

## 1. Introdução

O desporto, e a actividade física a si associada, é um dos fenómenos sociais conciliadores da estratificação de classes presentes em qualquer sociedade. Um ditado popular diz-nos que “um homem pode mudar de partido, emprego ou mesmo de mulher, mas nunca muda de Clube”. Sem querer entrar numa larga discussão sobre a pertinência desta afirmação, ela apenas deve ilustrar a importância que o desporto representa para a sociedade em geral, independentemente do seu género, do seu estrato social ou das suas crenças.

Num contexto social, devemos reflectir sobre quais as implicações que o desporto tem nos indivíduos que com ele se relaciona. “Mente sã em corpo sã”<sup>1</sup> é uma velha afirmação para a necessidade da prática desportiva. Nas sociedades actuais, o papel do desporto ganha uma importância fundamental (inclusão social, obesidade).

A educação física leccionada nas escolas é também um importantíssimo vector da educação. No processo de ensino - aprendizagem, a educação física pode contribuir para um desenvolvimento mais coerente da formação da personalidade. A tomada de riscos, decisões e espírito de equipa são uma constante na prática de qualquer modalidade desportiva e podem privilegiar a aquisição comportamentos/competências que permitam um desenvolvimento das capacidades de interacção social na criança ou adolescente. A natureza mais lúdica e a interacção que o desporto proporciona pode permitir que adquira um poder muito forte junto dos sistemas sócios – culturais. Também no mundo empresarial o desporto já é reconhecido como um instrumento de aquisição e treino de competências organizacionais que posteriormente poderão ser transferidas para o contexto de trabalho, por outras palavras o desporto é já um instrumento de coaching<sup>2</sup>. Assim, os processos de formação contínua para os seus quadros ganham cada vez mais aceitação pela comparação psicológica permitida em relação aos processos de gestão e tomada de decisões de alto risco, dando como exemplo a formação de competências organizacionais em meio outdoor e recorrendo a actividades desportivas tanto em voga nos dias de hoje.

Exceptuando os equipamentos que servem de suporte físico à prática desportiva, podemos afirmar que a educação física é basicamente um serviço. Um serviço pode ser

---

<sup>1</sup> Expressão usada no conceito de desporto da era industrial, em que o homem era interpretado como um relógio;

<sup>2</sup> Segundo Rego, Cunha, Oliveira e Marcelino (2004) o coaching leva à tomada de consciência, potencializa escolhas e leva a mudanças. O coaching libera o potencial da pessoa para maximizar o desempenho. Mais que ensinar, ajuda as pessoas a aprender.

entendido como acções, esforços ou desempenhos. Tendo como base a tangibilidade, bens (objectos expostos ou coisas) puros são predominantemente tangíveis e serviços puros são intangíveis. Os mais tangíveis são produtos<sup>3</sup> cujas propriedades físicas podem ser sentidas, degustadas e parecem proceder a decisão de compra do cliente (sal, refrigerantes, automóveis). Os menos tangíveis são produtos que não têm propriedades físicas que os clientes possam sentir antes da decisão de compra (consultadoria e acima de tudo o ensino) (K. Douglas Hofman e John E. G. Batson 2003). O serviço do processo ensino – aprendizagem está já dotado de profissionais bastante qualificados, ou seja, existem vários níveis de aquisição de conhecimentos especializados para que a prestação do serviço seja efectuada por professores com conhecimentos e capacidades para tal. A qualificação dos professores é já um passo importante para que o serviço seja percebido por todo o contexto escolar com um valor adicional em termos de qualidade. A introdução do factor qualidade na gestão dos serviços educativos deve ser percebida como fundamental.

Se assumirmos a qualidade no processo de ensino – aprendizagem, esta não deve ser vista única e exclusivamente sob a perspectiva de zeros defeitos, mas sim como a diferença entre as expectativas criadas pelo consumidor quando toma conhecimento do serviço e a satisfação final que ele próprio avalia (Parasuraman, 1985), contextualizando, a diferença entre as expectativas criadas pelos alunos quando têm conhecimento da educação física e a satisfação final que os próprios alunos avaliam. Se esta diferença entre expectativas e satisfação for nula ou maior que zero então o serviço é percebido com qualidade.

$$\text{Qualidade} = \text{Satisfação} - \text{Expectativas}^4$$

(Sá e Sá 2009)

Mas como quantificar qualitativamente o trabalho do professor na sala de aula? Será o aluno autónomo suficiente para conseguir medir a sua satisfação?

Quem é de facto o consumidor do serviço educativo? Os alunos? Os pais? A sociedade? Até podem ser todos e a fórmula deve ter em consideração as expectativas destes três agentes.

Quer pela complexidade desta discussão, quer por fugir um pouco ao âmbito do relatório irei deixar para oportunidades futuras a discussão mais profunda do mesmo.

---

<sup>3</sup> Refere-se tanto a bens como a serviços.

<sup>4</sup> Equação geral de Qualidade

## 2. Definição de Objectivos

### 2.1 Estagiário

O paradigma da educação foi fortemente transformado durante as últimas décadas. Vários foram os factores que para tal contribuíram, no entanto, a globalização – aqui entendida como uma compressão do espaço e tempo (tal como Harvey 2005 e Giddens 1996 a definiram) – exige ao indivíduo global uma maior capacidade e velocidade de adaptação à realidade.

Assim a escola do século XXI deve ter por missão preparar os alunos para uma sociedade onde a incerteza é crescente, de modo que os custos de adaptação sejam menores e os indivíduos menos sujeitos à doença do Choque Futuro (Toffler 2001).

Neste sentido, ao pedagogo moderno exige-se que deixe de transmitir um conjunto de informações/conhecimentos devendo passar a possuir um papel de facilitador do processo de aquisição de novas competências. Urge portanto preparar profissionais cada vez mais completos e versáteis.

Dito isto, o meu objectivo não poderá ser outro que não evoluir de forma sólida e sustentável no campo do ensino e ganhar cada vez mais competências que me tornem um profissional mais completo e por consequência um Homem melhor.

Com este estágio tinha definido como **objectivos imediatos**:

- Leccionar;
- Consolidar o máximo de competências científicas e pedagógicas que me fossem possíveis (planear diversas Unidades Didácticas (U. D.), trabalhar no desenvolvimento de progressões pedagógicas, trabalhar todas as categorias de forma transdisciplinar, entre outras);
- Perceber os processos e funcionamentos da escola e articular a docência com as outras dimensões associadas aos modernos processos de ensino – aprendizagem;

E **objectivos mediatos**:

- Compreender, viver e interiorizar as competências de um professor de Educação Física integrado em todo o contexto escolar;
- Ganhar mais valias que me permitissem ser um Homem mais completo;
- Contribuir para o desenvolvimento do departamento de Educação Física da escola;

- Conseguir uma evolução consistente nos domínios psicomotor, cognitivo e afectivo dos alunos, elevando a minha experiência no contacto e compreensão dos alunos.

## 2.2 Escola

*A escola pretende pensar-se e agir com a finalidade de:*

- *Promover a formação integral dos alunos, enfatizando valores humanos de defesa e salvaguarda da vida, da integridade física, psicológica e moral, de promoção do respeito por si e pelos outros e de valores de justiça, honestidade, liberdade e verdade.*
- *Desenvolver nos alunos atitudes e auto-estima, de respeito mútuo e regras de convivência que contribuam para a sua educação como cidadãos tolerantes, justos e autónomos, organizados e civicamente responsáveis.*
- *Assegurar a formação escolar prevista para o terceiro ciclo e secundário tendo em conta os interesses e características dos alunos e o seu contexto cultural e social.*
- *Promover nos alunos o gosto pela construção autónoma dos seus saberes.*
- *Promover a igualdade de oportunidades de sucesso escolar, visando minimizar dificuldades específica de aprendizagem e integração escolar e desigualdades culturais, económicas e sociais.*
- *Contribuir para a melhoria a qualidade de vida, promovendo hábitos de vida saudáveis.*
- *Proporcionar espaços de formação para toda a comunidade escolar.*

*Objectivos gerais:*

- *Criar as condições que asseguram a estabilização e o desenvolvimento do Projecto Educativo da Escola, que aglutina diversas iniciativas e desenvolvimentos expressos nas diversas cláusulas a seguir;*
- *Garantir, de uma forma coerente e sustentada, uma progressiva qualificação das aprendizagens e do percurso educativo dos alunos;*
- *Apostar na qualidade do sucesso educativo;*
- *Valorizar os saberes e aprendizagem;*
- *Incrementar a visão integrada de Currículo e Avaliação;*

- *Valorizar as diferentes componentes e áreas de currículo;*
- *Promover a participação e desenvolvimento cívico;*
- *Enfatizar a articulação departamental e intra-departamental (diferentes grupos disciplinares);*
- *Apostar na coerência e sequencialidade entre ciclos e a articulação destes com o ensino secundário;*
- *Valorizar as componentes experimentais, bem como as dimensões artísticas, culturais e sociais;*
- *Rentabilizar a distribuição do serviço lectivo, tendo em conta critérios pedagógicos.*
- *Garantir a Equidade e Justiça;*
- *Incentivar a articulação/ligação com as famílias;*
- *Garantir que a concepção, planeamento e desenvolvimento da actividade tem em conta as linhas e princípios orientadores do Projecto Educativo;*
- *Assegurar uma gestão equilibrada e eficaz dos Recursos Humanos;*
- *Apostar na qualidade, utilização e acessibilidade dos recursos;*
- *Promover a motivação e empenho de todos*
- *Incentivar a abertura à Inovação;*
- *Desenvolver parcerias, protocolos e projectos com parceiros exteriores à escola, quer no âmbito nacional quer internacional;*
- *Promover a avaliação interna e externa da escola;*
- *Criar / desenvolver um Centro tecnológico através do qual se pretenderá atingir os seguintes objectivos:*
  - *Impulsionar o sucesso educativo dos alunos com a utilização das novas tecnologias;*
  - *Integrar professores no uso pleno das novas tecnologias em aula;*
  - *Fomentar a investigação de novas tecnologias aplicadas ao ensino/aprendizagem;*
  - *Promover a investigação de novas tecnologias aplicadas a alunos com Necessidades Educativas Especiais;*
  - *Combater a info - exclusão na sociedade local;*
  - *Desenvolver programas técnico-pedagógicos para alunos com Necessidades Educativas Especiais;*

- *Estabelecer parcerias com instituições e empresas locais.*

*Objectivos operacionais:*

- *Erradicar o absentismo e o abandono escolar para 0%.*
- *Diminuir em 20% a taxa de insucesso escolar no final no 7º, 8º e 9º anos de escolaridade.*
- *Aumentar o número de alunos que transitam com zero níveis negativos nas Áreas Curriculares Disciplinares.*
- *Diminuir em 20% o número de alunos que transitam com dois ou mais níveis negativos nas Áreas Curriculares Disciplinares, no 7º ano.*
- *Diminuir em 15% o número de alunos que transitam com dois ou mais níveis negativos nas Áreas Curriculares Disciplinares, no 8º ano.*
- *Diminuir em 10% o número de alunos que transitam com dois ou mais níveis negativos nas áreas Curriculares Disciplinares, no 9º ano.*
- *Reduzir, no 7º ano de escolaridade, a taxa de insucesso em 10% nas disciplinas de Matemática, Língua Portuguesa e Inglês.*
- *Reduzir, no 9º ano de escolaridade, a taxa de insucesso em 5% nas disciplinas de Matemática, Língua Portuguesa e Línguas estrangeiras.*

*No ensino Secundário:*

- *Tender para a 0% a taxa de abandono escolar.*
- *Diminuir a taxa de insucesso escolar em 10%, nos cursos científico - humanísticos, não descurando uma aferição dos resultados obtidos nas classificações internas com as classificações de Exame.*
- *Atingir a taxa global de sucesso escolar em valores iguais ou superiores a 80%;*
- *Diminuir a taxa de insucesso em 10% nas disciplinas de filosofia, Matemática, Línguas Estrangeiras e Físico-Química.*

*Reduzir a diferença entre as percentagens de aulas previstas e dadas de modo a atingir 100%<sup>5</sup>*

---

<sup>5</sup> Retirado do Projecto Educativo da escola Quinta das Palmeiras ano lectivo 2008/2009

De modo a contextualizar/guiar a leitura do relatório, a partir deste ponto foi preparada uma pequena abordagem aos conteúdos, explicando o seu encadeamento lógico.

