proteção de Crianças e Jovens



## Índice

Agradecimentos.....	6
Resumo .....	8
Abstract .....	9
Lista de Siglas e Abreviaturas .....	10
Introdução .....	15
<b>CAPÍTULO I - CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....</b>	<b>17</b>
História de Vida .....	17
Caracterização do contexto .....	18
A escola.....	18
Recursos espaciais e matérias .....	18
O grupo disciplinar.....	18
Núcleo de estágio .....	19
A Turma .....	19
<b>CAPÍTULO II - ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA.....</b>	<b>21</b>
Área 1 – Atividades de ensino-Aprendizagem .....	21
Planeamento.....	21
Plano anual .....	22
Etapas/Unidades de Ensino .....	23
Plano de aula .....	24
Realização .....	25
Instrução.....	26
Gestão.....	28
Clima .....	28
Disciplina.....	29
Avaliação.....	29
Avaliação formativa inicial.....	30
Avaliação Sumativa.....	31
Autoavaliação .....	32
Área -2 Atividades de organização e gestão escolar.....	34
Área 3 - Projetos e parcerias educativas .....	35
Carnaval Sustentável .....	35
Pós (projeto de Olimpíada Sustentável).....	36



Jogos olímpicos Escolares.....	37
Dia do AEJE Sustentável.....	37
<b>Área 4 – Atitude Ético-Profissional.....</b>	<b>38</b>
Decisões de ajustamento .....	39
Estilos de ensino .....	39
Estratégias .....	40
<b>CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA PERCEÇÃO DO PROFESSOR ESTAGIÁRIO, RESPETIVOS ALUNOS, COLEGAS DE ESTÁGIO E ORIENTADORA, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA .....</b>	<b>41</b>
Introdução .....	41
Revisão da Literatura.....	42
Planeamento e Organização (gestão).....	43
Disciplina .....	43
Avaliação.....	43
Objetivo Geral.....	44
Objetivos Específicos .....	44
Metodologia .....	44
1 Amostra .....	44
2-Instrumentos e Procedimentos.....	45
Tratamento Estatístico .....	46
Apresentação e Discussão dos Resultados.....	46
3-Análise comparativa das diferentes dimensões pedagógicas.....	59
Conclusão.....	62
Bibliografia.....	63
Considerações finais .....	64
Referências Bibliográficas.....	65
Legislação.....	66

## Índice de Gráficos



Gráfico 1 – Gráfico de Perfil sobre as perceções dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e dos colegas de estágio relativamente às dimensões do processo de ensino-aprendizagem em Educação Física no 1º momento .....	60
Gráfico 2 – Gráfico de Perfil sobre as perceções dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e dos colegas de estágio relativamente às dimensões do processo de ensino-aprendizagem em Educação Física no 2º momento .....	61

### Índice de tabela

Tabela 1 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” relativamente à Dimensão Instrução.....	47
Tabela 2 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” Dimensão Planeamento e Organização.....	50
Tabela 3 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física Dimensão Disciplina.....	52
Tabela 4 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação física” relativamente à Dimensão Clima .....	54
Tabela 5 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” relativamente à Dimensão Avaliação .....	57
Tabela 6 – Estatística descritiva das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física “relativamente às 5 dimensões da Intervenção Pedagógica. ....	59



### Índice de Anexos

Anexo I- Mapa de rotação de Espaços (roulement).....	68
Anexo II Plano Anual.....	69
Anexo III– Estrutura Do Plano de Aula .....	70
Anexo IV – Estrutura Do Relatório De aula .....	71
Anexo V – Protocolo de Avaliação Inicial (AFI).....	72
Anexo VI - Grelha de avaliação Sumativa .....	98
Anexo VII -“ A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física – Alunos” .....	99
Anexo VIII - Certificado “XII Fórum Internacional Das Ciências Da Educação Física” ..	101
Anexo IX Certificado“ Congresso De Ciências do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa”.....	102
Anexo X - Certificado “Olimpíada Sustentada” .....	103



## Introdução

O documento apresentado em seguida é denominado de relatório de Estágio e foi desenvolvido no âmbito da unidade curricular Estágio pedagógico no ano letivo de 2022/2023, inserido no plano de estudos do 2º ano 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 produzir este documento, o estágio pedagógico foi desenvolvido na escola Básica nº2 de São Bernardo, acompanhando a turma H do 7º ano de escolaridade, tendo como orientação e supervisão uma professora cooperante pertencente ao quadro da escola e uma orientadora da faculdade.

O Estágio pedagógico é o culminar de dois anos de aprendizagens, é o processo no qual tivemos a oportunidade de pôr em prática e aperfeiçoar as nossas capacidades pedagógicas.

Como bem sabemos é amplamente conhecido que o professor estagiário, apesar de estar equipado com conhecimentos teóricos, muitas vezes enfrenta dificuldades em sua aplicação prática por isso, é crucial destacar o valor do estágio pedagógico para o professor em formação, uma vez que também é uma oportunidade para aprender com os erros e os ensinamentos. Como é amplamente reconhecido, os professores estagiários podem enfrentar dificuldades em traduzir seus conhecimentos teóricos em habilidades práticas, especialmente em suas primeiras experiências. Portanto, é fundamental valorizar a importância do estágio pedagógico como um ambiente de aprendizagem que permite cometer erros e aprender com eles.

Este documento é dividido em três seções principais, cada uma delas dedicada a uma área específica de análise, incluindo: contextualização da prática, análise reflexiva da prática pedagógica e aprofundamento do Tema-Problema.

No primeiro capítulo deste documento, intitulado "Contextualização da prática desenvolvida", são apresentadas história de vida e uma descrição detalhada do ambiente educacional e da relação educativa, com ênfase na caracterização da escola, do grupo disciplinar de Educação Física, do núcleo de estágio e da turma.

O capítulo dois deste relatório aborda a "Análise reflexiva da prática pedagógica", no qual realizamos uma reflexão minuciosa sobre as diversas áreas do Estágio Pedagógico, incluindo atividades de ensino-aprendizagem, organização e gestão escolar, projetos e parcerias educacionais, e atitude ético-profissional.

No terceiro e último capítulo deste estudo, exploramos o desenvolvimento do Tema-Problema intitulado "Perceção do professor estagiário, respetivos alunos, colegas de estágio e orientadora sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de Educação Física". Este capítulo engloba uma breve introdução, o enquadramento da temática estudada, os objetivos e a metodologia, a apresentação e discussão dos



resultados, a conclusão do estudo e algumas considerações finais importantes para futuras pesquisas.





## CAPÍTULO I - CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

### História de Vida

O meu nome é Moisés Manuel Lopes, tenho 26 anos, nasci em 1996, frequento o Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A escolha do Curso é uma concretização do meu sonho em realizar um mestrado na área de Educação Física, bem como na área de docência.

Desde criança, tive bastantes dificuldades de aprendizagem devido à minha dislexia e défice de atenção, no entanto, sempre fui capaz de ultrapassar essas adversidades educativas e realizar todos os anos letivos na escola. A educação física ao longo do meu percurso escolar foi uma disciplina que me dava prazer de frequentar, era o meu pequeno espaço de aprendizagem onde sempre fui capaz de aprender e realizar as tarefas propostas sem dificuldades.

Sempre estive ligado ao desporto federado, comecei no basquetebol com cinco anos, estive federado 10 nos, joguei pelos Olivais de Coimbra, agora encontro-me no kayak-Polo em Coimbra onde já fui campeão nacional e sou federado há mais de 9 anos.

Nunca mais me esqueço de uma professora de educação física que tive no 5º ano. Essa professora ajudava-me imenso e guiou-me pelo 2º ciclo. Era uma professora que procurava o melhor de cada aluno, promovendo uma aprendizagem de partilha e igualdade.

Sempre admirei o seu espírito e a sua alegria nas aulas.

O desporto sempre foi a minha fuga ao mundo real, onde posso melhorar e sinto felicidade, onde a mente é livre e procuramos mais, onde também encontramos amizades para vida e aprendemos lições importantes que podemos levar para vida, bem como para o local de trabalho. O desporto permitiu-me imaginar possibilidades de carreira e melhorar a sociedade.

Desde jovem que gosto de trabalhar com crianças e ao longo do meu percurso escolar e profissional, tive a oportunidade de ser monitor de colónias de férias o que promoveu o gosto em trabalhar com crianças, e tive bons professores de educação física, que ficaram na memória. Gostaria de influenciar positivamente crianças na concretização de estilos de vida saudável e realização de projetos de vida.

Em 2016, candidatei-me ao ensino superior, sendo que nas opções escolhidas entrei na primeira opção, essa opção foi a Licenciatura em Ciências do Desporto (Regime pós-laboral) na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Esta escolha permitiu-me continuar a ser atleta e continuar os meus estudos. Esta experiência foi marcante, pois tive oportunidade de conhecer muitas pessoas de todos os cantos do país e até mesmo estudantes de diversos países.

Após conclusão da licenciatura, optei por seguir os meus estudos no Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Para ajudar a minha mãe comecei a trabalhar e estudar ao mesmo tempo. Foi difícil realizar este esforço, mas permitiu-me crescer e compreender as responsabilidades que tenho com a família, colegas e sociedade.



## Caracterização do contexto

### A escola

A escola básica 2,3 de São Bernardo encontra-se desde 2013 inserida no agrupamento de Escolas de José Estevão designada de (AEJE), e vista como instituição centenária criada em 1851 e sendo uma das mais antigas do país, neste agrupamento estão incorporadas as escolas 1º ciclo do ensino Básico de: São Bernardo, Areais, Areias de Vilar, Presa e Solposto e ainda os jardins de Infância de São Bernardo, Presa, Areais e Solposto, juntamente com a escola Básica nº2 de São Bernardo.

A criação dos agrupamentos em 2013 visa no seu regulamento representação da filosofia de partilha de valores, conhecimentos e ação mobilizados por referências comuns, com abertura ao meio envolvente e aos pessoas e instituições que o constituem. Ao se dar esta agregação as escolas do Agrupamento de Escolas de São Bernardo (escolas do 1o Ciclo do Ensino Básico de S. Bernardo, Areais, Areias de Vilar, Presa e Solposto e ainda os Jardins de Infância de S. Bernardo, Presa, Areais e Solposto, e Escola Básica no 2 de S. Bernardo) associaram-se ao Agrupamento de Escolas José Estevão (AEJE), sendo a Escola Secundária José Estêvão a sede do agrupamento.

### Recursos espaciais e matérias

A escola São Bernardo, ao nível das suas estruturas, é constituída por três corpos de edifícios principais, de rés-do-chão e 1º andar, e pela nave secundária que é constituída pelo pavilhão gimnodesportivo, propício à prática de modalidades desportivas. Anexada ao pavilhão encontra-se a sala de ginástica onde se desenvolvem algumas atividades, tais como ginástica, dança, entre outros.

No exterior existe um campo de jogos dividido por (2 de basquetebol, 2 de futsal/andebol), uma caixa de areia para saltos e lançamentos e uma zona destinada às modalidades de velocidade. Podemos assim constatar que a escola se encontra com condições favoráveis para o ensino, exceto em dias de chuva, pois, o pavilhão encontra-se danificado e o pavimento encontra-se escorregadio.

### O grupo disciplinar

No agrupamento de Escolas José Estevão o grupo disciplinar de educação física pertence ao departamento de educação física, artes e tecnologias e é constituído por dezassete professores e quatro professores estagiários.

Neste departamento estão alocados os grupos de professores 260 e 620 e são coordenados por uma professora efetiva da escola.

A primeira reunião de grupo foi de apresentação do grupo de trabalho, e apresentação da nova coordenadora no cargo. Foram discutidos vários temas, como uso



dos balneários para os alunos tomarem banhos, discussão do tema de avaliação, e o início do protocolo inicial de avaliação. A reunião teve uma duração mais longa pois houve uma atualização de procedimentos a realizar no presente ano letivo, visto não estarmos em período do vírus Sars-cov-2.

#### Núcleo de estágio

O núcleo de estágio de educação Física do agrupamento de escolas José Estevão, no ano letivo 2022/2023 é composto por quatro docentes estagiários da Faculdade Ciências do Desporto e Educação Física referentes ao Mestrado em Educação Física nos ensinos Básicos e Secundários.

Tendo na sua composição três professores do sexo masculino e um do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 22 e 26 anos, sendo coordenados pela professora orientadora da escola. O núcleo de estágio também é acompanhado e orientado pela professora orientadora da universidade de Coimbra, que irá acompanhar os alunos através de reuniões e observações de algumas aulas ao longo dos semestres.

No início do estágio pedagógico, os quatro alunos estagiários não tinham tido qualquer tipo de contacto, uma vez que durante as licenciaturas dois deles frequentaram locais diferentes e os outros dois frequentaram a mesma universidade, mas anos diferentes. O mesmo aconteceu no ano de mestrado, no qual um frequentou anos diferentes e outros três frequentaram o mesmo ano, mas estiveram em grupos distintos.

Este é um fator enriquecedor para o grupo de estágio pois trouxe pontos de vista diferentes, promovendo assim reflexões mais ricas e diversas ferramentas para o grupo de estágio, sendo assim o grupo consegue promover estratégias e reflexões mais enriquecedoras com um ambiente estável e de progresso.

#### A Turma

A turma H dos 7º anos, da Escola Básica 2,3 de São Bernardo, do agrupamento de escolas José Estevão, no ano letivo de 2022/2023 é constituída por 20 alunos, dos quais dez são do sexo masculino e dez do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 11 anos e os 15 anos, apresentado uma média de idades de 13 anos.

A nível de aproveitamento nesta turma existe cinco alunos repetentes, e quatro com necessidades específicas, na qual dois alunos com necessidades específicas na área de educação física, um aluno com autismo, um aluno com a perna fraturada.

Os alunos da turma usufruem de apoio social escolar, sendo que três deles possuem escalão A, e dois de escalão B.

Relativamente à disciplina de educação física, no ano letivo anterior, 1 aluno alçou a classificação cinco, 8 alunos alcançaram avaliação de quatro e o restante da turma alcançou três na avaliação.

Pontualidade – No geral, podemos caracterizar que a turma como sendo muito pontual na qual, registou-se poucas faltas de pontualidade.

Comportamento – Podemos caracterizar a turma como sendo muito faladora, e com alguns alunos com desvio de comportamento, apesar disto penso que ao longo do



ano existiu alguma evolução, embora alunos específicos tenham mantido certos comportamentos.

Capacidades - Na generalidade, a turma apresentou um vasto leque de dificuldades nas capacidades físicas e habilidades motoras, algo que se notou ao longo do ano letivo.



### Área 1 – Atividades de ensino-Aprendizagem

O Estágio Pedagógico permite-nos desenvolver e aperfeiçoar as capacidades adquiridas com os conhecimentos teóricos lecionados na Faculdade na Licenciatura e no primeiro ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O estágio é o momento ideal para errar pois podemos aprender com as nossas falhas; isto apenas é possível porque partilhamos a reflexão e a experiência do que realizamos durante cada aula com os colegas e orientadores de estágio.

Neste capítulo pretendemos apresentar e caracterizar toda a prática pedagógica do EP, como também refletir sobre todos os processos que englobam. Tentado direcionar o olhar para as atividades de ensino aprendizagem, podemos segmentar em três domínios, o planeamento, o processo de ensino-aprendizagem e a avaliação, estes domínios serviram de orientação para o professor estagiário, sendo um dos processos fundamentais para a sua formação.

Segundo Ribeiro-Silva et al. (2018), pode ser dividido em três grandes domínios da prática docente:

- O planeamento;
- A condução do Ensino- Aprendizagem (Realização);
- A Avaliação;

#### Planeamento

No início desta nova etapa foi crucial obter uma linha orientadora do que se tem de realizar e como deve ser executado, para cumprir os objetivos do estágio.

O mais importante desta fase é saber realizar o planeamento em cada momento, de forma que os alunos possam adquirir e consigam aproveitar o processo de ensino-aprendizagem.

Com isto tentámos adequar os conteúdos programáticos presentes nas aprendizagens essenciais e no Programa Nacional de Educação Física (PNEF), sendo que este está revogado.

Na realização do planeamento verificamos que deveria ser estruturado em três fases, iniciando numa perspetiva mais macro, com o plano anual, convergindo para o micro, com o planeamento das etapas e unidade de ensino, terminando nos planos de aula.

Sendo que o processo de planeamento permite orientar o processo de ensino de uma forma a possibilitar a potencialização de aprendizagens significativas aos alunos a que se destina (Inácio et al., 2014).

É importante ter em conta que o processo de planeamento deve ser um processo no qual deve ser adaptado quando necessário e as vezes que foram necessárias no processo de ensino-aprendizagem. Podendo assim considerar que é um dos fatores que pode contribuir para que os alunos tenham possibilidade de adquirir aprendizagens essenciais e significativas.



## Plano anual

O Plano anual foi o primeiro trabalho proposto, pois é nele que nos vamos guiar ao longo do ano letivo e é fundamental conseguirmos adaptar o plano ao momento em que nos encontramos. Esta fase passa por um planeamento a longo prazo para a turma do 7ºH.

É uma ferramenta fundamental para planear os conteúdos definidos pelo programa de ensino, de forma adequada aos alunos e à escola (Bento, 2003).

No plano anual devemos sempre iniciar por realizar a caracterização do meio escolar, onde inclui os recursos, tanto materiais como espaciais, para ajudar na construção do documento. Após esta fase, devemos incluir os objetivos da disciplina para o ano letivo, a caracterização da turma e as características individuais de cada aluno, que deverão ter um maior destaque, tendo sempre em consideração os alunos com barreiras na aprendizagem, ou seja, que estejam incluídos nos decretos-lei nº 54 e 55, de 2018.

Neste planeamento foi necessário a análise de diversos documentos:

- O decreto-lei nº55/2018, de 6 de julho
- O decreto-lei nº 54/2018, de 6 julho
- O protocolo inicial de avaliação do AEJE
- As aprendizagens essenciais da disciplina para o 3ºciclo
- As aprendizagens essenciais para o 7ºano
- O regulamento interno AEJE
- O projeto Educativo do AEJE
- O programa nacional de Educação Física – mesmo que esteja revogado é um documento indispensável
- Os conteúdos programáticos definidos pelo grupo de Educação Física (GDEF) para o ano 2022/2023.

A caracterização dos alunos foi realizada através de uma ficha de caracterização criada pelo AEJE sendo esta aplicada pelos diretores de turma. Esta ficha levou à criação de uma base de dados onde estão incluídas informações referentes à idade dos alunos, ao local de residência, às disciplinas favoritas, onde têm mais dúvidas, etc...