- 1) Apresento o planeamento geral (anual e da unidade didáctica), comum às duas turmas, caracterizo a faixa etária e por fim defino estratégias comuns de enquadramento metodológico;
- 2) De seguida enquadro a turma do 12º D, a metodologia utilizada com a foto da turma, as aulas previstas e as que efectivamente foram leccionadas<sup>6</sup>, explico a minha relação com os alunos<sup>7</sup>, caracterizo a turma e descrevo o planeamento anual da mesma. Depois do planeamento anual apresento a calendarização<sup>8</sup> e por fim demonstro a elaboração das várias unidades didácticas leccionadas para a turma.
- 3) No seguimento do ponto anterior, uma vez que dei aulas a duas turmas, sigo o mesmo encadeamento do ponto anterior para a segunda turma (11ºC);
- 4) Por último, faço um balanço geral dos aspectos positivos e negativos, as conclusões gerais do estágio e as principais recomendações relativas ao trabalho desenvolvido ao longo do ano.

---

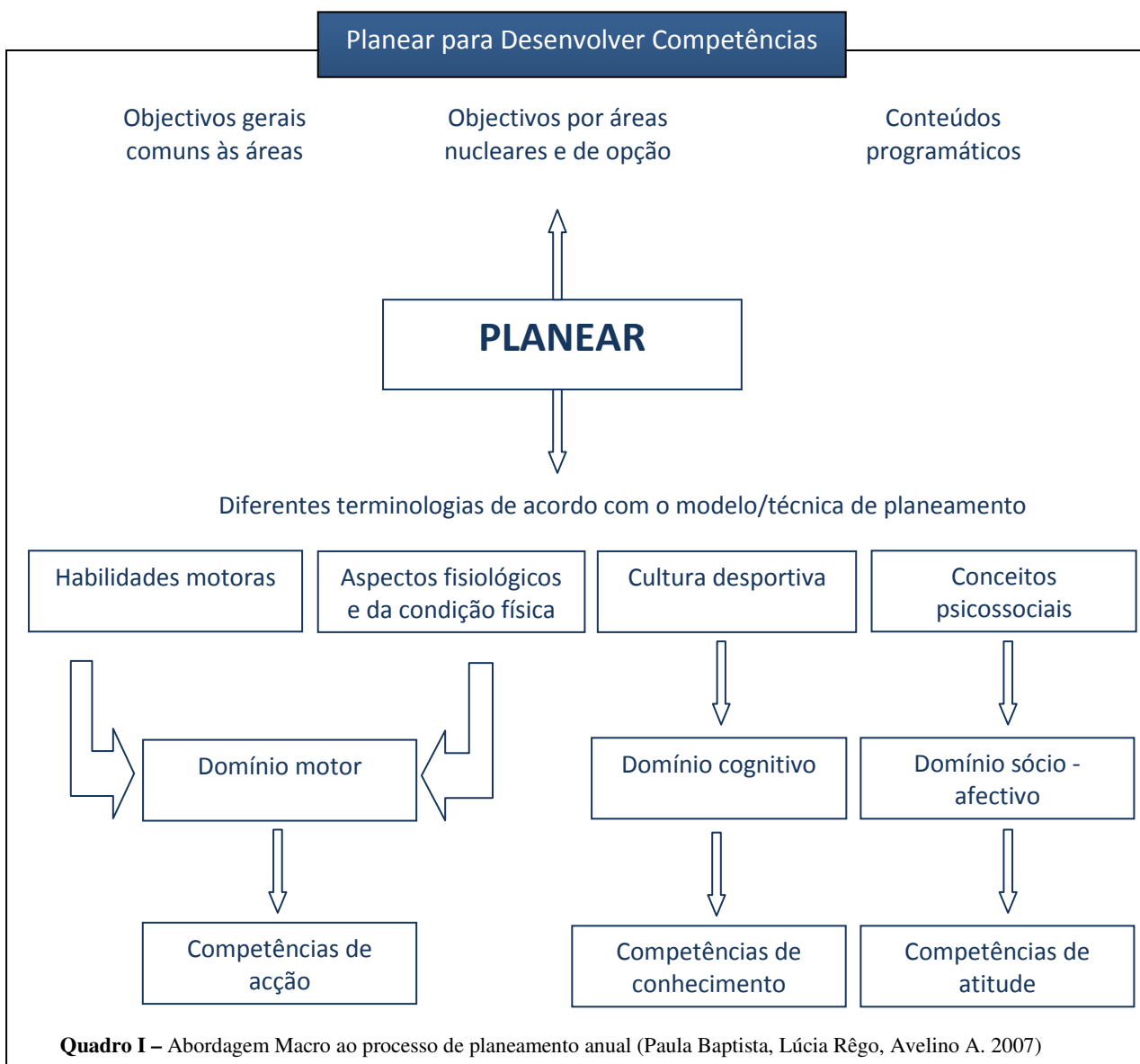
<sup>6</sup> Nos objectivos da escola, as aulas previstas devem ser as aulas dadas.

<sup>7</sup> De forma a não repetir ideias faço neste ponto referência à postura própria que tenho com os alunos em geral.

<sup>8</sup> Caracterizada por semanas.

**3. PLANEAMENTO**

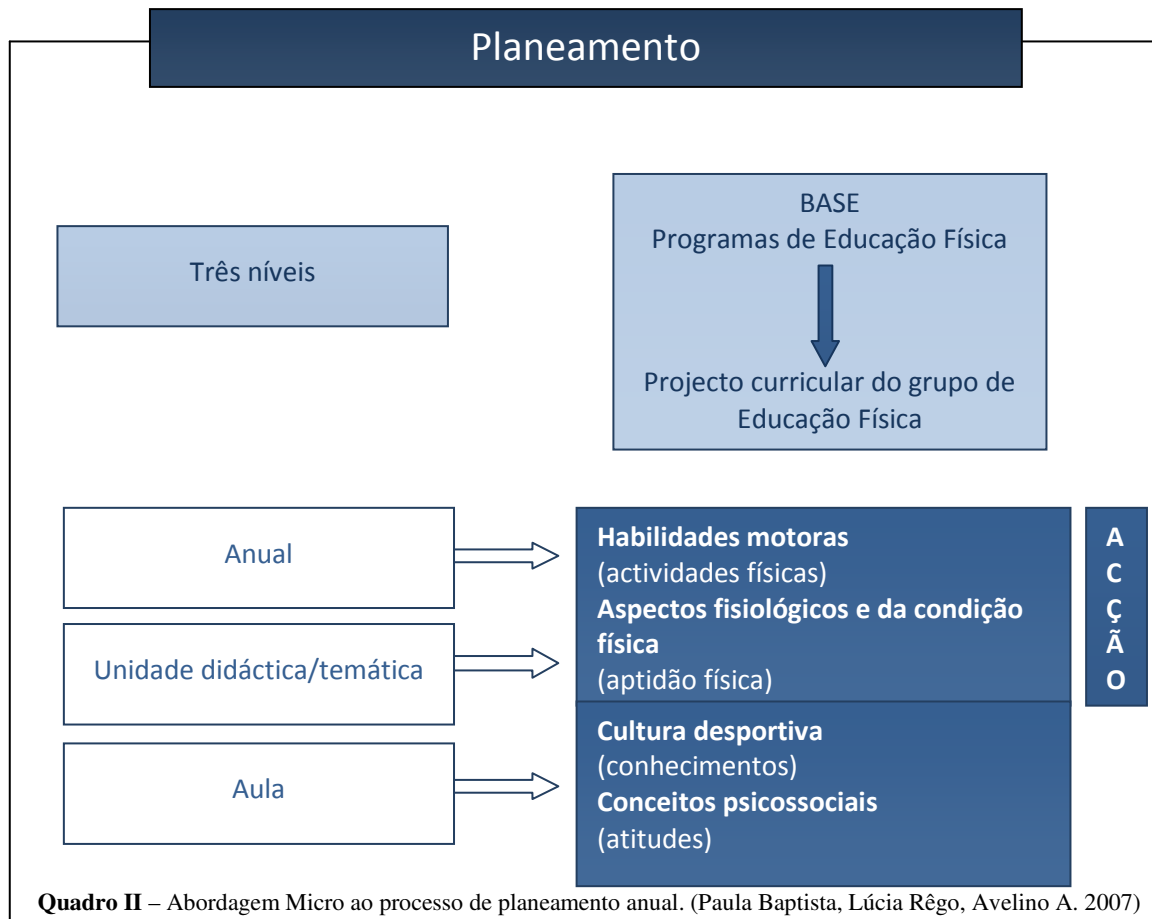
“ O verdadeiramente importante é que pouco a pouco pensemos sobre como podemos ser mais reflexivos nos nossos planeamentos, mais críticos e construtivo do ponto de vista curricular, de forma que possamos conseguir a autonomia e a riqueza que a flexibilidade do *curriculum* em Educação Física nos permite, abarcando novas possibilidades de enfrentar as actividades físicas e desportivas que se adequam às tendências sociais actuais e dotemos as escolas de forma a assumir novos reptos, em benefícios de uma **Educação Física educativa e adaptada aos alunos de uma sociedade futura** ”<sup>9</sup>. (Ramirez, 2000).



**Quadro I** – Abordagem Macro ao processo de planeamento anual (Paula Baptista, Lúcia Rêgo, Avelino A. 2007)

<sup>9</sup> Embora não seja capaz de delinear que sociedade futura poderá ser, posso dizer que o caminho para o qual as tendências de hoje apontam é que ela será mais global e as transformações serão mais frequentes, promovendo uma separação mais abrupta entre “perdedores” e “ganhadores”.