As matérias a lecionar foram selecionadas pelo grupo disciplina de Educação Física (GDEF), tendo em conta as aprendizagens essenciais (AE) para cada ano.

O método de trabalho adotado foi o por etapas, onde abordamos as várias matérias, várias vezes ao longo do ano. Sendo as aulas polimáticas, ou seja, são ensinadas várias matérias por aula.

A escolha da decisão de abordar as diferentes matérias teve diretamente a ver com as necessidades dos alunos, tendo como base as matérias prioritárias, e com a



discussão da reunião do núcleo de educação física, que deu prioridade à dança e à ginástica, pois no ano anterior os alunos nas provas de aferição tiveram uma média baixa e apresentaram diversas dificuldades.

Após a análise de todos os dados planeámos as aulas baseadas também no “roulement” de espaços elaborado pelo grupo de EF e, depois da reflexão crítica da professora orientadora, adaptámos o plano.

#### Etapas/Unidades de Ensino

Quando realizámos o planeamento por etapas e por unidades de ensino para o ano letivo, apercebemos que poderia ser necessário, ao longo do ano letivo, efetuar ajustamentos. Este foi dividido em cinco etapas: avaliação formativa inicial; aprendizagem; desenvolvimento; desenvolvimento e aplicação; desenvolvimento, consolidação e antecipação.

As Unidades de Ensino (UE), por sua vez, estão integradas na etapa como um “conjunto de aulas com objetivos e estrutura organizativa idênticos” (PNEF, 2001, p.26).

#### 1ª Etapa – Avaliação Formativa Inicial.

Esta etapa foi desenvolvida durante 5 semanas, onde o principal objetivo era realizar a avaliação formativa inicial. Usámos o protocolo inicial de avaliação como meio para avaliar os alunos no qual se dividia em dois exames no nível introdutório e elementar, no qual só avançávamos para o nível elementar caso o aluno tivesse sucesso no nível introdutório.

Esta unidade de ensino permitiu conhecer melhor os alunos, verificar as suas dificuldades e o nível em que cada um se encontrava.

Relativamente à aptidão física, utilizámos o programa do FITescola para avaliar cada aluno e verificar os que se encontravam fora da zona saudável (10 alunos).

Nestas semanas foi possível começar a criar rotinas para controlar a disciplina dos alunos, bem como começar a desenvolver uma melhor gestão de aula e criar um clima favorável de trabalho. Embora no início tenha sido difícil, pois passar de uma aprendizagem mais teórica para uma mais prática onde temos de lidar com diferentes situações apresentou as suas dificuldades, mas desta forma ultrapassando as dificuldades foi possível cumprir esse importante objetivo.

#### 2ª e 3ª Etapa – Aprendizagem e Desenvolvimento.

Nestas fases, o principal objetivo é desenvolver aprendizagens das diversas matérias, priorizando as matérias onde os alunos tiveram maiores dificuldades, como por exemplo, dança, ginástica de solo e aparelhos e badminton.

Após apresentação de cada matéria e na fase do desenvolvimento pretende-se a aquisição e o desenvolvimento das novas competências. Ao longo da fase de desenvolvimento das UE os alunos vão evoluindo nas AE e pretende-se que se aproximem dos resultados pretendidos.

Nesta etapa apercebemo-nos que os alunos não se desenvolvem de forma igual e que devemos criar planos nos quais todos os alunos possam continuar a desenvolver, ou seja, criar vários níveis em que os alunos com mais dificuldades possam evoluir e os alunos mais avançados possam continuar a desenvolver outras competências.



#### 4ª Etapa – Desenvolvimento e aplicação

Nesta etapa pretendeu-se verificar a evolução dos alunos ao longo dos semestres, nos quais foram trabalhadas todas as matérias, dentro das áreas de conhecimentos adquiridos. Pretendemos ainda continuar a desenvolver matérias promovendo o desenvolvimento das capacidades aplicando-as em diversos exercícios, nos quais se possam criar o “transferes” para situação de jogo, ou sequências e aptidões físicas dos alunos.

#### 5ª Etapa – Desenvolvimento, Consolidação e Antecipação

Na quinta e última etapa, devemos realizar a consolidação dos conhecimentos adquiridos ao longo do ano letivo. Aqui abordamos competências trabalhadas ao longo do ano e tentámos obter o maior número de informação para as diversas avaliações, pois os alunos poderão ter chegado ao nível elementar. E tentar atingir o objetivo final previsto, alcançar o nível 3 ou superior.

Através deste método de etapas conseguimos assim estar mais próximo da realidade da turma onde podemos proporcionar aos alunos um ensino mais individualizado e capaz de corresponder às suas necessidades. Através da avaliação formativa inicial conseguimos definir logo desde o início estratégias e a distribuição do plano anual, no qual definimos as matérias prioritárias a abordar.

Após o decorrer deste processo, que demorou cerca de um mês, passámos a trabalhar por unidades de ensino, onde a cada duas semanas preparámos um conjunto de 4 aulas, onde abordávamos cerca de quatro matérias. Este método obrigávamo-nos a refletir constantemente acerca das estratégias utilizadas, consoante as matérias que íamos abordar, ou então por vezes percebíamos as necessidades dos alunos.

Com este tipo de método consideramos que os alunos acabaram por sair mais beneficiados, pois por diversas razões, sendo elas as já apresentadas, motivação que advém a possibilidade de realizarem as matérias que mais gostam durante diversos momentos ao longo do ano letivo, o princípio de continuidade que permite aos alunos diminuir as perdas de conhecimento ou aprendizagens já adquiridas.

#### Plano de aula

O plano de aula equivale ao planeamento a curto prazo, no qual permite-nos criar um guia sistematizado do que se vai realizar naquele dia; é também um documento orientador para o professor.

Em cada plano de aula devemos ter a noção que é um guia dinâmico, que pode sofrer alterações ou ajustes consoantes a aula e as diversas situações que podem ocorrer.

A estrutura do plano de aula que implementámos neste ano de estágio é muito semelhante à dos outros anos, embora a professora orientadora, nas primeiras reuniões, nos tenha apresentado um modelo com algumas alterações.

Este modelo encontra-se dividido por três partes. A parte inicial, onde se apresentam os objetivos da aula, bem como a quantidade de vezes que já realizámos a matéria na aula. Após esta parte apresentamos a parte fundamental. A parte





fundamental é referente à função didática da aula e é apresentado no cabeçalho. E, por último, a parte final da aula, onde se realiza o retorno à calma e o balanço da aula.

Em cada parte do plano devemos especificar os seguintes elementos por pontos:

- Tempo;
- Objetivos gerais;
- Descrição da tarefa;
- Estratégia de organização;
- Objetivos operacionais;
- Componentes críticas.

Durante o semestre fomos aperfeiçoando a elaboração dos planos, com o *feedback* da professora orientadora e o grupo de estágio. A elaboração destes planos obrigou-nos a procurar novos conhecimentos e gestos técnicos, bem como à reflexão de cada plano.

Com a fundamentação do plano aula, vimo-nos obrigados a fundamentar a escolha dos exercícios bem como o método de ensino a aplicar em cada um deles. Existem exercícios que devem ser aplicados por comando ou espelho, outros por exploração, isto leva-nos a uma melhor perceção sobre o ensino. Este é muito maior do que pensamos, com diferentes métodos, tentando sempre criar modelos de aprendizagem para os nossos alunos.

A fundamentação também permitiu a criação dos grupos de aula, como é que podíamos criar grupos equilibrados, ou criação de várias etapas para cada grupo de alunos no ensino. Nesta fase com o auxílio da orientadora, originou-se a criação de capitães para que estes pudessem ajudar na orientação de cada grupo, bem como uma estratégia auxiliar no método de avaliação de trabalho em equipa.

Após a lecionação das aulas, tínhamos uma reflexão crítica sobre o que se tinha passado em cada aula. Inicialmente a informação era básica, após passar a fase inicial começamos por abordar melhor as quatro dimensões: instrução, gestão, clima e disciplina.

Refletíamos sobre os ajustamentos realizados, os aspetos positivos e negativos. Ao longo do tempo começámos a implementar a avaliação formativa de cada aluno para auxiliar na sua avaliação.

Todas as dificuldades que passámos nas aulas, eram ultrapassadas pelas sugestões da professora orientadora bem como os colegas de estágio que se encontravam a assistir à aula.

### Realização

Segundo Onofre (1994) refere que a maximização do tempo de empenho motor, a organização das aulas, o controle permanente da aula e a criação de um bom clima de aula são fundamentais.

Siedentop (1998) refere que após o processo de planeamento das aulas, tem de surgir um momento de reflexão das mesmas e que para isso, é importante existir ferramentas para permitir que isso suceda, para o sucesso. Dentro de cada reflexão



devemos usar as seguintes dimensões: instrução, gestão, clima e disciplina. Estas são as quatro dimensões que estão sempre presentes simultaneamente no ensino.

Apresentamos cada uma destas dimensões de intervenção pedagógica, refletindo e analisando cada uma.

### Instrução

O processo de ensino-aprendizagem é um sistema onde devem ser promovidas interações entre o professor e os alunos. Nestas intervenções deve ser realizada a comunicação entre os diversos intervenientes.

Neste processo é importante termos em conta a forma como o professor deve planear as suas intervenções e como estabelece a comunicação, no qual esta se torna o processo fundamental para o sucesso da aprendizagem.

Siedentop (2008), refere que a dimensão instrução pelos comportamentos e técnicas de intervenção pedagógica consiste num instrumento do professor o qual deve transmitir informação, diretamente relacionada com os objetivos e conteúdos.

Segundo Onofre (1995), advoga que nesta dimensão da intervenção pedagógica integram-se medidas que contribuem para melhorar a forma de intervenção do professor, apresenta as atividades de aprendizagem aos alunos, a forma como ajuda durante o tempo em que estão envolvidos nestas atividades e a forma como realiza o balanço sobre a forma como a realizaram.

Sendo assim, entendemos que como instrução todas as ações e técnicas utilizadas pelo professor para comunicar e transmitir informação, tais como a preleção, a demonstração, o *feedback* (FB) e o questionamento.

Logo desde o início foi importante definir um conjunto de estratégias que facilitasse e melhorasse a implementação destas ferramentas de trabalho. A primeira estratégia aplicada foi a preleção inicial, onde utilizávamos com intuito de realizar um momento de apresentação de informação inicial.

Neste momento que reuníamos os alunos, por grupos, e apresentávamos a presente unidade de ensino, a aula, os conteúdos e abordávamos os objetivos alcançar. Relativamente a esta fase inicial nem sempre foi realizada, pois numa fase inicial não tínhamos os *skills* necessários de comunicação e de gestão. Acabávamos por não fazer referência às unidades de ensino, ou quando era realizada era só abordada de forma superficial.

Relativamente aos conteúdos e objetivos das aulas, desde as primeiras aulas que procuramos apresentá-los, no início de cada uma, com um intuito de dar a conhecer aos alunos o que pretendíamos desenvolver e abordar, tentando assim aumentar desta forma, o interesse e dando-lhes a oportunidade de se prepararem e conhecerem o que pretendíamos da sua parte.

Consideramos a preleção inicial um dos momentos mais importantes da aula, não nos podemos esquecer que, de igual forma a importância que existe na preleção final. Nela, procurámos em cada aula, realizar um balanço final, onde abordámos os conteúdos lecionados, através de pequenas demonstrações e reflexões promovidas pelo questionamento aberto.

Também aproveitávamos para averiguar os conhecimentos que os alunos tinham assimilados através de questionamentos. E para terminar, realizávamos uma breve projeção das aulas que se seguiam. À semelhança da preleção inicial no início também



não realizávamos a preleção final, pois nem sempre sobrava tempo. Com a experiência, começamos a organizar a preleção final ou balanço final como aqui descrito, no qual apercebemos que era uma oportunidade para ter um momento mais rico no qual os alunos podiam também assimilar a matéria aprendida durante a aula.

Também nos apercebemos que o discurso tinha de ser claro e objetivo, pois os alunos poderiam não perceber ou confundir ainda mais a matéria, com o tempo, começámos a melhorar o discurso e ganhar estes *skills*.

Para além destes dois momentos, temos também as diversas preleções que ocorrem ao longo da aula, com o intuito de introduzir os diversos exercícios. À semelhança das anteriores, a nossa prestação foi evoluindo com o decorrer da prática.

No início passávamos mais por transmitir o máximo de informação possível, sem termos em conta a gestão do tempo ou até mesmo a própria percepção do aluno.

Na demonstração, esta permite ao aluno recolher informações visuais acerca da tarefa ou das habilidades motoras.

Segundo Tani et al. (2011) o uso desta ferramenta permitia a interpretação mais fácil das tarefas por parte dos alunos, conseguindo no imediato reproduzir aquilo que tinham visto.

Sempre que introduzimos uma nova matéria ou exercícios nas aulas, realizávamos sempre uma demonstração dos mesmos, é importante na demonstração utilizar alunos como modelo, ou seja, escolher em cada matéria os alunos que praticam essa modalidade ou são os melhores para realizarem sempre uma breve demonstração.

Para além das técnicas referidas até ao momento, recorreremos também ao FB como ferramenta basilar do nosso trabalho.

Pieron (1999) caracteriza o FB como a informação proporcionada ao aluno para ajudá-lo a repetir os comportamentos motores adequados, eliminar os comportamentos incorretos e conseguir resultados previstos. Desta forma, procurámos ao longo do ano recorrer ao máximo possível ao FB, ajustando sempre a nossa prestação às diferenças e especificidades da situação, do indivíduo e do coletivo.

Desde cedo, todos nós percebemos a importância deste momento e estratégias necessárias para podermos utilizar este *skill*, para além de observar e falar destas componentes tivemos necessidades de estudar e estruturar as matérias, as ações técnicas e táticas de forma a permitir estarmos aptos para lecionar de forma mais específica, e dar FB com mais qualidade.

Como último requisito procurámos sempre analisar e refletir as dimensões do FB, sendo elas, o objetivo, a forma, a direção, o momento e a efetividade.

Relativamente ao objetivo, nas nossas aulas, procurámos sobretudo, recorrer ao FB prescritivo, descritivo e interrogativo.

Através do *feedback* interrogativo conseguimos que os alunos refletissem e realizassem uma análise introspetiva das suas ações.

No *feedback* descritivo, procurámos descrever a ação com o intuito de reforçar uma ação bem concebida.

E por último no *feedback* prescritivo, como a própria palavra indica, serviu essencialmente para prescrever, ou seja, apresentar a forma correta de executar uma dada ação.

Durante o ano letivo fomos percebendo que para dominar as diversas técnicas da dimensão instrução, é necessário estudo, dedicação e experiência. Ao longo do ano,



naturalmente fomos evoluindo e estes processos tornaram-se cada vez mais frequentes e com mais conteúdo e qualidade.

### Gestão

A dimensão gestão é responsável pelos espaços, materiais, tempo de aula e dos grupos.

Segundo Quina (2009) durante a gestão estão incluídas todas as medidas que ajudam a melhorar a qualidade dos aspetos referidos, grupos, tempo e materiais.

Em qualquer aula o professor é responsável pelo tempo, o que deve ter uma boa gestão para evitar perdas de tempo de prática aos alunos pois é importante aproveitar o tempo ao máximo, para que estes tenham maior tempo de prática possível.

Boa gestão de aula, também se refere à organização das atividades e dos grupos, se tivermos grupos grandes em filas com muitos alunos, estes facilmente se desconcentram, e terão menor tempo de prática.

No tempo de aula, os alunos têm 5 minutos para se poderem equipar, e de seguida devem-se deslocar para o espaço da aula. Estes devem-se encontrar sentados num espaço determinado pelo professor para que se possa iniciar a aula.

A preparação da aula é da responsabilidade do professor, neste caso tentámos sempre ter o espaço preparado antes dos alunos chegarem para poder economizar tempo de aula para potencializar o tempo de prática e desenvolvimento motor.

Procurámos criar grupos com diferenciação pedagógica para motivar os alunos, e evitar colocar certos alunos nos mesmo grupos para evitar comportamentos de desvio.

Durante as aulas inicialmente por falta de conhecimento e de experiência, nunca conseguíamos cumprir com o tempo de aula, pois por motivos de transições, instrução ou mesmo organização perdíamos tempo de prática. Por vezes no final da aula não conseguíamos realizar a situação de jogo. Outras vezes saíamos muito em cima da hora, ou então só no intervalo da turma.

Com o tempo fomos corrigindo estes fatores e planeando estes aspetos, mesmo ao longo do plano, já sabendo quais os grupos de alunos, como devemos dar instrução e que métodos devemos usar para sermos mais eficazes, por exemplo usando vídeos ou imagens durante as aprendizagens.

Na circulação e o posicionamento foi sempre um aspeto que privilegiámos, pois estes permitem manter uma visão da turma ajudando a manter o controlo da mesma.

### Clima

O clima em sala de aula pode ser estabelecido pela relação professor-aluno, relação aluno-aluno e relação aluno-tarefa.

Sendo que estas tarefas estão ligadas à performance pedagógica do professor e cabe a este desenvolver uma relação de afeto entre si e os alunos, entre alunos e alunos nas atividades de aulas.

Nas relações de professor e aluno, este deve demonstrar sempre interesse ao aluno sobre as diferentes matérias lecionadas. Deve ser justo e imparcial com todos os



alunos, sendo visível quando os alunos se sentem injustiçados o que pode levar a que alguns alunos se sintam mal com este comportamento.

Ao notarmos isto, devemos reajustar a nossa intervenção com os mesmos de modo que não ocorram injustiças, mudando logo a postura. Tentando promover o empenho, a dedicação e o respeito.

Durante as aulas, estimulámos desde o início ao fim uma intervenção bem-disposta e compreensiva. Mesmo quando encontrávamos os nossos alunos fora das aulas, tentávamos sempre manter a boa disposição.

Na relação aluno-aluno, esta dimensão é carregada com variáveis exteriores não estando diretamente relacionadas ao professor. Neste caso o professor deve promover o trabalho em grupo, onde os alunos devem ser incentivados a empenharem-se e trabalharem com o mesmo objetivo para alcançarem melhores resultados com o menor esforço possível.

Relativamente ao aluno-atividade o principal papel do professor é promover e motivar os alunos a realizar as diversas atividades, e manter o controlo da turma, bem como certificar-se se os alunos estão a executar corretamente as atividades.