Partindo da concepção holística de ser humano, tentei - pese embora as dificuldades que estes processos nos apresentam – que as actividades propostas nas aulas de Educação Física fossem não apenas complementares, mas que reforçassem o carácter transdisciplinar da aquisição de competências (como iremos ver mais à frente).



### 3.1 Planeamento Anual

Análise/Tomada de Decisões (professor)

- Avaliação diagnóstica (concentrada ou não) – acção, conhecimento e atitudes (protocolos)
- Selecção de matéria;
- Planeamento integrado das várias categorias transdisciplinares (domínios/áreas/competências)
- Definição de objectivos intermédios e terminais;
- Avaliação formativa e final (protocolos);
- Escolha de metodologias de intervenção para as várias categorias transdisciplinares (domínios/áreas/competências).

A elaboração do plano de actividades anual teve em consideração vários factores tais como, proporcionar um desenvolvimento das capacidades motoras, sócio - afectivas e cognitivas.

A escolha das modalidades teve em conta várias condicionantes, que passo a referir de seguida:

- As unidades didácticas escolhidas foram de encontro com o Programa Nacional de Educação Física que nos diz: 2 jogos Desportivos colectivos, 1 Ginástica ou Atletismo, 1 Dança e 2 Outras (Raquetas, Combate, Natação, Patinagem, Actividades Exploração Natureza, entre outras).
- O planeamento de modalidades presentes na escola, elaborado pelo departamento de Ciências do Desporto, foi outro ponto tido em consideração. Para cada ano de escolaridade existe um determinado intervalo de aulas para cada modalidade. Existe também as actividades alternativas, onde o professor pode decidir qual a modalidade a realizar.
- Tendo em consideração as 6 modalidades do ensino Secundário presentes no Programa Nacional de Educação Física, de modo a possibilitar uma melhor evolução e aprendizagem por parte dos alunos, optamos por colocar em cada período duas dessas actividades. Assim, os alunos têm um contacto contínuo num curto espaço de tempo, de modo a otimizar o desenvolvimento das capacidades do aluno.
- O sistema de rotatividade na utilização dos espaços<sup>10</sup>, foi outra das condicionantes nas escolhas do planeamento anual. As modalidades foram encaixadas no espaço que melhor se destina à sua prática.
- As condições atmosféricas são outra condicionante dentro do planeamento anual visto que, a aula apenas será leccionada no exterior se as condições climatéricas permitirem.
- Os 2 jogos de desporto colectivo foram postos a votação dentro de cada turma de modo a ser uma escolha democrática e justa para todos os alunos. Esta estratégia foi também no sentido de ir ao encontro das expectativas e motivações dos alunos.

---

<sup>10</sup> Instalações desportivas da escola

### 3.2 Planeamento Unidade Didáctica

Análise/tomada de decisões (professor)

- Avaliação diagnóstica (se a opção for a realizar no início de cada unidade) – acção, conhecimentos e atitudes;
- Extensão e sequência de conteúdos – para todas as categorias transdisciplinares (domínios/áreas/competências);
- Definição de objectivos finais;
- Protocolo de avaliação final;
- Selecção das progressões pedagógicas.

“A unidade didáctica é um instrumento do planeamento das aulas de Educação Física. São um conjunto de orientações para que seja possível atingir os objectivos definidos. A U. D. é subdividida em conjuntos de blocos de aulas denominados Unidades de Ensino (UE), devendo estas corresponder ao que havia sido planeado na UD.

A elaboração de uma U.D. seguiu seguir os seguintes passos:

1. Identificação da população alvo:

Nível de ensino; Número de alunos; Género; Idade; Outros aspectos que pareça, relevantes como a presença ou não de alunos com necessidades educativas especiais ou alunos com estatuto de alta competição etc.

2. Recursos: enumeração dos recursos existentes na escola ao nível de:

Recursos materiais: instalações (pavilhão; ginásio; etc.); materiais moveis como por exemplo: bolas; colchões etc.

Recursos temporais: tempo lectivo, fazendo um calendário de aulas prevendo o número disponível de aulas (contabilizando os feriados as férias etc.)

Recursos humanos: número de auxiliares educativos que poderá influenciar por exemplo a gestão do balneário.

3. Definição de objectivos ao nível do domínio:

Sócio - afectivo;

Cognitivo;

Domínio psico-motor;

Estes objectivos foram retirados do Programa Nacional de Educação Física.

4. Estruturar e sequencializar os conteúdos a abordar. Esta sequencialização deverá ter em consideração uma ordem lógica de ensino – aprendizagem, respeitando as progressões pedagógicas.
5. Métodos de controlo de processos. Que passam essencialmente por três processos de avaliação:
  - Avaliação diagnóstica: que será das primeiras acções a realizar pelo professor aquando da primeira aula no sentido de perceber não o nível de cada aluno mas o nível médio da turma, percebendo as dificuldades, as potencialidades e as necessidades da turma. Desta forma, a U.D. poderá ser reformulada em função destas necessidades.
  - Avaliação formativa: é a avaliação que realizamos individualmente todas as aulas aos diferentes domínios (sócio - afectivo; cognitivo e psicomotor) do aluno e que nos possibilitará realizar constantes adaptações ao programado com vista ao melhor rendimento dos alunos e conseqüente melhoria do processo de ensino - aprendizagem levando ao sucesso escolar. É esta avaliação que possibilitará e facilitará ao professor a tarefa de atribuir uma classificação ao aluno.
  - No final procede-se a nova avaliação diagnóstica, a qual se denomina de avaliação sumativa. É em tudo semelhante à primeira, o objectivo desta não será avaliar o nível médio inicial mas sim o final, procurando obter os resultados de aprendizagem.
6. Explicitar as estratégias de abordagem da U.D., este ponto deverá explicitar o modo como as U.E. serão abordadas. Deverá explicitar o plano de aula e a estrutura da aula; a abordagem metodológica que o professor irá realizar; e algumas estratégias para controlar as dimensões clima, de gestão da aula, entre outras.” (Adriano J. R. Júnior, Caio M. Costa, Fábio L. D’angelo 2008).

### 3.2.1. Caracterização do grupo de trabalho

Até Rosseau no século XVIII, a infância não era perspectivada como um período de desenvolvimento diferenciado com especificidade própria, as crianças eram vistas como adultos em miniatura. Esta ideologia foi sendo contrastada com diversas concepções sobre o desenvolvimento que demonstram que o ser humano está em permanente evolução ou seja, desenvolvimento. O desenvolvimento envolve vários factores: motores, psicológicos, intelectuais e sociais.

#### Desenvolvimento Motor (período dos 16 aos 20 anos)

- As estruturas bio-fisiológicas tornam-se mais firmes, mas as extremidades ósseas mantêm-se em crescimento;
- Aumenta a resistência geral ao esforço;
- Verifica-se uma melhoria do tempo de reacção;
- A força muscular acompanha o grau de crescimento e de desenvolvimento geral;
- Desenvolvem-se progressivamente as qualidades de coordenação, que permitem uma participação agradável e satisfatória naquilo que, correspondendo à sua vontade pelo movimento, tem para si uma expressão máxima no jogo;
- Aumenta consideravelmente a amplitude de atenção: o aluno pode agora ouvir e seguir mais indicações (sem excessos) e fixa mais facilmente;
- No que diz respeito à maturidade dos alunos, poder-se-á dizer que os mesmos apresentam um nível satisfatório, tendo como relação a média de idades (17,3 anos).
- Neste período a actividade nervosa superior assume uma relação mais equilibrada entre os processos de excitação e de inibição, o que garante uma mais fácil assimilação e execução dos movimentos.

#### Desenvolvimento Psicológico (período dos 16 aos 20 anos)

- A educação sexual é manifestada de uma forma espontânea. Falam à vontade de assuntos sexuais entre eles, mantendo contudo alguma reserva na presença do adulto/professor;
- Reforço das necessidades de afirmação pessoal que expressam das mais variadas formas, frequentemente através de cópias de ícones sociais (vestuário, corte de cabelo, linguagem, ...).

Desenvolvimento Intelectual (período dos 16 aos 20 anos)

- Dá-se uma maior socialização do pensamento o que lhe permite comparar situações diferentes entre si e os "outros";
- O pensamento adquire uma mobilidade e o aluno pode compreender situações de uma forma racional, isto é, de acordo com as relações objectivas de "causa/efeito".

No entanto, este processo mantém limitações:

- Necessidade de recorrer à concretização;
- O raciocínio desenvolve-se e exerce-se em função da realidade visível e palpável e não em função de abstrações;
- O exercício das operações mentais, que neste período induz a uma lógica concreta, tem como consequência uma grande curiosidade intelectual e daí a necessidade de explicação dos fenómenos físicos, das reacções humanas.
- Neste período o aluno interessa-se por "aprender tudo" nos vários domínios do conhecimento.

Desenvolvimento Social (período dos 16 aos 20 anos)

- Durante este período, o aluno demonstra uma grande necessidade de auto-afirmação, querendo assumir o papel de "líder", de "chefe" do grupo;
- As opiniões dos amigos e companheiros de grupo exercem uma influência dominante no comportamento dos jovens;
- A relação de dependência desloca-se da família para o grupo. Este assume uma forma coesa e estruturada com as suas regras próprias;
- Os instintos colectivos sobrepõem-se aos individualistas;
- O adolescente estrutura a sua conduta em função dos interesses e necessidades do grupo de modo a adquirir um lugar determinado no seu seio;
- Acentua-se o sentido de competição inter-grupos e consequentemente o da cooperação intra-grupo;

#### **4. Estratégias de apoio à intervenção**

Este ponto refere-se às estratégias aplicadas em cada U.D. (a *Solicitação Psicomotora dos Exercícios Propostos* é que diverge de U. D. para U. D. logo, é abordada mais à frente), tendo em vista os seguintes objectivos:

- a) Aumentar o tempo útil de aprendizagem;

- b) Garantir um clima motivacional positivo;
- c) Garantir a conclusão dos objectivos planeados, quanto às decisões de pré-impacto que constituem a U.D.;
- d) Optimizar todo o processo de tomadas de decisões.

Apresento de seguida as principais estratégias que se referem a diferentes decisões metodológicas:

#### 4.1 *Estrutura das Aulas*

Antes do início de cada aula, tive sempre todo o material pronto, de modo a iniciar a aula à hora prevista, de forma a aumentar o tempo útil da aula.