Todas as atividades devem ser adaptadas de modo que os alunos possam ter sucesso. Como a turma apresenta alguns alunos com problemas físicos e cognitivos estes devem ter os exercícios ajustados às suas necessidades, bem como a avaliação. No protocolo de avaliação inicial são definidos os objetivos e a respetiva diferenciação pedagógica dos alunos, de modo a criar exercícios para os diferentes níveis, mantendo assim os alunos motivados e empenhados a atingir o melhor resultado possível.

### Disciplina

A disciplina em sala de aula é um dos fatores fundamentais no processo de ensino-aprendizagem originando o controlo (Durão, 2010).

A disciplina deve promover formas de ajuda aos alunos para descobrirem as vantagens de estar numa sala de aula, respeitando os espaços e os colegas e participando de forma positiva e empenhada (Onofre 1995).

A turma tem muitas dificuldades em manter-se bem-comportada e ficar em silêncio durante as explicações longas do professor estagiário, uma das estratégias usadas foram promover o mais rapidamente possível o trabalho de desenvolvimento e exercitação dos alunos.

Quando algum aluno tem um comportamento que não é apropriado para uma aula, é sancionado e se mantiver o comportamento é convidado a sentar-se e realizar o relatório de aula, por vezes antes de realizar o relatório poderá ir correr para o exterior para refletir sobre as suas atitudes.

Como referido, a palavra de ordem sempre será a prevenção e desta forma, tanto a boa gestão da aula como um bom clima, foram variáveis importantíssimas para a prevenção de comportamentos menos adequados.

### Avaliação

Segundo o Decreto-Lei n.º55/2018 de 6 de julho do (Ministério da Educação, 2018, p. 2936) a avaliação, é sustentada por uma dimensão formativa, no qual parte fundamental do processo de ensino-aprendizagem tem como principal objetivo a melhoria baseada num processo contínuo de intervenção pedagógica.



Avaliar é uma parte importante e tarefa reguladora do processo ensino-aprendizagem e como tal, quanto melhor preparado estiver o professor, melhor é realizado este processo e será melhor o processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Nobre (2015, p.43) “é uma ação que não tem paralelo em termos de processos mentais, por envolver um juízo que é, na sua produção, de uma complexidade única”. Percebemos então que é um processo complexo e que nem sempre será fácil de realizar pois implica conhecimento, e uma vertente de cooperação perante os avaliados.”

Segundo Cortesão (2002) a avaliação da aprendizagem e respetivos processos educativos, são inerentes ao desenvolvimento projeto educativo do agrupamento (PEA), tendo como finalidade comprovar o grau de cumprimento dos objetivos inicialmente formulados nos planos. Com os instrumentos de avaliação (relatórios de avaliação, metas, grelhas e rotinas etc...) com o objetivo de analisar os conhecimentos adquiridos pelos alunos nos vários momentos de avaliação, bem como também analisar situações de comportamento que manifestam o processo educativo.

Ao longo do EP, foram os diversos processos avaliativos contemplados em três momentos, avaliação formativa inicial, avaliação formativa e a avaliação sumativa.

Desta forma tornámos o processo mais rico, como acrescentar um momento de autoavaliação no final de cada semestre.

#### Avaliação formativa inicial

A avaliação formativa inicial tem um objetivo claro, sendo esse objetivo diagnosticar, ou seja, averiguar os níveis que os alunos possuem, perceber as capacidades necessárias para iniciar uma certa aprendizagem, ou seja, nível introdutório e/ou elementar.

Esta avaliação formativa inicial, processa-se sempre antes de qualquer outro modelo de avaliação ou ensino no qual permite ao professor reconhecer que metodologia deverá usar, tentando que seja o mais eficaz para um grupo de alunos e/ou aluno.

Sendo esta avaliação muito eficaz em descobrir os pontos fortes e mais fracos de cada aluno.

Esta avaliação centra-se naquilo que o aluno consegue realizar, mesmo antes deste ter iniciado o processo de formação (Leitão, 2013).

Assim o professor reúne informação necessária, sobre as reais possibilidades dos alunos, tenta prevenir ou solucionar as dificuldades atuais e futuras (Carvalho, 1994).

Para obtermos o sucesso neste momento de avaliação, construímos um documento no qual refletimos sobre a contextualização do processo de ensino-aprendizagem, tendo como objetivo inicial adequar as suas pretensões, tendo de ser um documento fácil de preencher, rápido no sentido de facilitar a recolha de dados, para obtermos uma maior quantidade de informação eficiente do desempenho, e por último conseguir identificar o nível de competências de cada turma e em particular de cada aluno (Carvalho, 1994).

O trabalho realizado nas primeiras 5 semanas de aulas teve como principais objetivos:

Conhecer os alunos;



- Apresentar o programa de educação física;
- Rever aprendizagens anteriores;
- Criar rotinas e consolidar organização de normas;
- Avaliar o nível inicial dos alunos;
- Identificar alunos “críticos” e as matérias prioritárias;
- Recolher dados para definir as prioridades de desenvolvimento para a 1ª etapa.

Neste documento estavam discriminados os parâmetros dos respetivos critérios de avaliação das unidades que permitiram identificar os níveis de desempenho de cada aluno.

Assim, os alunos foram classificados por níveis de desempenho num quadro de 1 a 4 níveis (1- não faz; 2 – Faz com dificuldade, 3 Faz razoavelmente e 4- Faz bem).

Neste documento foram realizados protocolos iniciais de avaliação inicial (PAI) do agrupamento de escolas José Estevão, que contempla a avaliação diagnóstica, nos níveis introdutório e elementar, das seguintes matérias: Ginástica de aparelhos e solo; Atletismo (salto em comprimento e lançamento do peso); badminton; andebol; basquetebol; futebol e voleibol como também foram avaliados segundo o protocolo inicial de avaliação com as baterias de testes do FITescola.

Desta forma o grupo de estágio combinou realizar as baterias de testes e PAI, durante as primeiras cinco semanas, mas devido à nossa falta de experiência todos os processos associados à nossa prática de pedagógica fizeram com que a nossa eficácia no controlo das diversas variáveis e na observação do desempenho dos alunos não fosse a mais eficaz e adequada, originando a necessidade por vezes de rever o protocolo inicial de avaliação.

Como este foi um processo novo como já referido, no grupo de estágio, tendo sido a primeira tarefa a ser realizada no primeiro semestre, acabou por ser um processo que se tornou um pouco complexo como seria de esperar, as observações e anotações realizadas nem sempre foram as mais corretas.

Todo este processo foi um marco para o resto do ano letivo pois, tornou-se uma importante ferramenta a qual serviu como um ponto de partida, onde apresentámos grupos de níveis para cada matéria, e definimos as matérias prioritárias.

Contudo, ao longo do semestre, sentimos necessidade de realizar ajustamentos nestes grupos pois, rapidamente percebemos através da avaliação formativa que as anotações retiradas no PAI nem sempre foram as mais corretas, assim sendo, sentimos a necessidade de realizar os ajustamentos e por vezes repensar e organizar o nível dos alunos, consoante as necessidades.

### Avaliação Sumativa

De acordo com o legislado no Dec. Lei nº 55/2018 (de 6 de julho, artigo 24º, p. 2937), a avaliação sumativa (AS) “traduz na formulação de um juízo global sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como objetivos a classificação e certificação”. Adicionando novos elementos aos já reunidos pela avaliação formativa. Ou seja, uma confirmação dos resultados obtidos, permitindo assim uma classificação mais realista.

Assim, tentámos fundamentar o processo de avaliação no qual faz o juízo final. A as só tem sentido quando é considerado o percurso já realizado e existam dados



suficientes para que sejam convertidos e fundamentados de uma forma justa, em classificações resultantes e resultados anteriormente obtidos.

Segundo Nobre (2015) este tipo de avaliação tem como principais objetivos a avaliação do alcance dos objetivos previstos e valores de forma positiva ou negativa através do produto final.

Assim no final de cada semestre seguimos as seguintes ponderações, determinadas pelo grupo de EF de AEJE:  $((AFD+AF+C)*0.7)+(trabalho\ colaborativo*0.1)+(atitudes\ e\ valores*0.2)=nível$ .

De forma a obtermos um nível representativo das atividades físicas desportivas, guiámo-nos pelas seguintes regras: para ter o nível três, os alunos teriam de ter:

1. Cinco matérias onde se encontrassem no nível introdutório  
Jogo desportivo coletivo + 1 ginástica + 3 matérias diferentes subéreas.
2. Para o nível quatro, teria de ter seis matérias teria de seguir o seguinte critério.  
1 ou 2 jogo desportivo coletivo + 1 ou 2 ginásticas+ 3 matérias de diferentes subáreas.
3. Para o nível cinco de matérias, teria de ter cinco matérias no nível introdutório e pelo menos uma no nível elementar.  
1 JDC + 1 ginástica + 3 matérias de diferentes subáreas.

Para os alunos terem sucesso na área de aptidão física (AF), teriam de cumprir com os requisitos presentes nas aprendizagens essenciais, ou seja, ter pelo menos 4 testes na zona saudável da aptidão física (ZSAF).

Na zona dos conhecimentos relativamente aos conhecimentos, através da recolha de informação ao longo do semestre e do ano, tentámos atribuir uma classificação qualitativa, podendo ser apto ou não apto.

Sendo o trabalho colaborativo avaliado por meio da colaboração que os alunos realizavam ou não, dentro dos seus grupos de trabalho. E para além desta colaboração em aula, ainda desenvolvemos o projeto domínios autonomia curricular (DAC) nas nossas aulas, no qual houve necessidade de os alunos realizarem um trabalho de equipa.

O desenrolar deste trabalho e o seu produto final foram também ferramentas importantes para avaliação deste parâmetro.

Nas atitudes e valores, a avaliação deste parâmetro estava dividida em três unidades ou subáreas, sendo elas a sociabilidade, a responsabilidade e o empenho. Esta avaliação foi realizada com base na postura dos alunos ao longo do semestre e do ano.

Para este processo ser o mais correto e justo foi importante que o rigor fosse sempre cumprido durante a avaliação formativa, uma vez que esta última influencia diretamente a primeira.

### Autoavaliação

Segundo Nobre (2015), a autoavaliação refere-se à avaliação que um indivíduo faz de si próprio.

Entende-se por autoavaliação, a avaliação que o aluno faz da sua própria noção ou resultado, atendendo aos critérios definidos antecipadamente. Esta foi realizada através da autorreflexão permitindo assim “a formação de uma consciência de





aprendizagens ao aluno e uma aprendizagem única do próprio ato de avaliar” (Nobre, 2015, p. 52).

Silva (2007) acrescenta referindo que a autoavaliação possibilita que os alunos analisem o seu próprio desempenho, destaquem os pontos positivos e negativos, bem como as necessidades ou os progressos, com o intuito de alcançarem os seus objetivos.

Durante o ano, proporcionámos aos alunos dois momentos de autoavaliação formais, sendo o primeiro no final do primeiro semestre e outro no final do ano.

Durante estes momentos tentámos procurar criar oportunidades aos alunos para que estes pudessem transmitir as suas perceções relativamente às suas performances e atitudes ao longo dos semestres e das atividades realizadas.

Com estas reflexões tínhamos assim um contributo extra e bastante rico para auxiliar na decisão final, ou seja, na avaliação sumativa. Para além deste contributo, a autoavaliação ajudou na melhoria e desenvolvimento do processo.



## Área -2 Atividades de organização e gestão escolar

Neste ponto apresentaremos uma reflexão sobre o trabalho de assessoria realizado no acompanhamento ao cargo de diretor de turma e de acompanhamento da disciplina de cidadania. Tendo esta área o objetivo de promover práticas de trabalho, em colaboração com outros agentes escolares.

Estes agentes proporcionam a compreensão da complexidade das escolas em função dos seus diversos intervenientes (Marques et al. 2020).

Assim, ao longo deste ano letivo desempenhamos a função de assessoria ao cargo de diretor de turma (DT), bem como assessoria ao cargo da disciplina de cidadania, e por última lecionação das aulas de Educação física.

Segundo Boavista e Sousa (2013) o DT constitui uma peça fundamental na relação interna entre o grupo e os professores, o qual é o elo de relação externa que estabelece com os encarregados de educação.

O DT é um professor que tem uma função que se posiciona na estrutura pedagógica de gestão intermédia da escola, no qual está centrado nos alunos e na gestão destes. Tem funções de organização de um trabalho cooperativo entre os diferentes professores que lecionam diferentes disciplinas, em benefício do desenvolvimento intelectual e pessoal destes discentes da turma.

Assim sendo, para termos uma experiência de familiarização do cargo, começámos logo desde muito cedo com a realização de tarefas de supervisão. No início perguntámos ao DT sobre a possibilidade de realizarmos assessoria a este cargo, o que foi de imediato respondido positivamente.

Para conseguir conhecer primeiramente as características da turma, todos os professores estagiários foram assistir às reuniões iniciais de cada turma.

Após isto, analisámos os dados recolhidos através da “ficha individual do aluno” que o conselho de direção de turma disponibilizou.

Também podemos referir o controlo diário de faltas e as suas justificações, preparação de documentos para as reuniões de avaliação do conselho de turma com posterior elaboração de atas, comunicação de situações graves à assistente social, e ativação CPCJ (*Comissões de Proteção de Crianças e Jovens*) e por último desenvolvimento do projeto de DAC.

O desenvolvimento deste trabalho permitiu-nos ter uma abordagem mais específica enquanto docentes estagiários, no qual fomos chamados a intervir de forma consciente e sempre à procura de razões de intervenção dos nossos alunos.

Esta experiência ajudou-nos ainda a desenvolver aptidões relativas à gestão burocrática dos papéis escolares, começando a perceber como funciona o nosso meio escolar e principalmente perceber as DT.

Neste projeto tivemos a oportunidade de trabalhar com dois DT e realizar várias observações de métodos diferentes de trabalho. O principal fator a retirar foi que o DT é um professor que tem um impacto direto na sua turma, podendo influenciar positivamente os desempenhos dos alunos.

Concluimos esta experiência com a necessidade de uma articulação entre todos os agentes envolvidos no processo de ensino-aprendizagem, sendo eles os docentes, alunos e encarregados de educação. O DT acaba então por ser elo entre estes, no qual deve facilitar os processos inerentes às aprendizagens dos alunos.



### Área 3 - Projetos e parcerias educativas

A Área 3, “projetos e parcerias educativas”, visava o desenvolvimento de competências. “Construção, desenvolvimento, planificação e avaliação de projetos educativos e curriculares em diferentes dimensões, assim como a participação na organização escolar” (Marques et al., 2019, p.36).

No nosso grupo de estágio, de forma de irmos ao encontro das competências mencionadas, organizámos duas atividades no seio escolar do agrupamento de escolas José Estêvão. Estas duas atividades, abrangeram três ciclos de estudo distintos, o primeiro, o segundo e o terceiro.

No início do ano letivo, decidimos planear duas atividades, inserindo-se assim no plano anual de atividades (PAA). As atividades desenvolvidas foram o “Carnaval sustentável” e “Jogos Olímpicos Escolares”, destinados aos alunos do 2º e 3º ciclo da escola Básica nº2 de São Bernardo. E o Carnaval Sustentável foi desenvolvido para os alunos do 1º ciclo da escola básica no de São Bernardo, tendo estas sido realizadas no 2º semestre.

#### Carnaval Sustentável

O Carnaval sustentável foi um evento que consistiu numa atividade lúdico-desportiva destinada a cerca de 200 alunos do primeiro ciclo da Escola Básica Nº2 de São Bernardo. O objetivo era promover atividades desportivas utilizando jogos tradicionais com uma abordagem sustentável.

Com esta atividade, pretendíamos proporcionar aos alunos um dia com atividades que eles já estavam familiarizados, mas com uma perspetiva de sustentabilidade, permitindo-lhes conhecer um pouco dos jogos praticados pelos seus avós e entrar no tema da reciclagem.

O evento teve a duração de um dia, começando às 9h00 e terminando às 16h00. Durante o dia, foram realizados dois turnos, divididos em oito grupos. O turno da manhã foi composto por alunos do primeiro e segundo ano, enquanto o turno da tarde foi composto por alunos do terceiro e quarto ano.

Para a realização do evento, contamos com a colaboração fundamental da turma do 2º ano de Desporto (profissional).

A primeira reunião serviu para preparar e organizar todas as atividades do evento, bem como distribuir responsabilidades e fornecer formação.

Na segunda reunião, foi realizada no próprio dia do evento, foi realizado um *briefing*, onde preparamos o material necessário para cada estação e esclarecemos quaisquer dúvidas.

Dado que o público-alvo eram alunos do primeiro ciclo, optamos por alternativas de avaliação, utilizando avaliações pictográficas. Desta forma, os alunos classificaram cada atividade utilizando símbolos e imagens.

Consideramos que o evento foi bastante importante para a comunidade escolar, uma vez que envolveu outro ciclo de ensino com o qual não tivemos contacto ao longo do ano letivo. O FB recebido indicou que os alunos gostaram e ficaram muito contentes com a realização da atividade, tendo-nos questionado várias vezes quando iríamos repetir o evento.



O grupo de estágio considerou o evento um sucesso, uma vez que o objetivo principal foi alcançado, proporcionando um dia diferente para as crianças e permitindo-lhes compreender a importância da sustentabilidade de uma forma divertida.

#### Pós (projeto de Olimpíada Sustentável)

O projeto pós-Olimpíadas foi planeado para ser replicado ao longo dos quatro anos de cada Olimpíada, visando uma educação sustentável. O objetivo é proporcionar aos estagiários uma formação que os afaste do papel de meros estudantes e os transforme em consumidores de conteúdo de forma contextualizada.

Neste projeto, os estagiários do Núcleo de Estágio da Escola Básica Nº2 de São Bernardo participaram, contribuindo para o desenvolvimento da transmissão de valores de sustentabilidade, inclusão e respeito ao meio ambiente. O projeto contou com parcerias da Câmara Municipal de Aveiro, Centro Náutico do Sporting Clube de Aveiro, CarSurf de São Jacinto e Clube dos Galitos Temo.

Este projeto faz parte de uma iniciativa já em andamento sob a responsabilidade de um professor efetivo da escola. Durante os encontros realizados na praia, trabalhamos para sensibilizar os alunos sobre os conceitos de responsabilidade e poluição, tanto marítima quanto terrestre, através da apresentação de fotos. Também realizamos a coleta e separação de lixo.

Os objetivos do projeto foram:

- Promover o interesse pelas atividades náuticas.
- Desenvolver conhecimentos sobre esse desporto.
- Contribuir para a sustentabilidade do oceano e do rio.
- Promover a igualdade de direitos e oportunidades para todos os alunos.
- Sensibilizar sobre o tema da sustentabilidade.
- Promover um consumo sustentável.
- Sensibilizar para a proteção da vida marinha.
- Sensibilizar para os problemas ambientais relacionados ao mar e ao rio, neste caso, a Ria de Aveiro.

Os objetivos de aprendizagem para os alunos foram:

- Desenvolver o trabalho em equipe.
- Adquirir valores relacionados à igualdade.
- Comprometer-se, respeitar e buscar eficiência na redução de desperdício e poluição nos rios e oceanos.

A atividade foi desenvolvida ao longo do segundo semestre, no qual nós, estagiários, fomos propostos a auxiliar nas atividades.



### Jogos olímpicos Escolares

O evento "Jogos Olímpicos Escolares" consistiu em uma réplica dos Jogos Olímpicos, adaptados à realidade escolar. Esta atividade teve como objetivo proporcionar aos alunos um momento de aprendizagem e diversão.

O evento foi realizado na Escola Básica Nº2 de São Bernardo e teve a duração de um dia, começando às 9h00 com uma cerimônia de abertura e encerrando às 18h00.

Durante o evento, foram realizadas as seguintes modalidades: atletismo, ginástica de solo, badminton, Boccia, voleibol, handebol, basquetebol e futebol, distribuídas pelo espaço exterior, pavilhão e ginásio.

A competição foi dividida em 4 escalões, a fim de promover um equilíbrio maior entre as equipes. Cada escalão contou com a participação de 4 equipes.

Durante a competição, houve um problema no início do desfile das bandeiras, devido à falta de organização das mesmas para o evento inicial. Além disso, durante o decorrer do evento, percebeu-se que nas folhas de organização, os campos e os números dos grupos estavam demarcados com números em vez do número das turmas, o que gerou dúvidas para alguns alunos em relação ao campo e horário do jogo, resultando em algumas faltas de comparecimento.

Apesar desses problemas, durante o evento não surgiram outros problemas relevantes. Os estagiários demonstraram mais experiência em comparação com o primeiro evento, o que contribuiu para o bom andamento do mesmo. Sempre que um professor estagiário se deparava com algum problema, ele era rapidamente resolvido, assim como a preparação dos alunos auxiliares, que desempenharam um papel importante durante o evento.

### Dia do AEJE Sustentável

O evento "Dia do Agrupamento" consistiu em uma atividade direcionada aos alunos do 1º ciclo, na qual adaptamos jogos tradicionais utilizando materiais reciclados, enfatizando a importância da sustentabilidade. O objetivo desta atividade era proporcionar aos alunos um momento de aprendizagem e diversão.

O evento foi realizado na Escola Básica e Secundária de José Estevão no dia 25 de maio de 2023 e teve a duração de um dia. Iniciou-se às 9h00, teve um intervalo às 10h00 e recomeçou às 14h00, encerrando às 15h00.

Dividimos a atividade em 4 campos, com diversos jogos, nos quais os alunos percorreram os espaços. Infelizmente, a atividade começou com atraso, pois os alunos chegaram atrasados nos autocarros, o que fez com que iniciássemos a atividade mais tarde do que o planeado. Além disso, a distribuição das turmas não foi bem comunicada, e elas foram diretamente para um dos campos, sendo necessário fazer uma rotação posteriormente. Isso resultou em estações esperando por turmas por um período de 30 a 45 minutos.

Essa situação demonstrou que a organização do evento na escola não planeou adequadamente a atividade, pois os alunos nunca chegaram no horário correto e nem sequer foram informados sobre as atividades que iriam realizar.



Durante a atividade, os alunos participaram dos jogos propostos, e foi possível perceber que eles entenderam a temática, bem como a execução das tarefas solicitadas. Isso leva à conclusão de que a atividade foi bem organizada.

Na parte da tarde, decidimos organizar o evento em apenas uma estação, com receio de que as turmas comparecessem apenas nos momentos finais. Optamos por realizar apenas a atividade de dança, para garantir a participação do maior número de turmas possível.

No entanto, as turmas não compareceram devido ao cansaço decorrente da caminhada, o que resultou em críticas adicionais de que o evento não foi bem-apresentado.

#### Área 4 – Atitude Ético-Profissional

Conforme discutido por Malone (2020), a ética está relacionada com as normas ou princípios que determinam os comportamentos adequados numa determinada profissão. De acordo com Machado (2020), é fundamental que o professor procure estabelecer uma identidade profissional sólida desde o início do estágio, baseada em valores como responsabilidade, respeito, colaboração, profissionalismo, sociabilidade, dedicação e compromisso.

Esta abordagem permitiu adotar uma postura de respeito em relação a todas as pessoas envolvidas na escola ao longo de todo o período de estágio, o que resultou no desenvolvimento de relações positivas que serão levadas para o futuro.

Desde o início comprometemo-nos em promover tanto a aprendizagem dos alunos quanto o nosso próprio desenvolvimento. Além disso, procuramos adaptar as estratégias de ensino para garantir a inclusão de todos os estudantes, visando o sucesso de cada um. Quanto ao nosso crescimento pessoal, sempre tivemos em mente melhorar a nossa atuação profissional, considerando nossas habilidades e áreas a serem melhoradas. Dessa forma, pretendemos evoluir constantemente para nos tornarmos professores competentes e eficientes.

Durante o ano, pudemos observar o progresso dos alunos não apenas em relação aos conteúdos abordados, mas também no que diz respeito à responsabilidade social. Para que esse especto evoluísse, era necessário que o professor transmitisse esses princípios. Portanto, apresentamo-nos sempre de forma regular e pontual, demonstrando um comprometimento máximo em todas as atividades realizadas.

Durante o estágio, evidenciámos uma disponibilidade significativa tanto para os alunos como para a escola em si. Mesmo tendo responsabilidades adicionais além do estágio, conseguimos conciliá-las com sucesso devido a uma boa organização.

Em relação à disponibilidade para os alunos, demonstrámos uma abertura constante para ajudá-los em qualquer momento, seja pessoalmente.

De acordo com Boton et al. (2023), os professores devem integrar o trabalho em equipe não apenas no nível do conhecimento, mas também no aspeto ético, permitindo a construção de diálogo com os colegas. Assim, sempre interagimos de forma adequada, promovendo um bom ambiente de trabalho em grupo e assumindo com responsabilidade as tarefas a serem realizadas.



Para aprimorar a nossa atuação como professores participamos de ações de formação com o objetivo de aprofundar nossos conhecimentos e superar nossas fraquezas identificadas ao longo de nossa intervenção. Além das formações dadas pela nossa orientadora, como a de dança, participamos das seguintes ações de formação: “XIX Congresso de Ciências do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa”; “Aprendizagem por Projeto para a Sociedade”

### Decisões de ajustamento

Um professor deve ter a capacidade de fazer ajustes em sua prática sempre que ocorrer algum imprevisto. Isso pode envolver a modificação das estratégias utilizadas, assim como o planeamento a longo, médio e curto prazo.

Durante nossa intervenção, houve várias razões que nos levaram a realizar ajustes.

O Plano Anual teve de ser alterado devido ao número real de aulas ministradas, que diferiu das aulas inicialmente previstas devido a conflitos com o Desporto Escolar, visitas de estudo, greves e outras atividades.

Consequentemente, os conteúdos a serem abordados em cada Unidade de Ensino também foram modificados devido às dificuldades que os alunos enfrentaram ao longo das etapas, bem como às condições climáticas. Durante os meses mais chuvosos, o pavilhão não oferecia condições para a realização das aulas, o que nos obrigou a reajustar todo o planeamento para garantir a segurança dos alunos e não prejudicar o seu desenvolvimento.

Muitas vezes, durante o tempo das aulas, surgiam situações que exigiam ajustes, como a adaptação do estilo de ensino ou a formação de grupos. Às vezes, para economizar tempo na preparação do material no início da aula, ajustamos o plano de aula.

Em baixo estão dois exemplos de ajustes realizados, numa aula e numa Unidade de Ensino.

### Estilos de ensino

De acordo com Martins et al. (2020), a escolha dos estilos de ensino a serem implementados deve ser orientada pelos objetivos a serem alcançados, pela forma como são avaliados e pelos elementos contextuais da situação de ensino e aprendizagem. Os estilos de ensino podem coexistir simultaneamente em uma aula, e uma tarefa pode resultar da combinação de elementos de diferentes estilos.

Os estilos de ensino podem ser divididos em dois grandes grupos: os Convergentes e os Divergentes, considerando o canal cognitivo. Os estilos de ensino Convergentes estão associados a processos cognitivos básicos e superficiais, como a memorização, que permite a reprodução do conhecimento adquirido previamente, com as decisões sendo predominantemente tomadas pelo professor. Por outro lado, os estilos de ensino Divergentes envolvem processos cognitivos mais complexos e profundos, como a descoberta e a criação, onde a dissonância cognitiva desempenha um papel fundamental, e os alunos gradualmente assumem mais decisões até se tornarem plenamente responsáveis por elas (Martins et al., 2020).



Durante nossa intervenção, utilizamos diversos estilos de ensino, dependendo das matérias abordadas e dos objetivos de cada aula. Os principais estilos de ensino que empregamos foram dos estilos Convergentes, incluindo Comando, Tarefa, Recíproco e Autoavaliação. Por exemplo, nas aulas em que abordamos desportos coletivos, os estilos predominantes eram Comando e Tarefa. Além desses, na ginástica, ao longo do ano, introduzimos o estilo Recíproco, em que os alunos trabalhavam em pares, e, em uma fase posterior, incluímos a autoavaliação. Na autoavaliação, os alunos permaneciam em seus pares designados e recebiam um formulário para avaliar seu colega. Em algumas aulas teóricas, também utilizamos estilos de ensino Divergentes, principalmente a Descoberta Guiada.

### Estratégias

Como professor de Educação Física, é fundamental estar preparado com estratégias prontas para lidar com as incertezas das aulas. Há inúmeras situações que podem surgir e alterar o ritmo da aula. Quando algo não ocorre conforme o planeado, o professor deve estar pronto para agir e ter vários planos alternativos para garantir que a aula prossiga da melhor maneira possível, sem comprometer a aprendizagem dos alunos.

De acordo com Múnster (2013), a adaptação de uma atividade envolve intervir em um conjunto de variáveis para influenciar seu nível de dificuldade, de forma a adequar a tarefa à capacidade do aluno. A manipulação dessas variáveis permite que o professor adapte a atividade de forma adequada aos alunos. Portanto, é importante que o professor tenha várias estratégias prontas para implementar, levando em consideração as características e capacidades dos alunos em cada situação.





### CAPÍTULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA PERCEÇÃO DO PROFESSOR ESTAGIÁRIO, RESPETIVOS ALUNOS, COLEGAS DE ESTÁGIO E ORIENTADORA, SOBRE A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NO CONTEXTO DA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Moisés Manuel Lopes

Professora Doutora Maria de Lurdes Tristão Ávila Carvalho

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

**Resumo:** As opiniões dos alunos são uma ferramenta essencial e enriquecedora para consciencialização de autorregulação da Prática Pedagógica do professor no qual esta cada vez mais presente da comunidade de docente. Numa fase inicial o presente estudo teve por objetivo analisar as divergências de perceções sobre a intervenção pedagógica do professor estagiário, alunos e professora orientadora e colegas de estágio, e na fase final averiguar se existiu uma maior convergência de perceções entre o professor estagiário e os respetivos alunos, professora orientadora e colegas de estágio as respetivas diferentes dimensões do processo de ensino e aprendizagem. Neste processo foi aplicado o questionário no anexo (VII) construído em espelho a professora orientadora e colegas de estágio, como aos respetivos alunos, em dois momentos distintos do ano letivo, 1º semestre e 2º semestre.

Os resultados indicam que na 2ª aplicação do questionário existiu uma aproximação de perceções de todos os intervenientes no que diz respeito às dimensões instrução, disciplina, clima, avaliação e planeamento e organização.

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

**Summary:** The opinions of students are an essential and enriching tool for raising awareness of self-regulation in the Pedagogical Practice of the teacher, which is increasingly present in the teaching community. In the initial phase, this study aimed to analyze the divergences in perceptions of the pedagogical intervention of the student teacher by students, the supervising teacher, and fellow interns. In the final phase, the study sought to determine whether there was a greater convergence of perceptions between the student teacher and their respective students, the supervising teacher, and fellow interns regarding the different dimensions of the teaching and learning process. In this process, the questionnaire in Appendix (x) was administered to the supervising teacher and fellow interns, as well as to the respective students, at two different times during the academic year, the 1st and 2nd semesters. The results indicate that in the second application of the questionnaire there was an approximation of perceptions of all stakeholders with regard to the dimensions instruction, discipline, climate, evaluation and planning and organization.

**Keywords:** Physical Education, Student Teacher, Pedagogical Intervention.

#### Introdução

Com este trabalho pretendemos realizar uma autorreflexão da nossa prestação como professor, por forma a identificar as competências e limitações profissionais,



assim como melhorar o desempenho, o que impacta diretamente na aprendizagem dos alunos.

Para que o ensino de Educação Física (EF) seja eficaz, é fundamental que o professor seja capaz de organizar situações de aprendizagem que permita aos alunos desenvolver novos conhecimentos, habilidades e atitudes. Isto é essencial para incentivar um estilo de vida saudável e físico que o mantenham durante toda a vida.

O objetivo deste estudo é avaliar a atuação pedagógica de um professor estagiário, através da identificação de perceções divergentes e convergentes entre o próprio professor, seus colegas de estágio, a professora orientadora e os alunos. Pretende-se ainda estabelecer estratégias para melhoria da intervenção pedagógica do professor estagiário nas diferentes dimensões. Para posterior verificação do seu efeito após a sua aplicação.

### Revisão da Literatura

É cada vez mais importante saber refletir, confrontando as ideias e opiniões dos demais relativamente à prática pedagógica. Atualmente vivemos num meio em constante mudança, seja ela promovida pelos alunos, conteúdos ou pela comunidade escolar e é importante começar desde logo cedo a aprender a evoluir. Vivemos num tempo no qual a exigência da profissão é cada vez maior, e devemos apostar na nossa credibilidade e profissionalismo, de forma a podermos apetrechar-nos de instrumentos teóricos, práticos e técnicos que nos permitem desempenhar um papel escolar atual, que é cada vez mais dinâmico e multicultural.

Silva (2017) refere que “poucas são as profissões em que os indivíduos que estão a iniciar já tiveram um contacto tão íntimo, intenso e duradouro com a sua realidade” (Silva, 2017: 18-31). Esta informação corrobora a ideia de que o processo de pedagogia inicial deve ser refletido e analisado pelo docente, pois este encontra-se num novo meio no qual não tem qualquer tipo de experiência. Os dados que o profissional vai obter vão ajudá-lo a encontrar a informação necessária para o seu desenvolvimento.

Tal como Mccaughtry et al. (2018) referiram, pensamos que a relação entre professor e aluno depende, fundamentalmente, do clima estabelecido pelo professor na aula, da relação empática com os seus alunos, da sua capacidade de ouvir, refletir e discutir o nível de compreensão daqueles e da criação das pontes entre o seu conhecimento e o deles, pois a este novo contacto cria dinamismo nunca visto ou experienciado pelo professor. A criação dos laços com os alunos é o que vai proporcionar ferramentas para o professor conseguir o controlo da turma, uma vez que sem este não existe pedagogia do ensino, pois os alunos nunca se vão encontrar nesse meio. Assim, é importante que desde cedo tenhamos a noção e perceção do que cometemos de errado e do que poderemos melhorar nos nossos métodos pedagógicos.

Posto isto, é muito importante que se deixe de lado a opinião de que o insucesso do aluno advém exclusivamente das suas incapacidades e ter a sensibilidade de procurar as respostas para o insucesso nas ações do professor. Birzea (1982) afirmou que, os eventuais insucessos escolares deveriam ser explicados mais pela ineficácia dos métodos educativos.

Um bom professor pode mudar a vida a um aluno, e devemos como docentes criar oportunidades não só para nós, mas mais importante para os alunos, pois estes são os cidadãos do futuro.



### Planeamento e Organização (gestão)

Esta dimensão engloba a gestão dos espaços, dos materiais, dos grupos de alunos e do tempo de aula. Torna-se assim um aspeto importante para o sucesso no meio de trabalho, afirmando-se como essencial para o bom funcionamento das aulas. A principal ferramenta de trabalho nesta dimensão é a criação e implementação de rotinas. Uma aula bem executada é uma aula onde não se perde tempo.

Onofre (1995) defende criar hábitos de responsabilidade dos alunos na organização, durante algumas sessões no início de um ano letivo, através da utilização de jogos simples e organização.

Sendo que motivação é a postura do professor são também importantes nestes momentos de gestão e organização.

### Disciplina

A dimensão disciplina está relacionada com a forma como o professor deve manter os alunos em padrões de comportamento predeterminados, representativos do que é a sociedade, é, portanto, a capacidade que o professor apresentar um guia aos alunos pelos seus objetivos e interesses, consoante as suas capacidades e motivações (Onofre 1995).

Não podemos deixar também de abordar o tema de indisciplina. Devemos ter em mente a sua prevenção, que se baseia no tratamento da indisciplina, e que se deve realizar na tentativa de evitar que comportamentos indisciplinados se instalem na aula. Onofre (1995) fala que na disciplina mais não é do que discutir quais são as formas de promover e ajudar os alunos a descobrirem o prazer e as vantagens de estarem nas sessões de trabalho, mais de uma forma participativa e empenhada, respeitando o espaço dos outros sem deixar de dar expressão.

### Avaliação

A avaliação é o processo no qual nem todos os professores conseguem demonstrar equidade, na qual muitos fatores podem influenciar a sua decisão. Para Nobre (2015), avaliar é o resultado de um confronto, mandatado ou não, entre uma realidade que se percebe e percebe e uma perspetiva ideal dessa mesma realidade. A avaliação deve ser um processo justo, no qual o professor deve adquirir ferramentas que auxiliarão neste processo.

A avaliação formativa é o método no qual o professor está em constante processo de ensino e avaliação, trazendo benefícios à aprendizagem aos alunos, pois é um método designado por avaliação contínua que ocorre informalmente em todas as aulas. Tem também um período que ratifica a avaliação contínua e permite ao docente tomar decisões relativamente a orientação do seu trabalho.