##### Parte Inicial

- As aulas tiveram sempre início 10' após o primeiro toque, sendo os alunos colocados em meia-lua, de frente para mim e de costas para a porta do pavilhão e (ou) para os locais de acesso ao campo de jogos. Esta estratégia permitiu-me um maior controlo da turma, visionando todos os alunos, permitindo que os mesmos me vejam em boas condições, e evitando que estes se desconcentrassem com comportamentos realizados por outros alunos ou por pessoas em geral.
- Antes de cada aula certifiquei-me se todo o material esta disponível, caso esteja, esporadicamente, devo esperar pelos alunos para o organizar, (os alunos devem revezar-se nessas funções). Estas funções, têm como objectivo principal, dar-lhes a conhecer a história e o nome dos aparelhos, assim como as melhores técnicas de montagem dos aparelhos.
- Na fase inicial lembrei as principais regras, procurando motivar os alunos à constante superação durante as actividades a realizar e apresentei aos alunos os conteúdos que irão ser desenvolvidos durante a aula, relacionando-os com os conteúdos abordados anteriormente.
- A mobilização geral foi específica ou não específica, e recorri também a jogos lúdicos, de forma a proporcionar aos alunos uma prática alternativa, a qual recrute a componente motivacional dos alunos e a cooperação e

companheirismo da turma. A activação geral lúdica é preferencialmente utilizada de forma a motivar os alunos para a prática da actividade física e assim, incentiva-los a serem mais pontuais<sup>11</sup>;

- Ainda no que respeita à activação geral, estes incluíram fases de mobilização articular e alongamentos dos segmentos mais solicitados para a aula. Para aumentar o clima motivacional da aula utilizei desde o início um tratamento igual com todos os alunos (por TU e pelo NOME) de modo a fazer transparecer uma relação de autoridade e não de ser autoritário.

### Parte Principal

- Foi constituída por fases curtas de Transição/Instrução/Organização;
- Utilizei os alunos como Auxiliares de Ensino (arrumação/colocação do material), controlando melhor a turma; impor regras (após o sinal sonoro de reunião conta até três e o último aluno a chegar é punido); atribui responsabilidades aos alunos e tentei planear a aula com exercícios diferentes no mesmo local de execução. Estas estratégias tiveram como objectivo:
  - a) Aumentar o tempo útil de aprendizagem, por redução dos tempos de transição
  - b) Responsabilizar e integrar os alunos perante e nas actividades da aula, confiando na sua maturidade.
- Durante as fases de Instrução, utilizei uma linguagem simples e concisa, procurando explorar os itens que mais contribuirão para o aumento da competência psicomotora, cognitiva e sócio - afectiva dos alunos. Recorri a demonstrações, de frente para os alunos sempre que possível e utilizei os alunos como agentes de ensino, nas demonstrações de exercícios cujo contexto prevê vários alunos, utilizando um ou mais aluno (s) modelo (s), de modo a garantir uma correcta demonstração dos critérios de êxito do exercício.

---

<sup>11</sup> Um problema comum às duas turmas, identificado nos respectivos Projectos Curriculares.

- Desenvolver feedbacks constantes ao longo da aula com o intuito de motivar o aluno ajudando-o com reforços positivos no processo de ensino - aprendizagem;
- Nas fases de Organização, procurei operacionalizar os exercícios sem se verificar grandes alterações nos grupos formados e com pouca diferenciação do material necessário à sua execução.

#### Parte Final

- Promovi o concluir da aula de modo calmo e tranquilo, realizando um balanço da actividade (Feedback) utilizando como estratégia o questionamento de alguns alunos, para uma melhor percepção dos conteúdos abordados e despertando os alunos para as etapas seguintes da Unidade Didáctica (extensão dos conteúdos).
- Utilizei o questionamento dirigido ao aluno como método de ensino e de avaliação do domínio cognitivo do mesmo.
- A manipulação do material foi realizada por mim com a colaboração primeiramente dos alunos que não fazem aula, e se estes não existiam, pelos restantes alunos.

#### *4.2 Sequência Metodológica de Abordagem das Tarefas propostas*

- Os objectivos operacionais seleccionados, obedeceram a uma escolha criteriosa e sequencial segundo o grau de dificuldade e exigência, possibilitando aos alunos uma aprendizagem em progressão e um tempo na tarefa que efective a aquisição dos “skills” motoras. Na explicação dos objectivos operacionais utilizei a demonstração por mim e/ou pelo aluno, com referência atempada às componentes críticas.
- Relativamente às estratégias de controlo, o feedback foi utilizado sistematicamente com incidência nas componentes críticas estabelecidas do elemento técnico a trabalhar.

- Na instrução, fiz referência aos aspectos fundamentais do exercício, explicar como não se faz (salientando os erros a evitar) e por fim destaquei de novo a execução correcta do exercício.
- Foram utilizados preferencialmente exercícios analíticos e exercícios critério na aprendizagem de um novo gesto técnico.
- Relativamente à modalidade em si, as estratégias de ensino mais adequadas passaram por interessar o aluno recorrendo a jogadas motivadoras, implicando-o em situações problema que contenham as características fundamentais do jogo.
- Neste contexto, o que importa principalmente é desenvolver nos alunos uma disponibilidade motora e mental que ultrapasse a simples automatização de gestos e se centre na assimilação de regras de acção e princípios de gestão do espaço de jogo, tal como as formas de comunicação e contra-comunicação entre os jogadores. Desta forma, não se deve desprezar os aspectos fundamentais como a oposição, a cooperação, a finalização, a actividade lúdica e os saberes sobre o jogo.

#### *4.3 Estratégias de Aumento do Tempo Potencial de Aprendizagem*

Foram utilizadas as seguintes estratégias de aumento do tempo potencial de aprendizagem:

Adaptar a dificuldade das tarefas às capacidades dos alunos;

- Controlar a actividade, utilizando deslocamentos/colocações sempre que possível de frente para os alunos e ao longo de todo o espaço envolvente de modo a evitar situações de risco;
- Detectar as execuções incorrectas, evitando a repetição do erro;
- Detectar os comportamentos fora da tarefa, intervindo logo após o referido comportamento surgir, procurando responsabilizar o aluno e motivá-lo para a necessidade de os modificar;
- Promoção dos comportamentos adequados;
- Motivar os comportamentos adequados através de interacções positivas;
- Não diminuir moralmente os alunos menos capazes;
- Conhecer o nome dos alunos, tratando-os pelos seus primeiros nomes;

- Alternar um estilo de liderança mais ditatorial, onde moldo os comportamentos dos alunos, na direcção de uma maior disciplina na execução das tarefas, com um estilo de liderança mais democrático, onde procuro recorrer à afectividade positiva, motivar os alunos a adoptarem comportamentos mais apropriados;
- Fornecer feedbacks, interagindo com todos os alunos, devendo os mesmos ser dirigidos ao alvo de instrução, assumindo os mesmos características avaliativas, prescritivas, ou correctivas, podendo ser quanto à forma do tipo auditivo, visual ou misto, e quanto à direcção, dirigidos para um aluno, para um grupo ou para a turma em geral;
- Acompanhar a prática após o feedback dado, de modo a aferir a resposta do aluno, fornecendo novos feedbacks avaliativos, prescritivos ou correctivos, ou fornecendo feedback positivos de valorização/procura de superação dos alunos.

#### 4.4 *Estratégias utilizadas de Aumento do Tempo Útil da Aula*

Serão utilizadas as seguintes estratégias de aumento do tempo útil de aprendizagem:

- Estabelecer e combinar sinais de reunião/atenção e transição de forma a reduzir os tempos de organização, transição e instrução. As estratégias utilizadas são: *a)* utilização de informação relevante, simples e coerente; *b)* utilização de um sinal sonoro (apito) para a mobilização rápida dos alunos para a tarefa seguinte (3 segundos), procurando manter a organização inicial sempre que possível;
- Utilizar interacções e feedback positivos, utilizando o reforço positivo para enaltecer os alunos e assim, recompensá-los pelas suas boas execuções, o que, de certo modo, os motiva para a prática;
- Reduzir ao tempo de balneário, motivando os alunos, a aparecerem no pavilhão ao toque de entrada, ou mesmo antes, e ao espaço de aula, um pouco antes dos 10 min após o toque;
- Tentar eliminar os tempos de espera;
- Utilizar o entusiasmo, incentivo e elogio, sendo a estratégia utilizada, a recompensa e elogio sempre que ocorram os comportamentos aconselhados

e desejados (aquisição de bons hábitos de gestão), ignorando tanto quanto possível os alunos que não estejam a aprender esses comportamentos (desde que tal facto não perturbe o bom funcionamento da aula);

- Em exercícios em que esteja intrínseco o factor competitivo, escolher a estratégia de punição para a equipa perdedora de forma a aumentar a motivação para a prática.
- Manter uma intervenção decidida nos aspectos relevantes, ou seja, a estratégia utilizada será a emissão de um feedback claro, explícito e tão breve quanto possível, cujo conteúdo esteja sempre relacionado com a informação inicial e com os objectivos da aprendizagem;
- Manter seguimento na actividade, sendo a estratégia adoptada a manutenção, sempre que possível, de todos os alunos a trabalhar ao mesmo tempo. Caso esta situação não seja possível, a estratégia será dar a mesma oportunidade de aprender a todos os alunos, o mesmo tempo na tarefa, as mesmas condições de realização, a mesma informação e a mesma quantidade de feedback.

## **5. Metodologia 12º D**

A metodologia utilizada na elaboração deste relatório baseou-se na revisão bibliográfica de algumas obras de referência, consulta do respectivo projecto curricular de turma, caracterização das turmas e análise de dados estatísticos (criação de U. D.).

### **5.1 Aulas previstas da turma**

Para o 2º Período, na turma do 12º D estavam previstas 23 aulas, contudo, apenas foram leccionadas 22 aulas uma vez que, houve um dia de greve dos professores em que não foi leccionada aula.

**A Turma**

**Foto dos Alunos 12ºD**



**5.2 Relação com os Alunos**

Como é óbvio, a forma como desenvolvi a actividade de docência na escola foi muito influenciada pelas características intrínsecas à minha personalidade. Assim, a minha juventude, a facilidade da comunicação verbal e não verbal, a minha autonomia, a minha independência e a minha forte convicção na responsabilidade do individuo, proporcionaram que fosse criado na sala de aula (leia-se ginásio, pavilhão ou campo exterior) uma atmosfera aberta e que privilegiou um certo nível de à vontade e informalismo.

Assim, a principal regra que mediava a nossa relação era através dos objectivos comuns que almejávamos alcançar. Esta abordagem privilegiou uma relação professor – aluno mais próxima, que no entanto apresenta várias vantagens e desvantagens. Dentro das vantagens, destaco a compreensão atempada das dificuldades dos alunos, uma relação de confiança mais sólida, maior receptividade por parte dos alunos à mensagem que

quis transmitir. A aplicação desta estratégia teve como principal ponto fraco a delimitação da barreira professor – aluno, sendo que por vez, poderia propiciar alguns abusos de confiança. Quando estes abusos se verificavam tentei mitigá-los através de advertências que exploravam toda a minha capacidade comunicacional.