Desta forma devemos sempre encarar a avaliação como um sistema integrante do processo de ensino-aprendizagem.



### Objetivo Geral

O objetivo geral desta investigação foi perceber o processo de intervenção do professor estagiário nas aulas de Educação Física através da identificação das perceções divergentes e convergentes do professor estagiário, respetivos alunos, orientadora, colegas estagiários do mesmo núcleo, promovendo assim a elaboração de estratégias pedagógicas orientadas para a melhoria na intervenção pedagógica do professor, e consequentemente, a uma melhoria nas aprendizagens dos alunos.

### Objetivos Específicos

Partindo deste objetivo geral, esta investigação tem objetivos específicos, sendo eles:

1. Identificar as divergências e as convergências entre as perceções dos diferentes intervenientes no estudo, professor estagiário, alunos, professora orientadora e colegas do núcleo de estágio, sobre o processo de intervenção pedagógica aplicada, pelo professor estagiário, na aula de Educação Física antes da aplicação das estratégias pedagógicas.
2. Definir estratégias a aplicar nas diferentes dimensões pedagógicas, para diminuir as divergências e aumentar as convergências entre os diferentes intervenientes do presente estudo.
3. Identificar as divergências e as convergências entre as perceções dos diferentes intervenientes no estudo, professor estagiário, alunos, professora orientadora e colegas do núcleo de estágio, sobre o processo de intervenção pedagógica aplicada, pelo professor estagiário, na aula de Educação Física após a aplicação das estratégias pedagógicas.
4. Perceber as alterações na qualidade da intervenção pedagógica do professor estagiário após a aplicação das estratégias pedagógicas.

### Metodologia

Este estudo terá como base uma metodologia quantitativa, onde foram utilizadas técnicas de estatística descritiva e inferencial no tratamento das questões fechadas.

#### 1 Amostra

O questionário foi aplicado aos alunos de uma turma do 7.º ano da escola básica de São Bernardo.

A turma é constituída por 20 alunos, dos quais 9 são do sexo masculino e 11 são do sexo feminino. Responderam ao questionário 19 alunos. A moda das idades é 12 anos, sendo que 3 alunos têm 11 anos, 13 alunos têm 12 anos, 3 alunos têm 13 anos e 1 aluno tem 14 anos. A média de idades é de 12.1 anos.



O questionário aplicado aos alunos foi também respondido pela professora orientadora com 53 anos de idade e 30 anos de experiência e pelos colegas do grupo do estágio, sendo 1 do sexo feminino e 2 do sexo masculino com idades compreendidas entre os 22 e os 26 anos. A média das idades situa-se nos 24 anos. O questionário também foi respondido pelo professor estagiário referente à sua intervenção pedagógica.

## 2-Instrumentos e Procedimentos

Na realização desta investigação foram aplicados dois questionários construídos em “espelho”: um denominado de “Questionário de intervenção Pedagógica do Professor (de educação Física) – professor (Anexo VII), aplicado ao professor estagiário; Outro de “Questionário de intervenção pedagógica do Professor (de Educação Física) – Alunos (Anexo VII)”.

Ambos os questionários são adaptações dos questionários de qualidade pedagógica no ensino secundário para o professor/aluno, de Ribeiro-Silva (2017).

Este questionário é constituído por duas partes, sendo a primeira dividida em dois grupos.

O primeiro grupo da primeira parte, designado grupo 1 – Intervenção Pedagógica é constituída por 44 questões fechadas, que estão associadas às dimensões de intervenção pedagógica propostas por Siedentop (1983) e ao perfil de desempenho profissional (decreto-lei n.240/2001 de 30 de agosto). Nas 44 questões desta parte, exploram a dimensão instrução, 8 a dimensão planeamento e organização, 13 a dimensão planeamento e organização, 13 a dimensão relação pedagógica, 4 a dimensão disciplina e 6 a dimensão avaliação.

O segundo grupo da primeira parte é relativo à opinião do aluno e professor. É também ele formado por 3 questões fechadas. As escalas aplicadas ao grupo I e ao grupo II são escalas de likert, com alternativas de resposta que variam entre 1 e 5, da seguinte forma: “Nunca” (1), “Raramente” (2), “Algumas vezes” (3), “Muitas vezes” (4) e “Sempre” (5), através do qual os sujeitos demonstram a sua conformidade perante as questões (Lima, 2013).

A segunda parte do questionário é composta por 1 questão de resposta fechada e 2 questões de resposta aberta. Estas questões estão relacionadas mais com a parte sentimental dos alunos e professores relativos à disciplina.

O questionário foi aplicado a uma turma do 7.º ano tendo sido tomadas algumas medidas de forma a prevenir influências extrínsecas ao estudo durante o decorrer do mesmo. Entre elas, a aplicação do questionário foi feita por outro professor de forma que o professor estagiário não estivesse presente.

Durante a aplicação do questionário os alunos foram devidamente informados dos objetivos do estudo, das instruções de preenchimento, bem como das possibilidades de desistência de participação, dos quais os dados unicamente serão servidos para fins académicos

Os questionários foram aplicados em dois momentos distintos. O momento 1 (M1) ocorreu no primeiro semestre e o momento 2 (M2) no segundo semestre. O momento (M1) foi realizado 14 de novembro de 2022, e o momento (M2) foi realizado no segundo semestre no dia 13 de março de 2023.



### Tratamento Estatístico

O tratamento dos dados foi realizado com recurso ao software IBM SPSS Statistics, Versão 27.

As questões de resposta fechada foram codificadas de forma a possibilitar o tratamento estatístico numa escala ordinal: Nunca – 1; Raramente – 2; Algumas vezes – 3; Muitas vezes – 4; Sempre – 5.

A análise estatística pretendeu aferir a média das respostas a cada questão, o desvio padrão como medida de dispersão, e a partir daí, perceber as concordâncias e discordâncias que os diferentes intervenientes no estudo apresentam no que diz respeito à intervenção pedagógica do estagiário na disciplina de Educação Física.

Foi também realizado o teste não paramétrico Wilcoxon com intuito de perceber as diferenças significativas nas respostas dadas pelos alunos e colegas de estágio entre o primeiro e segundo momento. O nível de significância foi de 5% ( $p \leq 0.05$ ).

### Apresentação e Discussão dos Resultados

Nas tabelas seguintes foram analisados os 44 itens que pertencem ao grupo I do questionário realizado.

Os dados obtidos foram analisados por valores médios desvio padrão no momento 1 e 2 de aplicação do questionário do professor estagiário, dos alunos, dos professores do núcleo de estágio e da professora orientadora.

Foram depois divididas as repostas por grupos de acordo com as dimensões pedagógicas mais concretamente, instrução, planeamento, organização, disciplina, clima e avaliação.

Iremos apresentar os dados recolhidos através da primeira aplicação, aos alunos, do questionário “A intervenção pedagógica do aluno de educação Física”, onde apresentamos e analisaremos todos os dados relativos a todos os intervenientes nos 2 momentos de aplicação do questionário.

De seguida apresentamos a tabela referente aos valores relativos ao Grupo 2 da 1ª parte do questionário onde podemos observar as respostas dos alunos, professor estagiário, orientadora e colegas estagiários relativamente à sua opinião sobre a Educação Física sendo que os resultados serão apresentados por dimensão.

Na tabela 1, apresentam-se os resultados obtidos sobre a perceção dos alunos, professor estagiário, orientadora e colegas de estágio relativamente à dimensão “instrução” no M1 e M2.



Tabela 1 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” relativamente à Dimensão Instrução.

Dimensão Instrução		Alunos					Professor estagiário		Colegas de estágio					Orientadora	
		M1 (Momento 1)		M2 (Momento 2)		Teste Wilcoxon (p<0,05)*			M1 (Momento 1)		M2 (Momento 2)		Teste Wilcoxon (p<0,05)*		
		Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1 (Momento 1)	M2 (Momento 2)
2	... apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.	4.63	0.479	4.19	1.109	0.593	4	4	3.3	0.845	4,00	1.00	0,157	4	4
10	... conhece a matéria que está a ensinar.	4.88	0.342	4.06	0.998	0.714	4	4	4	0.723	4,33	0.577	0,317	4	3
13	... dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.	4.5	0.632	3.88	1.147	0.234	4	4	3.3	0.628	2,67	2.082	0,157	4	3
21	... corrige os alunos ao longo da aula.	4.5	1.033	4.13	1.204	0.774	4	4	3.6	0.841	4,33	0.577	0,564	4	4
25	... preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.	4.5	0.632	4.06	1.124	0.216	4	4	3.3	0.98	4,33	0.577	0,655	4	3
29	... coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.	4.5	0.516	4.13	1.088	0.642	3	4	3.3	0.736	3,67	0.577	0,157	4	3
30	... faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.	4.25	1.065	3.88	1.204	0.874	4	4	3.6	1.197	4,67	0.577	0,414	4	4
34	... é claro quando corrige os alunos.	4.81	0.403	4.00	0.966	0.376	4	4	2.6	1.02	3,67	0.577	0,157	4	3

35	... dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.	4.69	0.479	4.25	0.856	0.075	3	4	3.3	0.514	4,33	0.577	0,564	4	4
37	... utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.	4.69	0.602	4.75	0.775	<b>0.023</b>	4	4	4.3	1.203	4,33	0.577	0,317	4	4
38	... utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.	4.44	0.814	4.56	0.629	<b>0.006</b>	4	4	3.6	0.632	4,67	0.57	0.157	4	4
39	... utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.	4.38	0.957	4.44	0.629	0.101	4	4	3.6	0.871	3,67	0.577	0,357	4	4
40	... certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.	4.81	0.403	4.44	0.814	<b>0.005</b>	5	3	3.3	0.523	3,67	0,577	0,357	3	3
	Média	4.58	0.642	4.21	0.964	0.356	3.86	3.92	3.46	0.824	4.055	0.725	0,3477	3,92	3.92



É possível observar que nos dados apresentados pela tabela, existem diferenças significativas entre os dois momentos nas perguntas 37, 38 e 40. Estas diferenças devem-se aos dois momentos nas respostas dos alunos.

Relativamente à pergunta 37, “utiliza a demonstração (exemplificada) na apresentação dos exercícios”, consideramos que o aumento da média tem a ver com o facto de no segundo momento de aplicação do questionário, houve melhoria nas estratégias apresentadas pelo professor estágio que melhoraram o resultado.

Relativamente à pergunta 38, “utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.” consideramos novamente que as estratégias utilizadas melhoraram pois a média aumentou, pensamos que a comunicação criada com os alunos e a experiência obtida do primeiro momento para o segundo deram melhores resultados.

Relativamente à pergunta 40, “... certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.”, houve uma diminuição dos valores em relação ao primeiro momento, contudo pensamos que durante as aulas fomos sempre coerentes ao longo do semestre, em relação às perguntas que colocávamos aos alunos no final das aulas, e este momento final ocorreu sempre em todas as aulas.

Concluimos a análise com a observação de um aumento da média das respostas de todos os intervenientes no estudo colegas de estágio e orientadora, entre os dois momentos: alunos (4,58 > 4,21), professora orientadora (3 < 3,53) e colegas de estágio (3,46 < 4,055). E que no momento M1 e M2 houve uma convergência nas respostas dos alunos e dos colegas de estágio. Na tabela 2, apresentam-se os resultados obtidos dos dados da percepção dos alunos, professor estagiário, professora orientadora e colegas de estágio relativamente à dimensão “planeamento e organização” no M1 e M2.

*Tabela 2 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” Dimensão Planeamento e Organização*

Dimensão Planeamento e Organização		Alunos					Professor estagiário		Colegas de estágio					Orientadora	
		M1		M2		Teste Wilcoxon (p<0,05)*			M1		M2		Teste Wilcoxon		
		Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2
1	... planifica a matéria, de forma lógica.	4.63	0.5	4.00	0.632	<b>0.032</b>	4	4	3.6	0.765	3,67	0.577	0,157	3	3
3	... apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.	4.94	0.25	4.69	0.602	<b>0.015</b>	4	4	3.3	1.05	4,00	1.00	0,414		sim
4	... apresenta o processo de avaliação de forma clara.	4.69	0.602	4.13	1.586	0.593	4	4	3.3	0.58	4,33	1.155	0,785	3	3
5	... cumpre o horário da aula.	4.80	0.342	4.13	1.586	0.836	4	4	4	0.817	4.00	1.000	1,0	3	4
6	... não falta.	4.69	0.602	2.31	1.662	0.19	5	5	4.3	0.53	1,67	0.577	0,785	5	5
12	... gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.	1.81	1.167	3.56	1.635	0.653	2	2	3.3	0.985	3,33	0.57	0,564	3	3
26	... preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.	4.31	0.946	4.19	1.047	<b>0.034</b>	4	4	3.3	0.953	3.33	0.57	0,180	3	3
44	...utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.	1.81	1.377	2.44	0.964	0.904	3	3	3	0.732	2.33	0.57	0,785	3	3
	Média	4.085	0.723	3.68	1.214	0,407	3.63	3.75	3.475	3,4	3.23	0.752	0,585	3.75	3.75



É possível observar que nos dados apresentados pela tabela 2, existem diferenças significativas entre os dois momentos nas perguntas 1, 3 e 26.

Relativamente à pergunta 1, “O professor planifica a matéria, de forma lógica”, consideramos que houve uma diminuição nesta questão devido ao facto de termos lecionado matérias que os alunos não gostam tanto, e, o facto de na dança ter sido notória a falta de evolução neste fator, pois noutros parâmetros manteve-se a média dada pelos colegas de estágio.

Relativamente à pergunta 3, “apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina”, é uma situação onde consideramos que não se percebe o porquê de a média ter diminuído, penso que tenha sido motivado por ser uma resposta que deveria ter sido respondida no momento 1, e que alguns tenham se esquecido.

Relativamente à pergunta 26 “...preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores pensamos que não se justifica a diminuição dada pelos alunos, pensamos que com a experiência ganha pelo professor estagiário se obtivessem melhores resultados, e foram aplicados os exercícios específicos para as dificuldades dos alunos, tendo a professora orientadora e os colegas de estágio mantido a mesma média.

Relativamente às convergências e divergências, comparando as médias das respostas dos alunos com os colegas de estágio continua havendo uma divergência nos resultados. Esta divergência poderá ter ocorrido por motivos de experiência dos professores estagiários, ou por eles conseguirem reparar melhor nas estratégias utilizadas.

Concluimos a análise com a observação de uma diminuição da média das respostas dos alunos e um aumento da professora orientadora no estudo, entre os dois momentos: alunos ( $4,085 > 3,68$ ), professora orientadora ( $2,87 < 3,442$ ). Em relação aos colegas de estágio os valores diminuíram de 3,63 para 3,42.

Na tabela 3, apresentam-se os resultados obtidos dos dados da perceção dos alunos, professor estagiário, orientadora e colegas de estágio relativamente à dimensão “disciplina” no M1 e M2.

Tabela 3 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física Dimensão Disciplina

Dimensão Disciplina		Alunos					Professor estagiário		Colegas de estágio					Orientadora	
		M1		M2		Teste Wilcoxon (p<0,05)*			M1		M2		Teste Wilcoxon		
		Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2
7	... mantém a turma controlada.	4.5	0.512	4.31	0.602	0.013	3	4	3.66	0.788	4,33	1.155	0,655	4	4
14	... é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.	4.5	1.095	4.13	1.258	0.210	4	4	4	0.58	3,67	1,155	0,655	3	4
23	... por vezes, permite comportamentos de indisciplina.	2.13	1.628	3.44	1.449	0.469	2	1	3	1.05	2,33	0,577	0,317	2	2
28	... previne comportamentos de indisciplina.	4.31	1.078	3.75	1.342	0.638	4	4	4	0.851	4,33	0,577	0,655	3	4
	Média	3,86	1,078	3.90	1,162	0.3325	3.75	3.25	3.66	0,815	3.665	0,866	0,5705	3.25	3.5



É possível observar que nos dados apresentados pela tabela 3, existem diferenças significativas entre um momento em todas as perguntas.

Relativamente à pergunta 7, “mantêm a turma controlada”, consideramos que os alunos diminuíram a média, o qual não é positivo, pois se deve ao facto de o professor estagiário ter tido de avisar os alunos, diversas vezes neste semestre devido ao comportamento. E comportamento de alguns elementos ter ficado pior, no qual o professor estagiário não deixou escapar certos comportamentos.

Concluimos a análise com a observação de uma diminuição da média das respostas dos alunos intervenientes no estudo, entre os dois momentos: alunos ( $3,86 < 3,90$ ), orientadora ( $3 < 3,50$ ) e colegas de estágio ( $3,66 < 3,665$ ). Desta forma houve uma convergência das respostas de todos os intervenientes nesta dimensão.

Na tabela 4, apresentam-se os resultados obtidos dos dados da perceção dos alunos, professor estagiário, orientadora e colegas de estágio relativamente à dimensão “clima” no M1 e M2.



Tabela 4 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação física” relativamente à Dimensão Clima

Dimensão Clima		Alunos					Professor estagiário		Colegas de estágio					Orientadora	
		M1		M2		Teste Wilcoxon (p<0,05)*			M1		M2		Teste Wilcoxon		
		Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2
9	... dá ritmo e entusiasmo às aulas.	4.5	0.73	4.38	0.885	0.115	4	4	3.3	0.932	4,00	1,0	0,564	3	3
11	... aceita as novas ideias dos alunos.	4.06	0.998	3.69	1.352	0.310	4	4	3	.925	4,33	0,577	0,317	1	1
16	... por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.	1.69	1.195	3.56	1.413	0.722	1	1	2.33	0.845	2,33	0,577	0,109	2	1
17	... encoraja os alunos.	4.38	0.806	3.69	1.302	0.768	4	4	3.33	0.577	3,33	0,577	1.000	4	4
18	... dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.	4.5	0.516	3.88	1.258	0.479	2	2	3.66	0.628	4,33	0,57	0,655	4	4
19	... estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.	4.31	0.793	3.94	0.929	0.571	4	4	4	0.694	3,67	,0577	0.317	4	4
20	... estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.	4.19	1.167	3.81	0.981	0.496	3	4	3	0.849	2,33	0,577	0,655	3	3
22	... relaciona-se muito bem com os alunos.	4.13	1.455	3.50	1.366	0.926	4	4	3	1.326	4,33	0,577	0.317	4	4
24	... estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.	4.56	0.512	3.50	1.461	0.540	4	4	3.66	0.766	3,67	0.577	0,180	5	5
27	... preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.	4.81	0.54	4.56	0.892	<b>0.012</b>	4	4	4.33	0.871	4,33	0.577	0,180	5	5

36	... trata os alunos com respeito.	4.88	0.342	4.75	0.447	<b>0.02</b>	4	4	3.66	1.084	4,33	0,577	0,102	5	5
42	... mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.	4.38	0.719	3.94	1.389	0.404	4	4	4	1.203	3,64	0,577	0,564	3	3
43	...motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).	3.63	1.408	3.50	1.317	0.815	4	4	2.66	0.849	3,67	1.155	0,564	3	3
	Média	4.15	0.86	3.9	1,150	0,475	3.53	3.61	3.38	0,888	3.71	0.566	0,389	3.46	3.46



É possível observar que nos dados apresentados pela tabela 4, existem diferenças significativas entre os dois momentos nas perguntas 27 e 36.

Relativamente à pergunta 27, “... preocupa-se em tratar os alunos de forma igual”, houve uma diminuição no valor da opinião dos alunos a esta reposta, é preocupante pois demonstra que o professor estagiário não conseguiu aplicar bem as suas estratégias durante esta aplicação.

Relativamente à pergunta 36, “...trata os alunos com respeito.”, consideramos que a descida de média da relação entre alunos e professor foi motivada pelas diversas alterações na turma e os alunos têm apresentado imensas dificuldades, principalmente no comportamento.

Ao comparar as respostas de todos os intervenientes, colegas de estágio, alunos, professor estagiário e professora orientadora podemos observar que ocorreu uma convergência nas respostas do M1 para o M2.

Concluimos a análise com a observação de um diminuído da média das respostas dos alunos, entre os dois momentos: alunos (4,15 > 3,9), orientadora manteve (3,17 = 3,17) e colegas de estágio (3,38 < 3,71).





Na tabela 5, apresentam-se os resultados obtidos dos dados da perceção dos alunos, professor estagiário, orientadora e colegas de estágio relativamente à dimensão “avaliação” no M1 e M2.

Tabela 5 – Estatística descritiva e inferencial das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física” relativamente à Dimensão Avaliação

Dimensão Avaliação		Alunos					Professor estagiário		Colegas de estágio					Orientadora	
		M1		M2		Teste Wilcoxon (p<0,05)*			M1		M2		Teste Wilcoxon		
		Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão		M1	M2
8	... informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.	4.88	3.66	4.38	0.619	0.218	4	4	3.66	0.57	3.67	0.577	<b>0,083</b>	4	4
15	... é justo nas avaliações.	4.5	3.33	3.94	1.237	0.404	4	4	3.33	0.47	4.33	0.57	0,102	4	4
31	... utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).	3.69	2.66	3.31	1.537	0.924	2	3	2.66	1.61	3.67	1.155	0,109	2	2
32	... apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.	4.44	1.66	4.20	0.775	<b>0.010</b>	4	4	1.66	1.19	3.67	1.155	0,180	4	1
33	... foca a sua avaliação nas matérias dadas.	4.69	3	4.13	1.088	0.111	4	4	3	0.936	4.33	0.577	0,285	4	4
41	... informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação). Média	4.61	3	4.19	1.047	<b>0.049</b>	4	4	3	0.895	4.33	0.577	0,102	4	3
		4.51	2.985	4,025	1,0505	0.286	3.66	3.833	3.46	0.945	4.05	0,769	0,1435	3.66	3

É possível observar que nos dados apresentados pela tabela, existem diferenças significativas entre os dois momentos na pergunta 32 e 41.

Relativamente à pergunta 32, "... apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação", consideramos que a experiência que o professor ganhou ao longo do estágio, permitiu que no segundo momento de avaliação estivesse mais bem preparado para avaliar os seus alunos nas diferentes áreas. Os alunos não compreenderam as avaliações e por isso o professor estagiário foi mal avaliado, ou não gostaram da avaliação.

Na pergunta 41, "... informa, claramente sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação)", consideremos que a baixa da média poderá ocorrer pois os alunos não perceberam que momentos de avaliação são todas as aulas, e de que não existe um concreto.

Concluimos a análise com a observação de um aumento da média das respostas de dois intervenientes no estudo colegas de estágio e professora orientadora, entre os dois momentos: alunos ( $4,51 > 4,25$ ), orientadora ( $2,88 < 3$ ) e colegas de estágio ( $3,46 < 4,05$ ).

### 3-Análise comparativa das diferentes dimensões pedagógicas

*Tabela 6* – Estatística descritiva das respostas dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e colegas estagiários no 1º e 2º momento de aplicação do “Questionário: A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física “relativamente às 5 dimensões da Intervenção Pedagógica.

Dimensão	Momento 1								Momento 2							
	Alunos		Professor estagiário		Orientadora		Colegas de estágio		Alunos		Professor estagiário		Orientadora		Colegas de estágio	
	Média	Desvio padrão	Média	Desvio padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio padrão	Média	Desvio padrão	Média	Desvio padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio padrão
Instrução	4.58	0.642	3.92	0.494	3	0.277	3.46	0.834	4.25	0.075	3.92	0.277	3.53	0.518	4.055	0.725
Planeamento e Organização	4.085	0.733	3.75	0.886	3.28	0.755	3.475	3.4	3.68	1.214	3.75	0.886	3.42	0.787	3.23	0.752
Disciplina	3.86	1.078	3.25	0.957	3	0.816	3.66	0.815	3.90	1.162	3.25	1.299	3.5	0.866	3.665	0.866
Clima	4.15	0.86	3.53	0.967	3.53	1.151	3.9	1.150	3.50	1.366	3.61	0.961	3.46	1.330	3.71	0.566
Avaliação	4.51	2.985	3.66	0.817	2.88	0.816	3.46	0.985	4.025	1.05	3.83	0.408	3	1.264	3.86	0.945

Através de um gráfico de perfil, analisamos as concordâncias e discordâncias entre a percepção dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e dos colegas de estágio.

No gráfico 1 estão representados os valores globais por dimensão dos alunos, do professor estagiário, da professora orientadora e colegas de estágio, relativamente às suas percepções sobre a prática pedagógica do professor estagiário no primeiro momento.

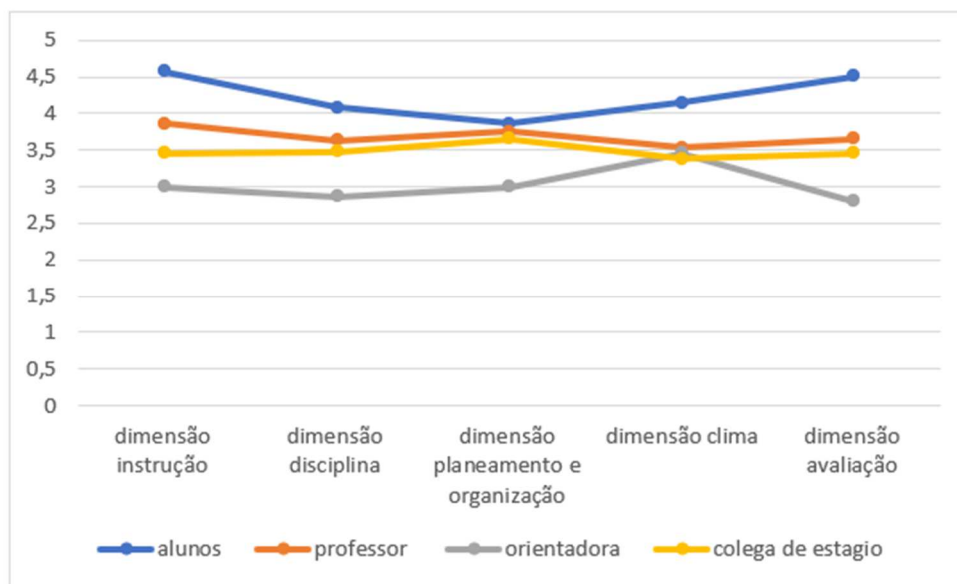


Gráfico 1 – Gráfico de Perfil sobre as percepções dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e dos colegas de estágio relativamente às dimensões do processo de ensino-aprendizagem em Educação Física no 1º momento

No gráfico 2 estão representados os valores globais por dimensão dos alunos, do professor estagiário, da professora orientadora e colegas de estágio, relativamente às suas percepções sobre a prática pedagógica do professor estagiário no segundo momento.

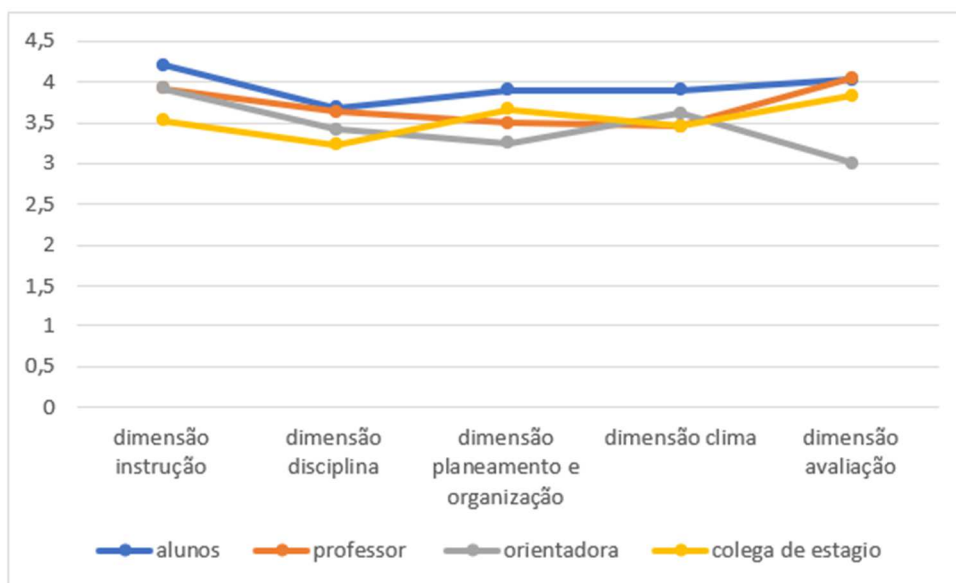


Gráfico 2 – Gráfico de Perfil sobre as percepções dos alunos, do professor estagiário, da orientadora e dos colegas de estágio relativamente às dimensões do processo de ensino-aprendizagem em Educação Física no 2º momento

Ao analisarmos os gráficos 1 e 2, podemos observar que não houve um aumento positivo em todas as dimensões ao comparar o primeiro momento com o segundo momento. Apenas dois dos intervenientes apresentaram um aumento na média.

É importante destacar que as estratégias implementadas e a maior experiência adquirida pelo professor estagiário foram fatores determinantes nos resultados obtidos, uma vez que houve uma melhoria em relação a dois fatores do estudo, mas não foi percebido pelos alunos.

Esses dois gráficos podem ser analisados de duas formas: em relação à sua forma e ao seu nível.

Os resultados nos permitem observar uma convergência no segundo momento da aplicação entre os alunos, o professor estagiário e os colegas de estágio. No entanto, há uma divergência entre a opinião da orientadora e a do professor estagiário. Além disso, podemos afirmar que a opinião dos participantes do estudo piorou do primeiro momento para o segundo em todas as dimensões.

A dimensão de planeamento e organização foi a menos bem avaliada no primeiro momento pela orientadora, enquanto a dimensão disciplina obteve resultados inferiores em todos os momentos.

As dimensões mais convergentes no primeiro momento foram a dimensão de planeamento e organização e a dimensão clima, enquanto as dimensões mais divergentes foram a dimensão instrução e a dimensão avaliação.

No segundo momento, as dimensões mais convergentes foram a dimensão clima, a dimensão disciplina e a dimensão planeamento e organização. A dimensão instrução apresentou a maior divergência.

As dimensões mais bem avaliadas em ambos os momentos foram a dimensão instrução e a dimensão avaliação. Por outro lado, as dimensões menos bem avaliadas

em ambos os momentos foram a dimensão planeamento e organização e a dimensão disciplina.

## Conclusão

Após a conclusão deste trabalho, podemos observar as diferentes opiniões dos alunos, do professor estagiário, da professora orientadora e dos colegas de estágio. Com base nos resultados obtidos no estudo, conclui-se que houve uma diminuição das percepções entre o primeiro momento e o segundo momento em praticamente todas as dimensões, por parte dos alunos. E que pelos professores estagiários, Professora orientadora e professor estagiário houve um aumento da percepção entre o primeiro momento e o segundo momento.

Ao longo do semestre, com o desenvolvimento da nossa intervenção prática e a implementação de diferentes estratégias, alguns alunos podem ter experimentado uma diminuição em certos valores, o que pode explicar a diferença nos resultados obtidos.

A inclusão da aplicação do questionário a todos os intervenientes enriqueceu este estudo, pois eles adquiriram experiência em conjunto com o professor estagiário. Concluiu-se que houve uma convergência dos grupos nas cinco dimensões no segundo momento, o que indica uma evolução do professor estagiário ao longo do ano.

É importante mencionar que, como em todos os estudos, existem limitações em termos da coerência dos alunos. Não podemos garantir que todos os alunos tenham respondido de forma verdadeira e consciente ao questionário, o que é uma limitação. Portanto, para garantir coerência em futuros estudos, sugerimos que a amostra seja maior.

Este estudo é importante para nós, pois proporciona-nos uma percepção da evolução durante o estágio e a oportunidade de avaliar, corrigir e aprimorar a nossa intervenção pedagógica. O objetivo principal foi buscar, refletir e aplicar diferentes estratégias para oferecer aos nossos alunos um ensino de qualidade.

Houve uma convergência de percepções entre o professor estagiário e os colegas de estágio, e os resultados foram mais positivos no segundo momento em comparação ao primeiro.

Em resumo, os resultados do estudo indicam uma evolução positiva do professor estagiário ao longo do ano, com uma convergência nas percepções dos alunos e uma melhoria em várias dimensões.

## Bibliografia

- Amelia M. Lee, N. C. (s.d.). Instructional Effects of Teacher *Feedback* in Physical Education (228–243). DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.12.3.228>. Journal of Teaching in Physical Education Volume 12: Issue 3 - .
- Barreiros, J. (2016). *Plano Nacional de formação de treinadores*. Lisboa: Instituto Português do Desporto e Juventude.
- Siedentop, D. (1983). *Research on teaching in physical education*. In T. Templin, & amp; J.
- Decreto-Lei nº55/2018 de 6 julho. (6 de julho de 2018). *Diário da República nº129/2018, I Série*. Lisboa: Ministério da Educação.
- Nobre, P. (2013). Investigação ação e formação de professores. Coimbra: Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Manuscrito em preparação.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto e Educação Física na UC.
- Olson. (s.d.). Teaching in physical education. Em Olson, *Teaching in physical education* (pp. 3-15). Illinois: Human Kinetics.
- Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didática em Educação Física. *Boletim SPEF, no 12 Inverno*, pp. 75-97.
- Philpot, R. W. (28 de fevereiro de 2022). Kicking at the habitus: students' reading of critical pedagogy in PETE. *Sport, Education and Society* , Obtido de <https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1733956>.
- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra. Una comparativa europea*. Secretaria d' Estat de Joventut i Esports.
- Silva, E. (2017). Calidad de la Intervention Pedagógica En El Aula, En la perspectiva del profesorado y del alumnado. *Revista Práctium 2 (2)*, pp. 18-31.
- Machado D, (2020). Perceção de estagiários e respectivos alunos e orientadores, sobre a intervenção pedagógica no contexto de aula de educação física, (Maste's Thesis, Universidade de Coimbra). Repositório institucional da Universidade de Coimbra.

## Considerações finais

Com o final do EP (estágio Pedagógico), concluímos assim aquela etapa que foi mais importante de todo o nosso percurso acadêmico. Foram, sem dúvida, um dos anos mais difíceis e intensos da nossa vida, principalmente o ano de estágio, onde tivemos a oportunidade de experienciar o mundo da docência.

O primeiro ano de mestrado permitiu-nos formar e ganhar uma ideia do que seria o EP, ideia essa que logo no início apercebemos que era diferente da realidade. Tivemos logo a percepção de que a responsabilidade e o empenho que seria necessário seria muito superior ao que tínhamos idealizado. Ao longo do EP foi necessário assumir de imediato não só uma postura proactiva, com o objetivo de procurar o conhecimento e informações. Obviamente também tivemos de demonstrar disponibilidade possível para ajudar no que fosse preciso a toda a comunidade em que estávamos inseridos.

A partilha de ideias e de experiências ao longo do EP foi fundamental ao longo do ano letivo o que nos levou a um crescimento pessoal enorme, este conhecimento veio principalmente com a professora orientadora da escola cooperante e com a professora coordenadora da faculdade, com os colegas do núcleo de estágio, com os restantes professores e, também, com os alunos.

Apesar de todos os momentos vividos durante o EP, nem todos os aspetos foram positivos no qual passamos alguns momentos em que questionamos se realmente tínhamos capacidade para concluir os estudos e todos os obstáculos que foram surgindo no nosso caminho. Não foram momentos fáceis, no qual com ajuda do grupo de estágio e todos os membros, conseguimos supera tudo isto e melhorar a cada dia que surgia algo. Este será um dos muitos momentos vividos e experienciados ao longo do EP, e a importância que o NE assume ao longo de todo o EP.

Apesar de tudo, obtivemos várias experiências que o EP, nos permitiu vivências, incluindo o conhecimento aprofundado das diferentes tarefas desempenhadas pelos diversos agentes no meio escolar. Todos, sejam decentes ou não docentes, assumem papéis muito importante neste contexto.

Sendo que houve um agente que nos chamou mais atenção, sendo o papel do DT (diretor de turma). Através do projeto de acessória, podemos acompanhar um DT, onde tivemos oportunidade de compreender a importância crucial que ele assume e o papel que desempenha ao longo do ano letivo, sendo um elo de ligação dos diferentes intervenientes.

Concluímos assim, EP com o sentido de missão cumprida no qual conseguimos transmitir alguns dos nosso conhecimentos e valores e, acima de tudo, aprendemos sobre a importância que é a profissão de professor, mais especificamente de professor de educação física. No qual iremos levar connosco conhecimentos e experiências que vão acompanhar ao longo de toda a nossa vida.