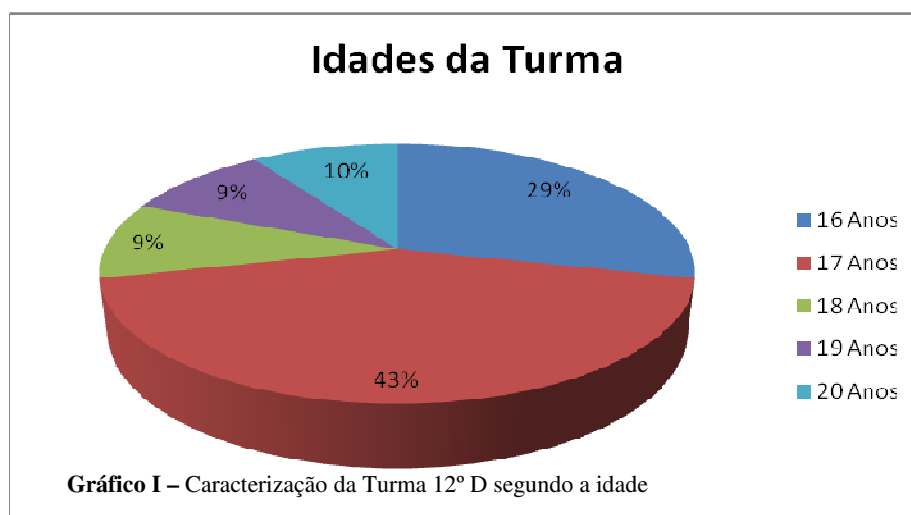
Um bom exemplo da operacionalização desta estratégia foi a turma 12ºD. Deste modo, a metodologia adoptada em conjunto com a própria motivação e predisposição do grupo permitiu a exploração da relação aluno – professor sendo que esta ultrapassou mesmo as minhas expectativas iniciais<sup>12</sup>.

### 5.3 Caracterização 12º D

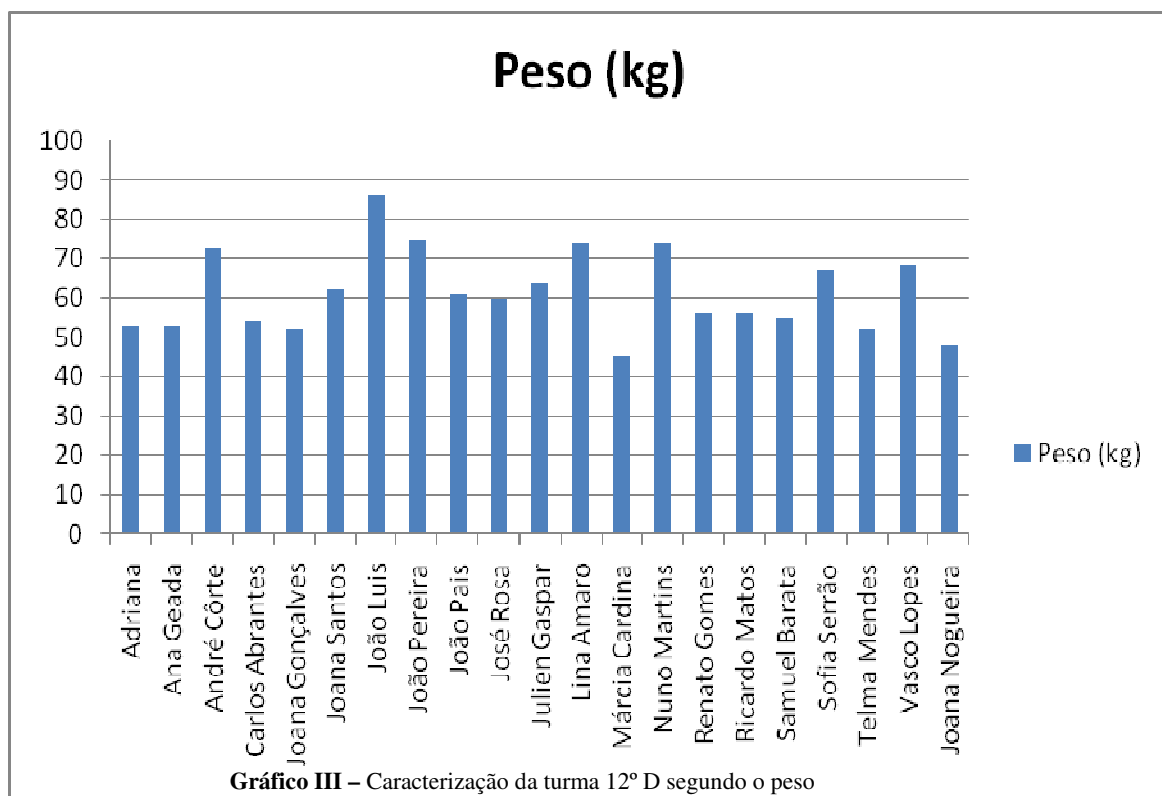
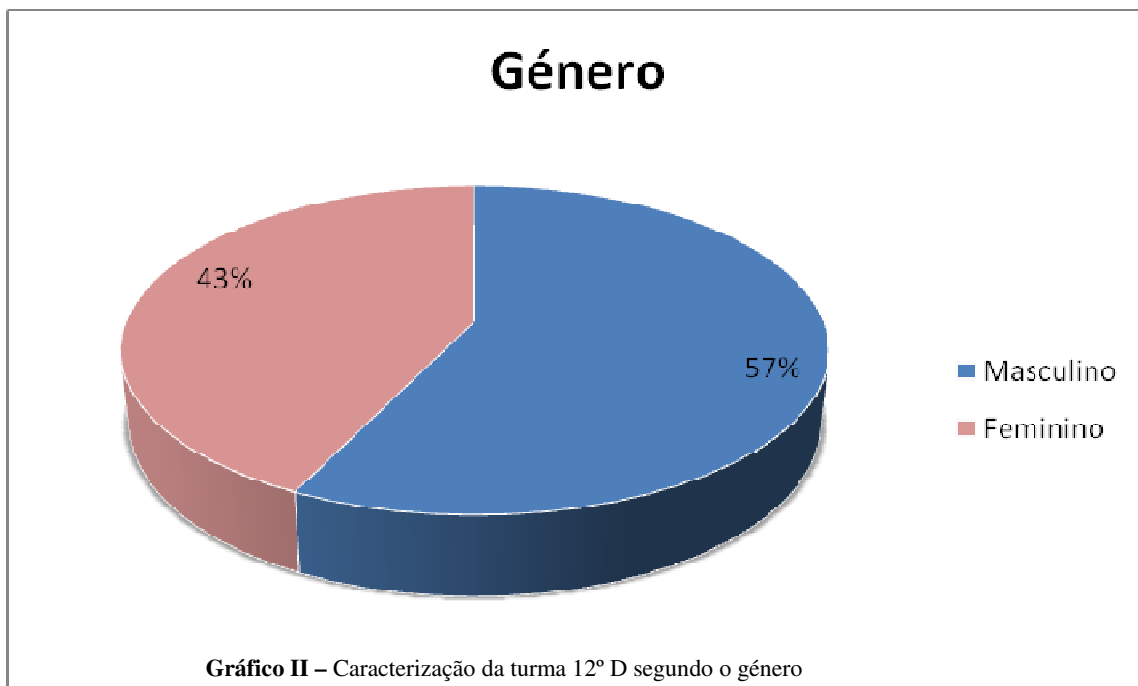
No QUADRO I em anexo, encontra-se a caracterização dos alunos segundo o nome, idade, habilitações literárias dos pais, profissões dos pais, situações conjugais dos pais, nº de irmãos, com quem vive e se possui algum escalão do SASE (Serviço de Acção Social Escolar).

No QUADRO II em anexo estão caracterizados os alunos segundo o nome, meio de transporte utilizados na deslocação para a escola, tempo gasto na deslocação, profissão desejada, repetências e saúde.

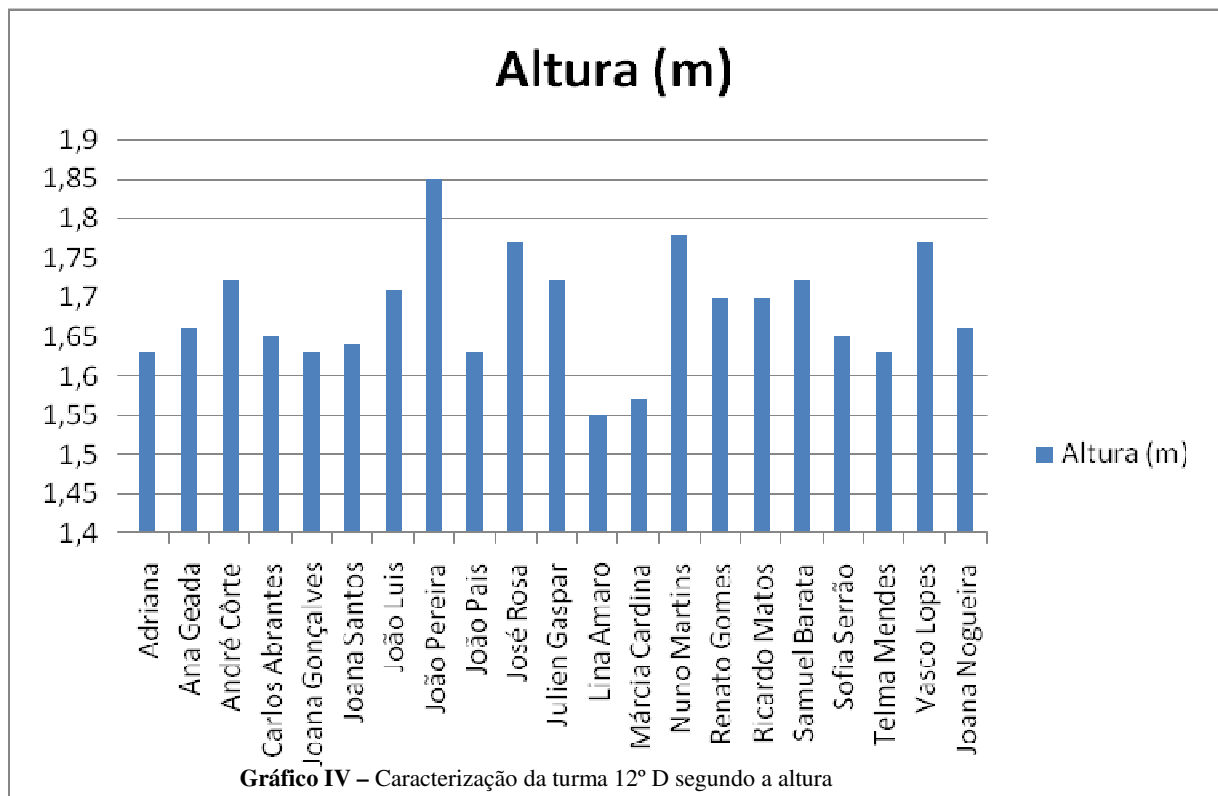
- **Grau (nível) de Ensino:** As Unidades Didácticas destinam-se ao 12º ano de escolaridade (12ºD);
- **Número de alunos:** A turma tem um total de 27 alunos (os alunos nº 21, 22, 23, 24, 25 e 27 não têm Educação Física, pelo que, não serão contabilizados daqui para a frente);
- **Género:** A turma é composta por 9 raparigas e 12 rapazes;
- **Idade:** A média de idades da turma é de 17,3, sendo 16 a idade mínima e 20 a idade máxima.