## Referências Bibliográficas

- Agrupamento de escolas José Estêvão (2019). Regulamento interno. <http://www.aeje.pt/sae/ae/Docs%20de%20Autonomia/Ri%20aeje.pdf>
- Bento, J. (1998). Planeamento e avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. (2003). Planeamento e avaliação em Educação Física. Editado por Livros Horizonte. (3ª ed.). Lisboa.
- Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física, (10/11), 135-151.
- Machado, D. (2020). Perceção de estagiários e respetivos alunos e orientadores, sobre a intervenção pedagógica no contexto da aula de educação física [Master's Thesis, Universidade de Coimbra]. Repositório Institucional da Universidade de Coimbra.
- Marques (2020) Viabilidade do planeamento por etapas: visão dos estudantes-estagiários, *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 6(1), pp. 61-67, 2020
- Nobre, P. (2013) Investigação ação e formação de professores. Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Manuscrito em preparação.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das aprendizagens no Ensino Secundário: conceções, práticas e usos (Tese de Doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto de Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra, Portugal).
- Onofre, M, & Costa, F. (1994). "O Sentimento de Capacidade Na Intervenção Pedagógica Em Educação Física." Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física, N.º 9. Inverno de 1994, pp. 15-26
- Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didática em Educação Física. Boletim SPEF, no 12 Inverno de 1995, pp. 75-97.
- Pacheco, J. (1995). Formação de professores: teoria e práxis. Braga: Universidade do Minho.
- Piéron, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas (1ª Edição). INDE Publicaciones.
- Piéron, M. (2002). Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra. Una comparativa europea. Govern D'Andorra. Secretaria d'Estat de Joventut i Esports.
- Siedentop, D. (1998). Aprender a enseñar la educación física. Barcelona: INDE.

Silva, E. R., Fachada, M., & Nobre, P. (2020). *Prática Pedagógica Supervisionada em Educação Física* (IV ed.). Universidade de Coimbra: Edição Mestrado em Ensino de Educação Edição Mestrado em Ensino de Educação Física.

Silva, E. 2017. "Calidad de La Intervención Pedagógica En El Aula, En La Perspectiva Del Profesorado y Del Alumnado." *Revista Prácticum* 2(2):18–31.

Siedentop, D. (1983). Research on teaching in physical education. In T. Templin, & J. Olson. *Teaching in physical education* (pp. 3-15). Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE.

Macedo, S., & Caetano, P. (2020). *FORMAÇÃO ÉTICA PROFISSIONAL DOCENTE: significados, trajetórias e modelos*. *Exitus*, 10, 1-30.

### Legislação

Decreto-Lei nº55/2018 do Ministério da Educação. (2018). *Diário da República: I série*, no 129

# Anexos

Anexo I- Mapa de rotação de Espaços (roulement)

**UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**Plano de Ocupação dos Espaços 2022/2023**

Tempo	Segunda				Terça				Quarta				Quinta				Sexta			
	P	GIN	EXT1	EXT2	P	GIN	EXT1	EXT2	P	GIN	EXT1	EXT2	P	GIN	EXT1	EXT2	P	GIN	EXT1	EXT2
1 - 8h25	9.9I	8.9H			7.9F	8.9J			8.9I				7.9G	6.9B			7.9I	6.9E		
2 - 9h10	7.9H	8.9H	6.9G		7.9F	8.9J			3.9 Desp	8.9I			9.9G	6.9B			7.9F	5.9F	6.9A	
3 - 10h10		7.9G	6.9C		5.9B	6.9D			3.9 Desp	6.9A			8.9H	9.9J			5.9D	9.9F		
4 - 10h55	5.9E	7.9G	5.9A		5.9B	6.9D			3.9 Desp	6.9A			8.9H	9.9J			5.9D	9.9F		
5 - 11h50	9.9G	8.9G	8.9I		7.9I				Desp	5.9C			8.9G	6.9D	8.9J		9.9H	5.9A	8.9K	
6 - 12h35	9.9G	8.9G	8.9I		7.9I				Desp	5.9C			8.9G	6.9F	8.9J		9.9H	5.9A	8.9K	
7 - 13h35																				
8 - 14h20	6.9E	5.9D			8.9K	6.9F			5.9F	5.9E			6.9C							
9 - 15h15	6.9E				8.9K	6.9F	9.9F		5.9F	5.9E	7.9H		6.9C							
10 - 16h00	DE				9.9H	6.9B	9.9J	DE			7.9H		9.9I	6.9G						
11 - 16h50	DE	DE	DE					DE					9.9I	6.9G						
12 - 17h35	DE	DE	DE					DE												

1º Semestre		2º Semestre	
1	<del>10/sep</del>	1	<del>30/sep</del>
2	<del>10/oct</del>	2	<del>1/fev</del>
3	<del>20/out</del>	3	<del>8/mar</del>
4	<del>30/nov</del>	4	<del>13/mar</del>
5	<del>21/nov</del>	5	<del>22/mar</del>
6	<del>5/dez</del>	6	<del>12/abr</del>
7	<del>16/dez</del>	7	<del>02/mai</del>
8	<del>9/jan</del>	8	<del>15/mai</del>
		9	<del>29/mai</del>

ROTAÇÕES	
Ocupação de Espaços terá duração de 2 semanas.	
A rotação deverá ser feita com a seguinte ordem:	
Com 2 Professores: de P » GIN	
Com 3 Professores: de P » GIN » EXT1	
Condições meteorológicas adversas turma partilha P	

P - PAVILHÃO
GIN - GINÁSIO
EXT - EXTERIOR

Anexo II Plano Anual

7º H	Dia da semana	1ª (19/09 - 19/10) 5 semanas		1ª (24/10 - 31/11) 2 semanas		2ª (7/11 - 16/11) 2 semanas		3ª (21/11 - 30/11) 2 semanas		4ª A (5/12 - 14/12) 2 semanas		4ª B (19/12 - 27/12) 1 semana		Espaço			
	Etapa	1ª Etapa						2ª Etapa									
	4ª F	Protocolo inicial de avaliação / Fitescola						Aprendizagem e Desenvolvimento									
	2ª F	Fit escola; Futebol; Basquetebol; Voleibol; Andebol; G.solo; G. Aparelhos; L.peso; S.cumprimento; Badminton						Futebol; Atletismo (corrida velocidade, salto em comprimento); Voleibol; badminton; Fitescola; atletismo (L.peso; Corrida obstáculos, salto em comprimento); Basquetebol e andebol; Futebol									
	4ª F	Exterior: Pavilhão, Ginásio		Basquetebol; Andebol		Exterior: voleibol; badminton		interior: Dança e Salto em altura, ginástica de solo		Ginásio		Futebol; Atletismo (corrida velocidade, salto em comprimento)		Exterior: Voleibol; badminton, Fitescola		interior	
	4ª F	G.solo; G.Aparelhos, Atletismo Salto em altura		Ginásio		atletismo (L.peso; S.cumprimento; corrida de velocidade); futebol		Exterior: Andebol, basquetebol; badminton		interior		g.solo, g.aparelhos, dança		Ginásio		Corrida obstáculos, salto em comprimento; Basquetebol e andebol; Futebol	
	Dia da semana	1ª (04/01) 1 semana		1ª (9/01 - 18/01) 2 semanas		1ª (30/01 - 15/02) 2 semanas		2ª (27/02 - 8/03) 2 semanas		3ª (13/02 - 22/03) 2 semanas		4ª (24/10 - 31/11) 2 semanas		Espaço			
	Etapa	3ª Etapa						4ª etapa									
	4ª F	Basquetebol; Atletismo (corrida de velocidade)						Aprendizagem e Desenvolvimento									
	2ª F	Basquetebol; Atletismo (corrida de velocidade)						Basquetebol e futebol; Atletismo (lançamento do peso)									
	4ª F	interior		G.aparelhos, salto em altura e dança		Ginásio		atletismo (L.peso; corrida de catapulta; corrida de 40 metros); futebol e andebol		interior		g.solo, g.aparelhos, luta e dança		Ginásio		atletismo (Salto em comprimento, corrida de velocidade, corrida de obstáculos); andebol	
	Dia da semana	5ª (27/03 - 5/04) 2 semanas		1ª (17/04 - 26/04) 2 semanas		2ª (03/05 - 10/05) 2 semanas		3ª (15/05 - 24/05) 2 semanas		4ª (29/05 - 07/06) 2 semanas		5ª (12/06 - 14/06) 2 semanas		Espaço			
Etapa	4ª Etapa						5ª etapa										
4ª F	desenvolvimento e aplicação						Desenvolvimento, consolidação										
2ª F	ginástica de solo, Dança, luta						ginástica de solo e salto em altura, luta										
4ª F	interior		G.solo; G.Aparelhos, dança, luta		Ginásio		Atletismo (corrida de obstáculos e salto em comprimento, andebol)		interior		g.solo, g.aparelhos, saltos e dança		Ginásio		atletismo (Salto em comprimento, corrida de velocidade, corrida de obstáculos); andebol		

Anexo III– Estrutura Do Plano de Aula

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

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

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

Anexo IV – Estrutura Do Relatório De aula

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

*Anexo V – Protocolo de Avaliação Inicial (AFI)*

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE JOSE ESTEVÃO  
ANO LECTIVO DE 2022/2023

PROTOCOLO  
DE  
AVALIAÇÃO INICIAL



## INTRODUÇÃO

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

Neste sentido, tornar-se relevante apresentar os objetivos da avaliação formativa inicial:

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

No seguimento destes objetivos, é importante a observação das seguintes indicações metodológicas:

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

## METOLOGIA

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

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



Figura 1 – Avaliação diagnóstica numa situação de exercício

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

## Métodos de Registro

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

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

Tabela 2 – Exemplo de critérios para ação técnica

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

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

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

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

Tabela 3 – Exemplo 1 do método de registo

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

## **Métodos de Aplicação**

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

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

## **Avaliação das Atividades Físicas e Desportivas**

### JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS

- FUTEBOL
- VOLEIBOL
- BASQUETEBOL
- ANDEBOL

### GINÁSTICA

- GINÁSTICA DE SOLO
- GINÁSTICA DE APARELHOS

### ATLETISMO


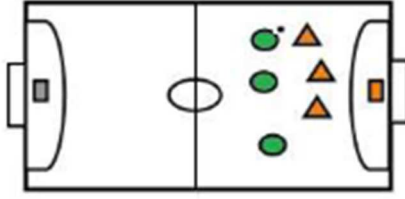
- SALTO EM COMPRIMENTO
- LANÇAMENTO DO PESO

### DESPORTOS DE RAQUETAS

- BADMINTON

## Jogos Desportivos Coletivos

### FUTEBOL

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

		FUTEBOL										
		situação A				situação B						
		Nível Introdutório				Nível Elementar						
Nº	NOVE	NÍVEL		PASSO RECEÇÃO	CORRECTA TOMADA	REMARKAÇÃO	ATAQUE			DEFESA	OBSERVAÇÕES	
		D	F				C/ BOLA	S/ BOLA	MARKAÇÃO			
							ENQ. DEFENSIVO	CORRECTA TOMADA DE INICIÇÃO	DEFENSAÇÃO	MARKAÇÃO		
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												

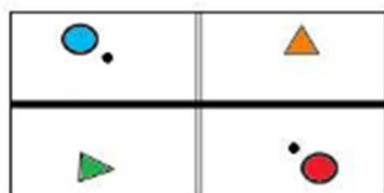
	CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	PASSE	- coloca o pé de apoio ao lado de bola. - direcciona ao colega.
	RECEÇÃO	- enquadra-se com a trajetória de bola. - controla a bola junto ao pé.
	CONDUÇÃO	- não olha directamente para a bola. - dá pequenos toques, mantendo a bola próxima do pé. - progride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

## VOLEIBOL

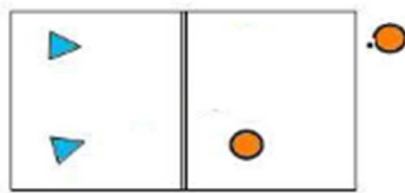
<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar as ações técnico-táticas nas situações propostas.</li> </ul>
<b>ORGANIZAÇÃO DA TURMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grupos de 2 elementos – Sit. A</li> <li>Equipas de 2 elementos – Sit. B</li> </ul>
<b>REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alunos trocam de companheiro ao sinal do professor (sit. A).</li> </ul>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolas de voleibol, rede de voleibol e pinos</li> </ul>

### ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO

**SITUAÇÃO A**



**SITUAÇÃO B**



### DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:

#### Situação A e A':

- A: em campo reduzido, jogo de cooperação 1+1 sem rede.
- Jogadas iniciam-se com toque de dedos.
- Apenas se pode realizar toque de dedos.
- A' (a 4m da rede): um dos alunos realiza serviço por baixo e o colega recebe com toque de dedos (trocam).

#### Situação B:

- Jogo reduzido (6x6) / condicionado 2x2
- Aconselha-se dar 3 toques na bola antes de a colocar no campo adversário.
- Pontos iniciam-se com serviço.

Nota: a rede encontra-se a  $\approx$  2,10 m de altura.

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

	CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	SERVIÇO POR BAIXO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- coloca o pé contrário ao braço de execução um pouco mais avançado.</li> <li>- inclina ligeiramente o tronco à frente.</li> <li>- longo e bola momentos antes de cair por baixo.</li> </ul>
	PASSE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- contacto a bola à frente e acima da testa.</li> <li>- coloca as mãos com as polgares e indicadores formando um triângulo.</li> <li>- efêuo e fluido / extensão das pernas superiores e inferiores.</li> </ul>
SITUAÇÃO B	SERVIÇO POR CIMA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- coloca o pé contrário ao braço de execução um pouco mais avançado.</li> <li>- arma o membro superior que vai efetuar o batimento atrás de cabeça</li> <li>- longo e bola na vertical e faz o batimento no ponto mais alto</li> <li>- acompanha o movimento do batimento, transformando o peso do corpo do pé de trás para a frente</li> </ul>
	RECEÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- deslocar-se e/ou colocar-se de frente e tocar na bola orientando-a para o colega a quem pretende enviá-la.</li> </ul>
	PASSE COLOCADO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- coloca a bola numa zona que é difícil e ação dos defesas (capote vazio).</li> </ul>
	REHATE EM APOIO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- contacto a bola à frente e acima da testa.</li> </ul>

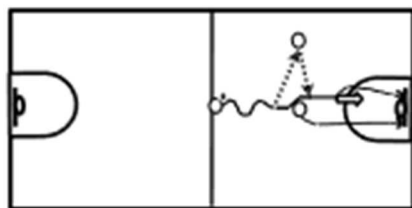


## BASQUETEBOLE

<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realizar as ações técnico-táticas nas situações propostas.</li> </ul>
<b>ORGANIZAÇÃO DA TURMA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>2 grupos, 1 em cada meio-campo. 3 elementos em prática de cada vez – Sit. A</li> <li>Equipas de 3 elementos – Sit. B</li> </ul>
<b>REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>O tempo de cada exercício é determinado pelo professor.</li> <li>Os grupos estão orientados na direção das tabelas.</li> <li>Os alunos estão em fila sendo a rotação dos alunos no exercício: A » B » C » D (vai buscar a bola e vai para o final da fila do seu grupo).</li> </ul> <p><u>Situação B:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>O tempo de cada jogo é determinado pelo professor.</li> <li>Os grupos trocam quando professor ordenar.</li> </ul>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bolas, pinos e coletes</li> </ul>

### ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO

**SITUAÇÃO A**



**SITUAÇÃO B**



### DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:

**Situação A:**

- O aluno A dribla em progressão, de seguida executa um passe para o aluno C, desmarca-se evitando o defesa passivo (aluno B), recebe o passe do aluno C e lança na passada.

**Situação B:**


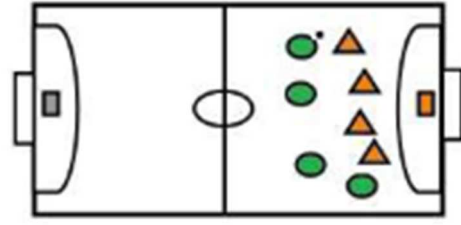
- Jogo reduzido 3X3, em cada meio campo. A equipa que recupera a posse de bola tem que sair da linha de 3 pontos para poder atacar.