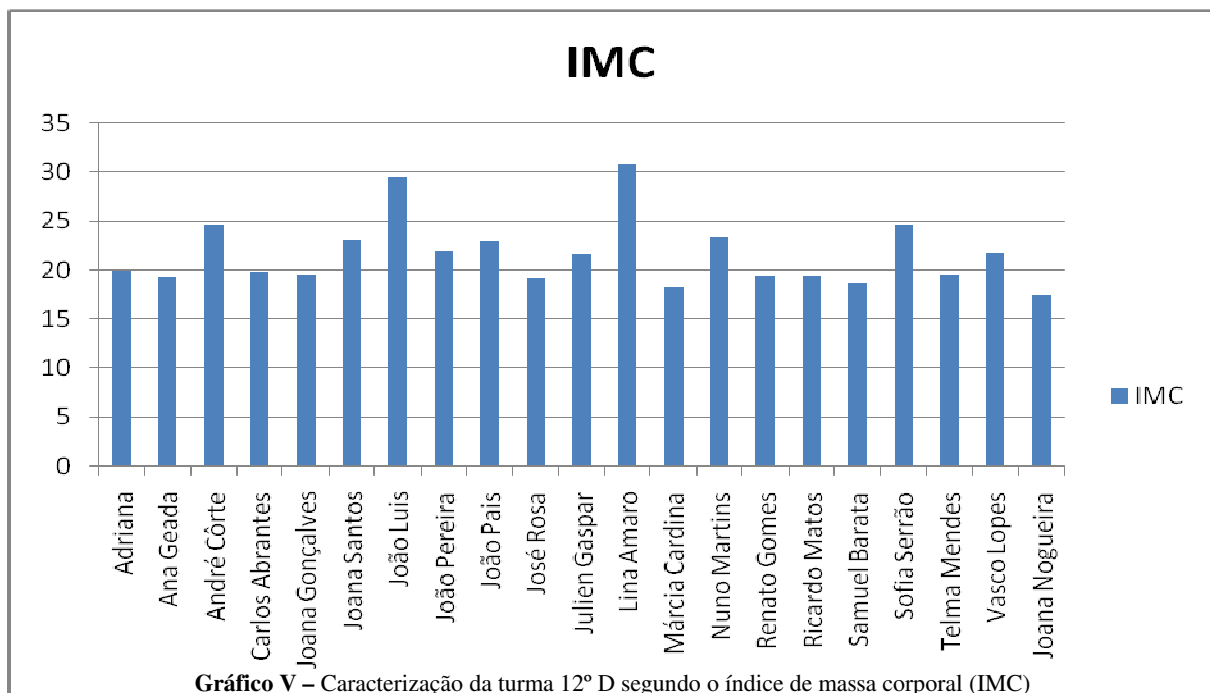
<sup>12</sup> A relação que criei na escola foi muito harmoniosa também com os colegas do grupo de estágio, funcionários, professores e direcção da escola. Com alguns professores e funcionários posso mesmo dizer que mantenho uma relação de amizade.



A média do peso da turma é de 61,33 kg, sendo que, 45 kg corresponde ao peso mínimo e 86 kg ao peso máximo.



A média de altura da turma é de 1,682 m, sendo que, 1,55 m corresponde à altura mínima e 1,85 m à altura máxima.



A média do índice de massa corporal (IMC) da turma é de 21,64, sendo que, 30,80 corresponde ao IMC máximo e 17,41 ao IMC mínimo. Segundo NCHC.CDC, (National Center for Health Statistics. Centers for Disease Control and Prevencion) a média do IMC para adolescentes do sexo feminino com 17 anos de idade é de 17,82 e a média das alunas da turma é de 21,38. E do sexo masculino 18,29 e a média dos alunos da turma é de 21,83. Pode-se constatar que em ambos os géneros os valores médios estão acima do recomendado.

#### 5.4 Planeamento da turma 12ºD

Por tudo o que já foi explicado anteriormente (Planeamento), o projecto curricular de turma foi um documento sempre presente na planificação e operacionalização da minha intervenção.

O mesmo permitiu-me a identificação dos problemas globais da turma e as competências prioritárias a serem trabalhadas, nomeadamente:

*Dificuldades na expressão escrita e expressão oral*

*Dificuldades na aquisição/relação de conhecimentos*

*Dificuldades na compreensão e interpretação de ideias*

*Dificuldades na aplicação de conhecimentos*

*Dificuldades ao nível do raciocínio lógico e /ou abstracto*

*Dificuldades de atenção/concentração*

*Falta de hábitos e métodos de trabalho*

*Imaturidade*

*Fraca autonomia e iniciativa*

*Assiduidade<sup>13</sup>*

Tendo em atenção esta análise levei a cabo as seguintes iniciativas:

Trabalhos individuais sobre a modalidade Corfebol, com respectivas apresentações;

O aluno José Rosa (que não fez aula prática nenhuma devido a uma lesão no joelho) formulou três trabalhos sobre os temas “Violência no Desporto”,

---

<sup>13</sup> Retirado de projecto curricular de turma – anexo 7

“Desporto, Saúde e Segurança” e “Associativismo no Desporto”. Todas as entregas eram precedidas pela respectiva apresentação para a turma, em que a própria entrava na discussão do tema;

Em todas as aulas eram dirigidos diversas questões aos alunos sobre a modalidade que estava a ser leccionada;

Constantes incentivos à cooperação entre os alunos dentro da turma (dinâmica de grupo);

De cada vez que um aluno se atrasava, a turma cumpria castigo até o (s) colega (s) dar entrada na aula (por exemplo: suicidas, corridas de velocidade, flexões e abdominais, entre outras).

Estas estratégias ilustram a minha preocupação com aquilo que está estabelecido no projecto curricular da turma 12ºD, *“Assim, a principal prioridade será procurar que os alunos adquiram as aprendizagens significativas de forma a elevar o seu nível escolar. Tendo em conta as dificuldades detectadas será também importante inculcar nos alunos hábitos e métodos de trabalho e uma postura adequada. Pretende-se também que desde cedo os alunos se habituem ao cumprimento de prazos e regras estabelecidas valorizando simultaneamente a assiduidade e pontualidade. De uma forma transversal deverá ser promovida a participação de forma autónoma e atitudes de solidariedade e de cooperação em tarefas e projectos comuns.”*.

Importa também salientar que as estratégias e métodos de actuação comuns foram respeitados.

Tendo em conta as circunstâncias definidas anteriormente, na planificação anual da turma 12º D, ficou decidido que as Unidades Didácticas obrigatórias a ser leccionadas seriam:

Futsal;

Basquetebol;

Corfebol;

Atletismo;

Badminton;

Dança;


As U.D foram distribuídas da seguinte forma:

1º Período (Professor Estagiário: João Lima): Futsal e Atletismo;

2º Período (Professor Estagiário: Carlos Araújo): Basquetebol e Corfebol;

3º Período (Professor Estagiário: Bruno Coelho): Badmington e Dança.

No primeiro período a U.D. alternativa foi o Voleibol, no segundo período o Andebol e no terceiro período voltou a ser o Andebol uma vez que foi abordada apenas em duas aulas no segundo período.

ESCOLA SECUNDÁRIA / 3 QUINTA DAS PALMEIRAS – COVILHÃ GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA PLANEAMENTO ANUAL DAS ACTIVIDADES LECTIVAS ENSINO SECUNDÁRIO										
	Act. Alternativas	Corfebol / Raquetes	Andebol	Basquetebol	Voleibol	Futebol	Atletismo	Act. Gimnicas	Dança	
	10º Ano	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas 14 - 16	N.º de aulas -----
	11º Ano	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15
	12º Ano	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15	N.º de aulas 13 - 15

Obs: A distribuição das actividades, a leccionar ao longo do Ano Lectivo será da responsabilidade dos docentes.

Assim, dever-se-á ter em conta a rotação dos espaços bem como o material existente para cada modalidade.

Nos anos 11º e 12º, de acordo com o programa, ir-se-á optar por duas das modalidades colectivas; por atletismo ou Actividades Gimnicas e por duas Actividades Alternativas, devendo as horas atribuídas às diversas modalidades reverter para as seleccionadas.

Quadro III – Planeamento anual das actividades lectivas ensino secundário.

5.5 Calendarização 12º D

	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q
SETEMBRO		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
OUTUBRO				1Futs.	2	3	4	5	6A.Alternativa	7	8A.Alternativa
NOVEMBRO							1	2	3A.Alternativa	4	5Atletismo
DEZEMBRO		1	2	3Futs.	4	5	6	7	8	9	10A.Alternativa
JANEIRO					1	2	3	4	5A.Alternativa	6	7A.Alternativa
FEVEREIRO	1	2 Corfebol	3	4 Corfebol	5	6	7	8	9 Basq.	10	11Basq.
MARÇO	1	2 Corfebol	3	4Basq.	5	6	7	8	9Basq.	10	11Basq
ABRIL				1	2	3	4	5	6	7	8
MAIO						1	2	3	4A.Alternativa	5	6Dança
JUNHO		1Dança	2	3	4	5	6	7	8Badminton	9	10

	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T
SETEMBRO	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
OUTUBRO	9	10	11	12	13Atletismo	14	15Atletismo	16	17	18	19	20
NOVEMBRO	6	7	8	9	10Atletismo	11	12Futs.	13	14	15	16	17Futs.
DEZEMBRO	11	12	13	14	15Atletismo	16	17Futs.	18	19	20	21	22
JANEIRO	8	9	10	11	12 Corfebol	13	14 Corfebol	15	16	17	18	19Basq.
FEVEREIRO	12	13	14	15	16	17	18Basq	19	20	21	22	23Basq
MARÇO	12	13	14	15	16Basq	17	18 Corfebol	19	20	21	22	23 Corfebol
ABRIL	9	10	11	12	13A.Alternativa	14	15 Dança	16	17	18	19	20Dança
MAIO	7	8	9	10	11Dança	12	13 Badminton	14	15	16	17	18Badminton
JUNHO	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22

	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S
SETEMBRO	23	24 Atletismo	25	26	27	28	29 Futs.	30					
OUTUBRO	21	22Futs.	23	24	25	26	27Futs.	28	29A.Alternativa	30	31		
NOVEMBRO	18	19A.Alternativa	20	21	22	23	24A.Alternativa	25	26Atletismo	27	28	29	30
DEZEMBRO	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
JANEIRO	20	21Basq.	22	23	24	25	26 FG	27	28 FG	29	30	31	
FEVEREIRO	24	25 TESTE	26	27	28								
MARÇO	24	25Basq.	26	27	28	29	30	31					
ABRIL	21	22Badminton	23	24	25	26	27Badminton	28	29A.Alternativa	30			
MAIO	19	20A.Alternativa	21	22	23	24	25A.Alternativa	26	27Dança	28	29	30	31
JUNHO	23	24	25	26	27	28	29	30					

**5.1.1 Planificação das subunidades didácticas****■ UNIDADE DIDÁCTICA BASQUETEBOL 12ºD****5.1.1.1. Justificação / Objectivo**

Esta unidade didáctica foi desenvolvida no início do estágio. No final da unidade didáctica, foi elaborado um balanço para aferir a concretização dos objectivos, se existiu a necessidade de ajustes às estratégias delineadas no início da unidade didáctica.