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

		CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	PASSE	PEITO	- coloca os cotovelos junto ao tronco. - empurra a bola na direção do peito do companheiro.
		PICADO	- coloca os cotovelos junto ao tronco. - dirige a bola para o solo com atenção dos m.inf.
SITUAÇÃO B		RECEÇÃO	- controle e amortecimento da bola. - não olhe para a bola. - amortecimento o movimento de ressaltar da bola. - realize o movimento ao nível da cintura.
		DRIBLE	- olhe o joelho da perna livre em direção ao escudo. - visualize o lançamento com a mão do lado da perna livre.
		LANÇAMENTO NA PASSADA	- coloque a perna do seu atacante, entre você e o escudo. - antecipe-se ao defender para ganhar posição - recupere a bola
		ATITUDE DEFENSIVA	- direcional para o escudo quando ganha o posse da bola. - progride no terreno se não tem oposição.
		RESSALTO OFENSIVO	- realize passe a um companheiro desmarcado, caso não possa progridir. - lunge ao tom o escudo ao seu alcance.
		ENQ. OFENSIVO	- enfrente linhas de passe
		CORRETA TOMADA DE DECISÃO	- coloque a perna do seu atacante, entre você e o escudo. - reage ao lançamento, colocando-se entre o seu adversário direto e o escudo
	DESMARCAÇÃO		
	ATITUDE DEFENSIVA		
	RESSALTO DEFENSIVO		

## ANDEBOL



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

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

	CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	PASSE	<ul style="list-style-type: none"> <li>coloca o pé contrário à mão que tem a bola, ligeiramente mais à frente que o outro.</li> <li>arma o braço.</li> <li>rola o tronco.</li> </ul>
	RECEÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>recebe a bola com as duas mãos.</li> <li>amortiza a bola.</li> </ul>
	DRIBLE	<ul style="list-style-type: none"> <li>não olha para a bola.</li> <li>contacta a bola com a palma da mão.</li> <li>progreda no terreno.</li> </ul>
	REMATE EM SALTO	<ul style="list-style-type: none"> <li>oficia 2/3 apoia com a bola na mão.</li> <li>arma o braço no momento da impulsão.</li> </ul>
SITUAÇÃO B	REMATE EM APOIO	<ul style="list-style-type: none"> <li>coloca o pé contrário à mão que tem a bola, ligeiramente mais à frente que o outro.</li> <li>arma o braço.</li> <li>avança o pé mais recolhido, e simultaneamente rola o tronco.</li> </ul>
	ENQ. OFENSIVO	<ul style="list-style-type: none"> <li>discriminar para a bola</li> <li>quando ganha a posse de bola.</li> </ul>
	CORRETA TOMADA DE DECISÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>realiza passe a um companheiro desmarcado, caso não possa progredir.</li> <li>remata se tem a bola ao seu alcance.</li> </ul>
	DESMARCAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>afreco linha de passe.</li> </ul>
	ATITUDE DEFENSIVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>intercepta a bola, impede ou dificulta a ação adversária.</li> </ul>

## Ginástica

### GINÁSTICA DE SOLO

<b>OBJETIVOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Realizar os elementos gímnicos propostos.</li></ul>
<b>ORGANIZAÇÃO DA TURMA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Uma estação onde os alunos realizam os elementos gímnicos do NI (Sit. A)</li><li>Os alunos que conseguirem realizar os elementos do NI são solicitados a realizar, os elementos do NE (Sit. B)</li></ul>
<b>REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>O aluno que realiza o elemento gímnico ajuda o companheiro que o realiza a seguir (ordem numérica)</li><li>Apenas permanecem na estação o executante e o ajudante.</li><li>Os restantes alunos trabalham condição física ou outras situações</li></ul>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Colchões / tapete (rolo) + plinto</li></ul>
<b>ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO</b>	
<b>SITUAÇÃO A</b>	<b>SITUAÇÃO B</b>
	
<b>DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:</b>	
<b>Situação A:</b> Em exercício critério o aluno deve realizar os seguintes elementos gímnicos: <ul style="list-style-type: none"><li>passagem por pino (partindo de posição ventral no plinto ou realizando "tesoura");</li><li>rolamentos à frente engrupado;</li><li>elemento de ligação – 1/2 pirueta</li><li>rolamento à retaguarda engrupado;</li><li>posição de flexibilidade – afastamento lateral/frontal</li></ul>	
<b>Situação B:</b> Em exercício critério o aluno deve realizar os seguintes elementos gímnicos: <ul style="list-style-type: none"><li>posição de equilíbrio - avião;</li><li>pino de braços;</li><li>rolamento à frente c/ MI estendidos, afastados ou unidos</li><li>elemento de ligação – pirueta</li><li>rolamento à retaguarda c/ MI estendidos, afastados ou unidos</li><li>roda</li><li>posição de flexibilidade – ponte</li></ul>	

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

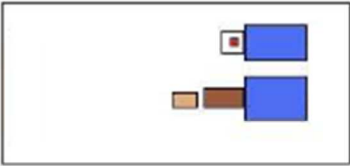
CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
PASSAGEM POR PINO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- parte de posição do dedão ventral no pino</li> <li>- deslize para apoio das mãos no solo (sem avanço dos ombros)</li> <li>- olvide as pernas para passar por pino</li> </ul>
ROL. À FRENTE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- realiza enrolamento (quadril junto ao peito, corpo fechado)</li> <li>- colocação das mãos à largura dos ombros</li> <li>- termine na mesma direção do ponto de partida</li> </ul>
1/2 PERUETA	(apenas para lição ao elemento seguinte)
ROL. À RETAGUARDA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- realiza enrolamento (corpo fechado)</li> <li>- termine na mesma direção do ponto de partida</li> </ul>
POSICÃO DE FLEXIBILIDADE	- afastamento lateral ou frontal dos membros inferiores

SITUAÇÃO A

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

CONTEÚDO	COMPONENTES CRÍTICAS
AVIÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• eleva uma perna abda em extensão</li> <li>• mantém o tronco à altura da base.</li> <li>• mantém a perna que está em contato com o chão em extensão.</li> </ul>
PINO DE BRAÇOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• realize afundo</li> <li>• coloca o corpo na vertical, com os segmentos alinhados</li> </ul>
RDL. À FRENTE (111 extensões)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• forte impulsão dos M.L.</li> <li>• apoio das mãos longe do apoio dos pés; M.L. estendidas (só se afastam no final do relaxamento)</li> <li>• flexão do tronco à frente para a impulsão dos M.S.</li> </ul>
1/4 PIRUETA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• flexão dos m.inf, seguida de forte impulsão vertical</li> <li>• corpo em extensão total</li> <li>• membros elevados superiormente</li> <li>• rotação do corpo sobre o eixo longitudinal (180°)</li> <li>• rotação em equilíbrio</li> </ul>
RDL. À RETAGUARDA (111 extensões)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• flexão do tronco sobre os M.L.; quise ao péto; mãos apoiadas no solo à largura dos ombros e viradas para a frente; manutenção do corpo bem fechado sobre si próprio durante o relaxamento; impulsão efetiva das mãos no solo</li> </ul>
RODA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• realize afundo</li> <li>• passe por pino (extensão completa)</li> <li>• termina na posição lateral em equilíbrio</li> </ul>
PONTE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantém 111 e 115 em extensão; Mantém basic elevada em relação ao solo.</li> </ul>

## GINÁSTICA DE APARELHOS

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





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

		CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	EXTENSÃO		<ul style="list-style-type: none"> <li>• corrida de balanço</li> <li>• chamada e pé juntas</li> <li>• membros superiores em elevação superior</li> <li>• membros inferiores unidos e em extensão</li> <li>• segmentos alinhados com o tronco</li> <li>• recepção equilibrada</li> </ul>
	EIXO		<ul style="list-style-type: none"> <li>• corrida de balanço</li> <li>• chamada e pé juntas</li> <li>• base acima da linha das ombros</li> <li>• m.inf alinhadas</li> <li>• recepção equilibrada</li> </ul>
SITUAÇÃO B	ENGRUPADO		<ul style="list-style-type: none"> <li>• corrida de balanço</li> <li>• chamada e pé juntas</li> <li>• realiza um fecho dos membros inferiores em relação ao tronco</li> <li>• agachio de abertura rápida</li> <li>• recepção equilibrada</li> </ul>
	SALTO ENTRE MÃOS		<ul style="list-style-type: none"> <li>• corrida de balanço</li> <li>• chamada e pé juntas</li> <li>• base acima da linha das ombros</li> <li>• trancado o aparelho com as pernas junto ao pé</li> <li>• recepção equilibrada</li> </ul>

## Atletismo


### LANÇAMENTO DO PESO

<b>OBJETIVOS/CRITÉRIOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Realizar a técnica de lançamento do peso nas situações propostas.</li></ul>
<b>ORGANIZAÇÃO DA TURMA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Os grupos são organizados pelo professor consoante a situação.</li><li>Os grupos trocam quando o professor ordenar.</li></ul>
<b>REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Os alunos só vão buscar os pesos após todos terem lançado.</li><li>Enquanto os alunos lançam, os restantes encontram-se atrás deles (restantes em outras situações de aprendizagem)</li></ul>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Pesos</li></ul>
<b>ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO</b>	
<b>SITUAÇÃO A</b> 	<b>SITUAÇÃO B</b> 
<b>DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:</b> <b>Situação A:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>O aluno lança o peso de 2 kg /3 kg, de lado e sem balanço.</li></ul> <b>Situação B:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>O aluno lança o peso de 3 kg /4 kg, de costas (duplo apoio), num círculo de lançamentos</li></ul>	

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

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

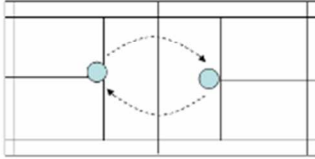
## SALTO EM COMPRIMENTO

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

ATLETISMO											
Salto em Comprimento											
SITUAÇÃO A (zona de chamada)					SITUAÇÃO B (tábua de chamada)						
NÍVEL INTRODUTÓRIO					NÍVEL ELEMENTAR						
NR	NOME	NÍVEL	CORRIDA DE BALANÇO	IMPULSÃO	VOO	RECEÇÃO	CORRIDA DE BALANÇO	IMPULSÃO	VOO	RECEÇÃO	OBSERVAÇÕES
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											
23											
24											
25											
26											
27											
28											
29											
30											

	CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A (zona de chamada)	CORRIDA DE BALANÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>corre de forma fluida</li> <li>acelera progressivamente</li> </ul>
	IMPULSÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>extensão completa do pé na impulsão</li> <li>olho e boca livres</li> </ul>
	FASE DE VOO	<ul style="list-style-type: none"> <li>mantém pé livre em elevação</li> <li>pé na impulsão estreada</li> </ul>
	RECEÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>recepção e pé juntas</li> </ul>
SITUAÇÃO B (tábua de chamada)	CORRIDA DE BALANÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>corre de forma fluida,</li> <li>aumenta a extensão nas últimas passadas</li> </ul>
	IMPULSÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>olho e boca livres</li> <li>mantém o tronco direito</li> </ul>
	FASE DE VOO	<ul style="list-style-type: none"> <li>aproxima o pé na impulsão de pé livre na fase descendente do voo.</li> </ul>
	RECEÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>toca o solo o mais longe possível, com flexão do tronco à frente.</li> </ul>

## BADMINTON

<b>OBJETIVOS/CRITÉRIOS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Realizar as ações técnico-táticas fundamentais: clear, lob, serviço, drive, remate e realiza uma correta colocação no campo e colocação do volante no campo adversário.</li></ul>
<b>ORGANIZAÇÃO DA TURMA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Os grupos são organizados pelo professor consoante a situação.</li></ul>
<b>REGRAS DE GESTÃO/SEGURANÇA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Os grupos trocam quando o professor ordenar.</li><li>O tempo de jogo é determinado pelo professor.</li></ul>
<b>MATERIAL</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Redes, raquetes e volantes</li></ul>
<b>ILUSTRAÇÃO DO EXERCÍCIO</b>	
<b>SITUAÇÃO A / B</b>	
	
<b>DESCRIÇÃO DO EXERCÍCIO:</b>	
<b>Situação A e A':</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>Numa situação de 1+1, com rede e em campo reduzido, um dos alunos realiza serviço curto/longo. A': coopera com o companheiro (distançados cerca de 6 m), batendo e devolvendo o volante, executando as técnicas de lob e clear.</li></ul>	
<b>Situação B:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>Numa situação de 1x1, desloca-se e posiciona-se corretamente, para devolver o volante, utilizando diferentes tipos de batimentos lob, clear, amorti, drive e remate.</li></ul>	

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

		CONTEUDO	COMPONENTES CRÍTICAS
SITUAÇÃO A	SERVIÇO		<ul style="list-style-type: none"> <li>- adianta o pé heterolateral à mão da raquete.</li> <li>- bater o volante abaixo da cintura.</li> </ul>
	CLEAR		<ul style="list-style-type: none"> <li>- bate o volante por cima da cabeça e à frente do corpo.</li> </ul>
	LOB		<ul style="list-style-type: none"> <li>- bate o volante abaixo da cintura.</li> <li>- afunda com o pé homolateral à mão da raquete.</li> </ul>
SITUAÇÃO B	AMORTI		<ul style="list-style-type: none"> <li>- coloca o volante junto à rede.</li> </ul>
	DRIVE		<ul style="list-style-type: none"> <li>- encosta o batimento à frente do corpo.</li> <li>- coloca a cabeça da raquete paralela à rede.</li> <li>- imprime ao volante uma trajetória íngreme.</li> </ul>
	REIMATE		<ul style="list-style-type: none"> <li>- omite o braço.</li> <li>- bate o volante acima da cabeça e à frente do corpo.</li> <li>- imprime ao volante uma trajetória descendente e rápida.</li> </ul>

## Avaliação da Aptidão Física

### BATERIA DE TESTES FITescola

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

- Aptidão Aeróbia (vaivém ou milha<sup>2</sup>)**



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



- Aptidão Muscular (Abdominais, Flexões de braços, Impulsão horizontal, Flexibilidade dos ombros, Flexibilidade dos membros inferiores e 40 m)**



<sup>2</sup> No caso de condição clínica que o exija



## **Conclusão**

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

## **Bibliografia**

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

Anexo VI - Grelha de avaliação Sumativa

Andebol	Remate em salto	Drible	Receção	Desmarcação	Enquadramento Ofensivo
1-					
2-					
3-					
4-					
5-					
6-					
7-					
8-					
9-					
11-					
12-					
13-					
14-					
15-					
16-					
17-					
18-					
19-					
20-					
21-					
22-					
23-					
24-					
25-					
26-					
27-					
28-					

Anexo VII - “A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física – Alunos”

**QUESTIONÁRIO**

Código: \_ \_ \_ \_ \_

**“A intervenção pedagógica do aluno de Educação Física”**

Com este questionário procuramos perceber a forma como pensas, sentes e vives as aulas de Educação Física. Este questionário é anónimo e não existem respostas certas ou erradas, pelo que te pedimos que sejas o mais sincero possível.

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

Para responder, basta colocar um (x) na opção que consideras mais adequada.

Data de resposta: \_\_\_\_\_  
 Sexo: Masculino  Feminino   
 Idade: \_\_\_\_\_  
 Turma: \_\_\_\_\_

**1ª PARTE - GRUPO I**

O professor nas aulas de Educação Física...

1. ... planifica a matéria, de forma lógica.
2. ... apresenta os conteúdos, de forma ajustada ao nível de conhecimento dos alunos.
3. ... apresenta, de forma clara, no início do ano letivo, as regras e o programa da disciplina.
4. ... informa, claramente, sobre o processo de avaliação (critérios de avaliação, momentos de avaliação).
5. ... cumpre o horário da aula.
6. ... é assíduo.
7. ... mantém a turma controlada.
8. ... informa o aluno sobre o que faz bem ou mal, na aula.
9. ... dá ritmo e entusiasmo às aulas.
10. ... conhece a matéria que está a ensinar.
11. ... aceita as novas ideias dos alunos.
12. ... gasta muito tempo em explicações, sobrando pouco tempo para a prática.
13. ... dá a matéria de forma a que os alunos consigam fazer a ligação com o que já aprenderam.
14. ... é justo e coerente nas decisões que toma perante comportamentos de indisciplina.
15. ... é justo nas avaliações.
16. ... por vezes, zanga-se com algum aluno, sem razão para tal.
17. ... encoraja os alunos.
18. ... dá especial atenção aos alunos com mais dificuldade.
19. ... estimula a que cada aluno se responsabilize pelos seus atos.
20. ... estimula a intervenção do aluno e a apresentação das suas ideias.
21. ... corrige os alunos ao longo da aula.
22. ... relaciona-se muito bem com os alunos.
23. ... por vezes, permite comportamentos de indisciplina.
24. ... estimula uma boa relação entre todos os alunos da turma.
25. ... preocupa-se em relacionar as novas aprendizagens com as já aprendidas.
26. ... preocupa-se em propor exercícios diversificados e motivadores.
27. ... preocupa-se em tratar os alunos de forma igual.
28. ... previne comportamentos de indisciplina.
29. ... coloca questões aos alunos fazendo-os refletir sobre a matéria que está a ensinar.
30. ... faz um resumo da matéria no início e no final da aula, para saber o que os alunos aprenderam.
31. ... utiliza diferentes formas de avaliação (teste escrito, trabalhos, relatórios, questionamento, etc.).

	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	1	2	3	4	5

32. ... apresenta, de forma clara aos alunos, os resultados da avaliação.
33. ... foca a sua avaliação nas matérias dadas.
34. ... é claro quando corrige os alunos.
35. ... dá informações decisivas para a melhoria das aprendizagens dos alunos.
36. ... trata os alunos com respeito.
37. ... utiliza a demonstração (exemplifica) na apresentação dos exercícios.
38. ... utiliza diferentes formas para ajudar os alunos nas suas aprendizagens.
39. ... utiliza os melhores alunos para auxiliarem na aprendizagem dos colegas.
40. ... certifica-se se os alunos saem da aula sem dúvidas.
41. ... corrige os alunos nas aulas de avaliação, para que tenham melhores resultados.
42. ... mostra-se disponível para auxiliar os alunos no final das aulas.
43. ... motiva os alunos para que eles pratiquem desporto para além da aula/escola (tempos livres).
44. ... utiliza TIC's (tecnologias de informação e comunicação) durante as aulas.

	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	1	2	3	4	5

**GRUPO II**  
**1º PARTE - Opinião do aluno**

1. Considero ser importante ter aulas de Educação Física.
2. Comparando com o resto das disciplinas, penso que a Educação Física é uma das mais importantes.
3. Penso que as coisas que aprendo em Educação Física ser-me-ão úteis ao longo da vida.

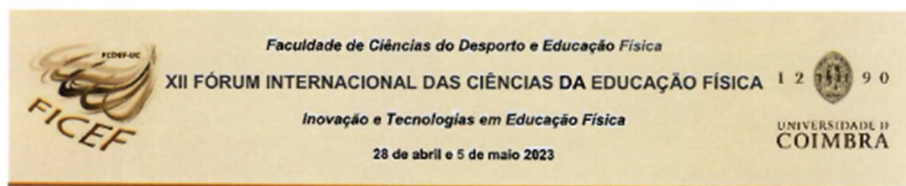

**2º PARTE - Sentimentos**

1. Das seguintes opções, o que sentes quando pensas em relação a Educação Física (coloca um círculo apenas em uma opção):
 

a) Aprendizagem   b) Gosto   c) Monotonia   d) Pavor   e) Prazer   f) Inação   g) Diversidade   h) Repetição   i) Obrigação  
j) Necessidade   l) Outro: \_\_\_\_\_
- 1.1. Apresenta a razão principal desse sentimento: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- 1.2. Propõe a principal mudança que gostavas de ver nesta disciplina: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Obrigado pela colaboração!

Anexo VIII - Certificado "XII Fórum Internacional Das Ciências Da Educação Física"



## DIPLOMA

*Hárisi Leonid Iofka*

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  
Nam. de Identificação: 05333351  
Data: 2023.06.13 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 IX Certificado“ Congresso De Ciências do Desporto e Educação Física dos Países de Língua Portuguesa”



# CERTIFICADO

O Comité Olímpico de Portugal confere o presente Certificado a

**Moisés Lopes**

pelo trabalho desenvolvido na promoção da Educação Olímpica através da implementação do projeto **Olimpíada Sustentada – a equidade não tem género**

Lisboa, 2 de junho de 2023



José Manuel Constantino  
Presidente do  
Comité Olímpico de Portugal



[www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt](http://www.eduolimpica.comiteolimpicoportugal.pt)