Esta U. D. aparece no seguimento da avaliação diagnóstica do domínio psicomotor. Esta apreciação tem como objectivo avaliar o nível médio da turma, com a finalidade de definir estratégias de ensino - aprendizagem para a supracitada U. D., bem como analisar se os objectivos comportamentais, as instalações e materiais definidos nesta, estariam ajustados às necessidades.

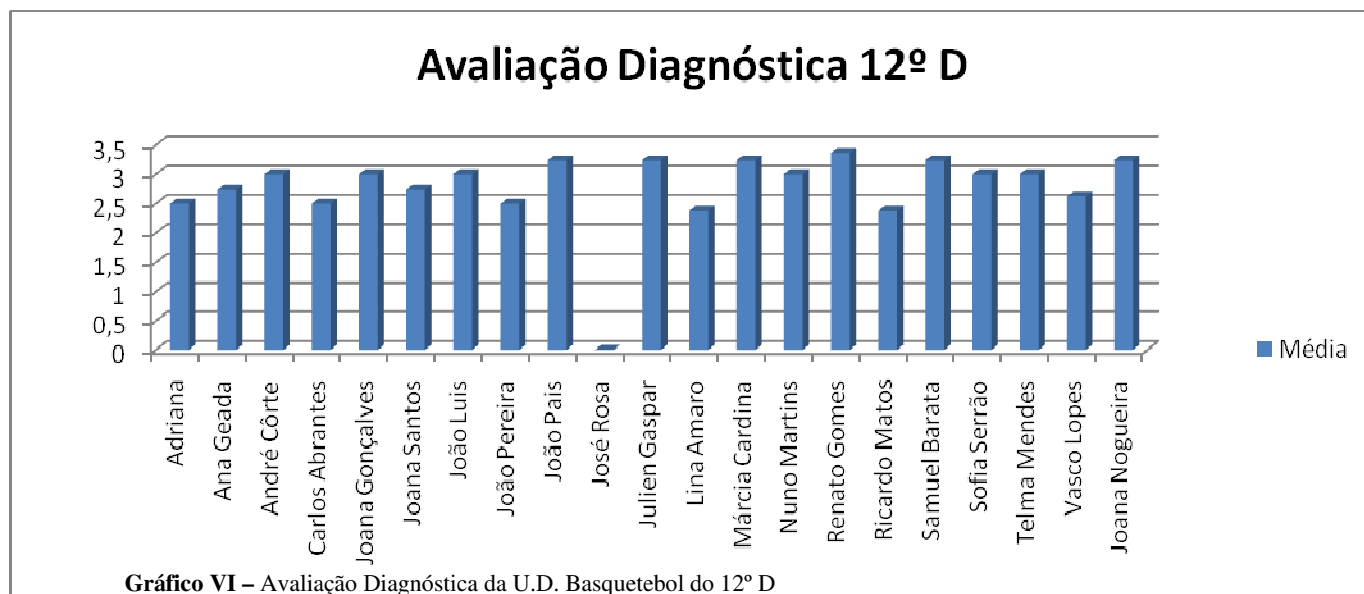
**5.1.1.2. Avaliação Diagnóstica**

Os alunos foram submetidos a avaliações em situação de jogo 5 x 5 e em exercícios critério. Observei que os alunos sentiam mais dificuldade na execução dos lançamentos em suspensão, no passe picado e na desmarcação, em confrontação com os outros gestos técnicos a que foram avaliados (lançamento parado/apoio, passe de peito, recepção, drible, posição base defensiva).

Durante a avaliação diagnóstica em situação de jogo, feita de forma a observar o desempenho dos alunos nos diferentes gestos técnicos, perante as diversas situações de jogo, observei que os alunos mostraram alguma falta de conhecimento dos recursos tácticos do jogo, estando por vezes um pouco perdidos, sem saber que comportamentos adoptar. Quando os alunos tinham a posse de bola, a tendência era driblar, independentemente da situação de jogo, verificando-se constantes aglomerações de jogadores no local onde se encontrava a bola.

De referir ainda que todos os alunos desta turma (excepto o aluno nº 10 José Rosa) fizeram a aula de avaliação diagnóstica.

No seguimento desta avaliação e conseqüente registo na Ficha de Observação e Registo de Comportamentos, verifiquei que o nível médio da turma é quase satisfatório<sup>14</sup>, nota-se que, com as aulas, o seu nível vai aumentar substancialmente.



Estes valores correspondem, á média de 1 a 5 valores, de todos os gestos técnicos a leccionar durante a U.D. por parte dos alunos.

### 5.1.1.3. Recursos

#### Recursos Humanos

O Professor, professor estagiário, os auxiliares e a turma.

#### Recursos Materiais

Os recursos materiais utilizados foram os seguintes: bolas de Basquetebol, tabelas de Basquetebol, sinalizadores, bancos suecos.

Em relação aos espaços, utilizei o Pavilhão da escola e o campo exterior.

#### Recursos Temporais

A Unidade Didáctica de Basquetebol foi leccionada desde 19 de Janeiro até 25 de Março de 2010.

A avaliação diagnóstica foi realizada em dois blocos, ou seja duas aulas de 90 minutos, dia 19 de Janeiro e dia 09 de Fevereiro 2009 respectivamente.

<sup>14</sup> Nível de 2.9 – Ver anexo 12

Os recursos temporais estão expostos no quadro abaixo:

	Nº Aulas	Tempo	<u>Total Tempo</u>
<b>Avaliação Diagnóstica</b>	2	90 min	180 min
<b>Avaliação Formativa</b>	3	90 min	270 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Domínio Psicomotor</i></b>	2	90 min	180 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Dominio Cognitivo</i></b>	1	90 min	90 min
<b><u>Total</u></b>	<b>8</b>		<b>720 min</b>

Quadro IV – Recursos temporais da U. D. Basquetebol

#### 5.1.1.4. Estrutura dos conteúdos e estratégias

Os conteúdos que foram abordados tiveram a seguinte sequência<sup>15</sup>:

<b>Técnica Ofensiva:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Passe de peito e picado;</li> <li>● Recepção;</li> <li>● Lançamento parado/apoio e em suspensão;</li> <li>● Drible.</li> </ul>
<b>Técnica Defensiva:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Posição base defensiva.</li> </ul>
<b>Tática Ofensiva:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Desmarcação</li> </ul>

Quadro V – Conteúdos a abordar na Unidade Didáctica

**Nota:** Os critérios de êxito de cada conteúdo, foram tidos em conta para ajudar na avaliação do aluno e analisar os progressos do mesmo.

<sup>15</sup> Ver anexo 12 - critérios de êxito

**Estratégias***Solicitação Psicomotora dos Exercícios Propostos*

No processo de ensino - aprendizagem da presente U.D., foi dada uma importância significativa ao desenvolvimento Psicomotor dos alunos. Utilizando-se os exercícios abrangidos pelos Objectivos<sup>16</sup>, nos quais as tarefas executadas pelos alunos, servem como meio de solicitação da educação motora dos mesmos ao nível da psicomotricidade.

A intensidade e dificuldade das tarefas estiveram adaptadas às capacidades dos alunos. Assim, utilizei as seguintes estratégias:

- No lançamento começar com uma curta distância entre o aluno e o cesto e à medida que o gesto está mais automatizado, ir aumentando a distância;
- No passe e drible começar pela situação de parado e passar para a situação de deslocamento;
- Realizar os exercícios longe dos cestos, quando o objectivo não é encestar, para que não haja tendência de lançar ao mesmo;
- Utilizar os alunos como agentes de ensino.

---

<sup>16</sup> Os objectivos encontram-se em todos os planos de aula.

**5.1.2. BALANÇO DA UNIDADE DIDÁCTICA BASQUETEBOL**

Unidade Didáctica não é um processo estanque, mas sim um guia de orientação para o professor susceptível a alterações. Durante todo o processo de ensino - aprendizagem (evolutivo e mutável), surgem um conjunto de circunstâncias e factos, esperados ou não, que fazem com que o professor tenha de se adaptar, tenha de reestruturar o processo, alterando também as próprias U. D..

De acordo com os aspectos referidos anteriormente, tornou-se necessária uma reflexão e uma auto-avaliação, para que deste modo possa evoluir, aumentando assim a eficácia pedagógica no processo ensino – aprendizagem. A avaliação dos processos, métodos e restantes parâmetros, serviram de base, para posteriormente delinear novas estratégias ou manter as estratégias realizadas com sucesso.

Neste balanço final foquei aspectos como, o enquadramento da Unidade Didáctica, as decisões de ajustamento em relação aos vários recursos, métodos de controlo do processo, Objectivos Finais, a reflexão sobre as estratégias utilizadas. Concluirei com a apresentação das estratégias de aperfeiçoamento e possíveis modificações para as futuras Unidades Didácticas.

**5.1.2.1. Enquadramento da U.D.**

A Unidade Didáctica de Basquetebol surge inserida na organização curricular, determinada no início do ano pelo Grupo de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, para o 12º ano. Durante todo o processo ensino - aprendizagem respeitante a todas as aulas, os alunos estiveram sujeitos a uma avaliação contínua formativa dos vários domínios (cognitivo, sócio - afectivo e psicomotor).

### 5.1.2.2. Decisões de Ajustamento

#### Recursos Materiais

##### Instalações

Para a leccionação desta U.D. foi-me atribuído o Pavilhão da escola e o Campo Exterior da Escola, sendo estes os espaços usados. O planeamento das aulas foi sempre de acordo com estas condições. Aconteceram algumas vezes que quando o campo exterior me foi destinado e as condições climatéricas não permitiam a realização da aula tive que me cingir à divisão do Pavilhão para que fosse possível dar aula (ficando com um espaço muito reduzido o que condicionava a realização de muitos exercícios).

##### Materiais móveis

O material usado foi muito bom para o decorrer da U.D.

Adicionei ao material utilizado, coletes, cones, apito e cronómetro, pois organizei exercícios onde foram necessárias as suas aplicações. Os coletes foram suficientes e utilizados para caracterizar os alunos em várias situações. Os cones também foram suficientes, permitindo a organização da aula da melhor forma. O apito auxiliou como elemento sinalizador de chamada de atenção e mobilização dos alunos para as instruções ou organizações dos exercícios. O cronómetro ajudou, para controlar o tempo da aula, assim como o tempo de cada exercício.

#### Recursos Temporais

Em relação a este ponto não houve modificação das aulas inicialmente previstas, apenas existiu a necessidade de modificar as datas conjecturadas, pois devido à greve dos professores e às actividades do grupo de Educação Física senti a necessidade de reajustar para aulas que seriam de modalidade alternativa.

O número de aulas cumpridas foi suficiente para a leccionação dos conteúdos previstos.

## Recursos Humanos

Na realização da U.D. tenho que salientar a cooperação dos dois funcionários das instalações desportivas, a Dona Zé e o Sr. Orlando. Deram sempre o seu apoio sempre que foi pedido através do fornecimento atempado do material de que necessitava para a realização das aulas e qualquer ajuda que necessitasse.

**5.1.2.3. Métodos de Controlo do Processo**

O processo ensino - aprendizagem foi orientado através de 3 momentos de avaliação:

- Primeiro, o processo de avaliação e controlo da Unidade Didáctica foi realizado através de uma avaliação inicial, de carácter diagnóstico, de forma a delinear o nível de prestação desportiva dos alunos;
- Posteriormente e ao longo da Unidade Didáctica, foi realizada uma avaliação continua de carácter formativo, com o intuito de avaliar continuamente o processo ensino - aprendizagem;
- Por fim, efectuou-se uma avaliação final, de carácter sumativo, utilizando os mesmos critérios aplicados nas avaliações diagnósticas.

## Avaliação Diagnóstica

Na primeira aula da U.D. foi projectada a Avaliação Diagnóstica do domínio Psicomotor, através de situações de exercícios critério e jogo, tendo como principais objectivos saber o nível médio da turma e nas aulas seguintes, o objectivo passou (entre outros objectivos) por apurar se os Objectivos Finais se encontravam de acordo com o nível da mesma. Pude averiguar então que esses objectivos estavam adaptados à turma em questão, não sendo assim necessário fazer alterações nos mesmos, pois o nível médio da turma, de execução dos conteúdos abordados, é maioritariamente no nível 2, estando quase no nível satisfatório (nível de 2.9).

De realçar que todos os alunos estiveram presentes nestas aulas (avaliação diagnóstica), sendo mais fácil para mim avaliar toda a turma e evitando assim, uma possível modificação dos Objectivos Finais.

### Avaliação Formativa

A avaliação formativa confere um aspecto muito relevante, pois permite ao professor seguir todo o processo de ensino - aprendizagem, controlando-o, e também dar referências aos alunos dos seus progressos e dificuldades. Assim, esta avaliação foi bastante importante na realização da U.D., pois permitiu a recolha de informações sobre as aptidões dos alunos nos três domínios (psicomotor, cognitivo e sócio - afectivo), permitindo a atribuição de uma nota, e também me fez repensar as estratégias utilizadas, no sentido de as manter caso resultassem ou alterar caso não tivessem resultado.

Ao longo do período, fui anotando<sup>17</sup> os alunos que sobressaíam (positivamente e negativamente) nos vários domínios.

### Avaliação Sumativa

A Avaliação Sumativa serve não só para avaliar, mas também para comparar os dados adquiridos com os dados da avaliação diagnóstica, para assim determinar qual a evolução da turma a nível Psicomotor. Assim, através da avaliação sumativa, verifico se os objectivos inicialmente definidos foram ou não alcançados, se houve ou não aprendizagem dos alunos e consequentemente, se houve ou não eficácia pedagógica por parte do professor.

Comparando os resultados obtidos na avaliação diagnóstica com os obtidos na avaliação sumativa, verifiquei na turma uma evolução bastante significativa, como aliás já era esperado por mim.

#### **5.1.2.4. Objectivos Finais**

De acordo com o nível demonstrado pela maioria dos alunos da turma na avaliação diagnóstica efectuada no início do U. D. (nível 2,9) e através de todos os recursos disponíveis para a prática, delineei objectivos (planos e relatórios de aula) que pareciam exequíveis, procurando colocar a turma entre o nível 3 e nível 4. De um modo

---

<sup>17</sup> Relatórios de aula

geral, considero ter alcançado os objectivos propostos e com o intuito de melhor ilustrarmos este feito, irei apresentar em pormenor esse facto.

#### Domínio Sócio - afectivo

Ao nível do domínio sócio – afectivo, os alunos na sua generalidade:

- Cooperam com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.
- Aceitam as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais, e tratam com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando acções que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.
- Ajustam com os companheiros decisões e funções de grupo com igualdade e consideração pelas necessidades e capacidades individuais;
- Cumprem as regras de segurança, bem como na preparação, arrumação e preservação do material.

A maioria dos alunos colaborou com os companheiros em todas as situações que lhes foram apresentadas, atingindo patamares elevados no que diz respeito à entajuda para a realização dos exercícios propostos.

Onde verifiquei menor preocupação por parte dos alunos foi no tratamento com cordialidade e respeito de todos os intervenientes na actividade, visto que pontualmente os alunos discutiam entre si. De modo a corrigir esta situação inseri uma regra que passou a ser transversal a todas as aulas de Educação Física, quem discutir de forma menos própria sofre castigo.

#### Domínio Cognitivo

Ao nível do domínio cognitivo, os alunos:

Conhecem o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico - tácticas e as regras:

- Formas de jogar a bola;
- Início e recomeço do jogo;
- Bola fora;
- Passos;
- Dribles;
- Bola presa;
- Faltas pessoais;
- Três segundos.

E desta forma adequar as suas acções a esse conhecimento.

Relativamente às metas atingidas neste domínio, penso que os alunos mostraram mais conhecimentos relativos ao objectivo do jogo e regras do jogo, e menos conhecimento a nível do modo de execução das principais acções como ficou esclarecido através do desempenho dos alunos nas aulas, do questionamento realizado ao longo das aulas e também na realização do teste teórico.

#### Domínio Psicomotor

Dos objectivos traçados na Unidade Didáctica, aqueles em que os alunos satisfizeram minimamente foram:

- Logo que a sua equipa recupera a posse da bola, em situação de transição defesa - ataque:
  - Desmarca-se oportunamente, para oferecer uma linha de primeiro passe ao jogador com bola;
  - Durante a progressão para o cesto, selecciona a acção mais ofensiva:

Passa a um companheiro que lhe garante linha de passe ofensiva ou;

- Ao entrar em posse da bola, enquadra-se em atitude ofensiva básica, optando pela acção mais ofensiva:
  - Lança, se tem ou consegue situação de lançamento, utilizando o lançamento parado ou em suspensão, de acordo com a acção do defesa;
  - Passa, se tem um companheiro desmarcado em posição mais ofensiva, utilizando a técnica mais adequada à situação, desmarcando-se de seguida na direcção do cesto e repondo o equilíbrio ofensivo, se não recebe a bola.
- Se não tem bola, no ataque:
  - Desmarca-se em movimentos para o cesto e para a bola (trabalho de recepção), oferecendo linhas de passe ofensivas ao portador da bola.
- Logo que perde a posse da bola, assume de imediato atitude defensiva acompanhando o seu adversário directo (defesa individual), procurando recuperar a posse da bola o mais rápido possível:
  - Dificulta o drible, o passe e o lançamento, colocando-se entre o jogador e o cesto na defesa do jogador com bola.
  - Dificulta a abertura de linhas de passe, colocando-se entre o jogador e a bola, na defesa do jogador sem bola.

Os que menos foram aprovados são os seguintes:

Progride em drible, preferencialmente pelo corredor central (utilizando, se necessário, fintas e mudanças de direcção e ou de mão, para se libertar do seu adversário directo), para finalizar ou abrir linha de passe.

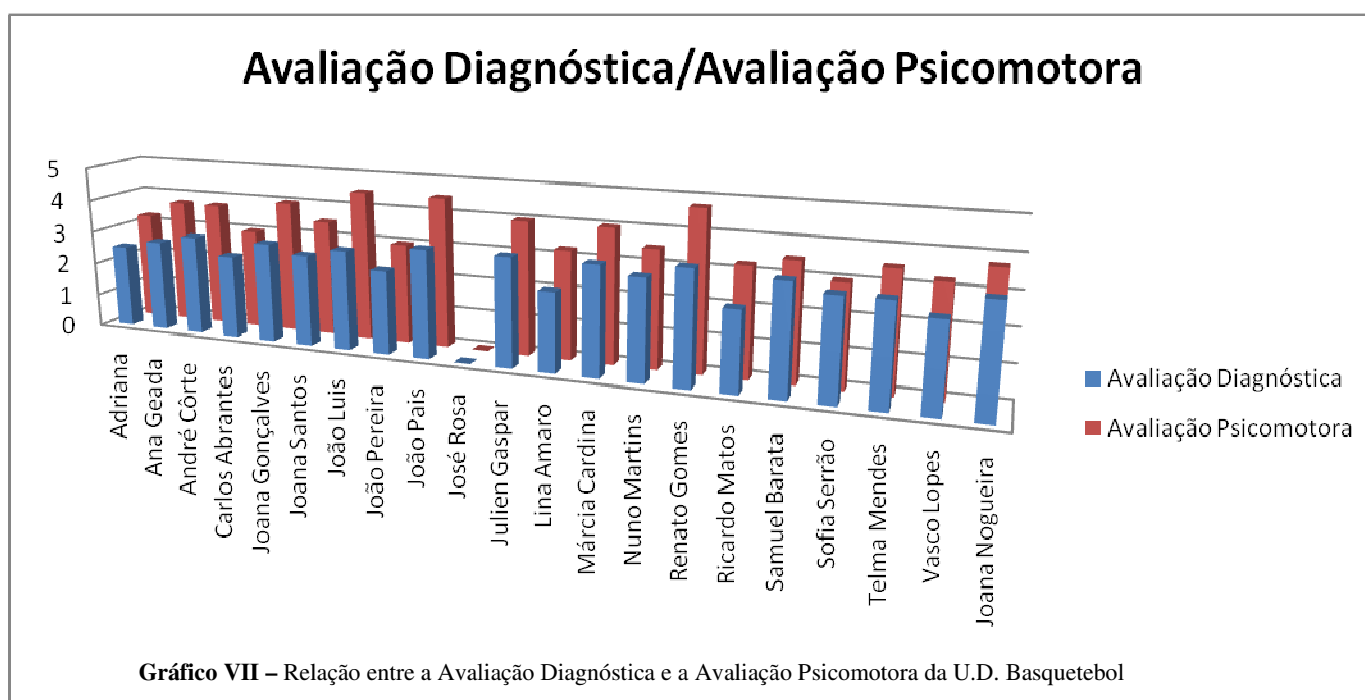
- Liberta-se do defensor (utilizando se necessário fintas e drible), para finalizar ou, na impossibilidade de o fazer, passar a bola com segurança a um companheiro;

Os objectivos estipulados ao nível do domínio psicomotor, não sofreram alterações e foram efectivamente estes os que foram abordados. Foi verificado evoluções muito significativas, essencialmente em alguns elementos do sexo feminino, pois, haviam revelado na avaliação inicial muitas dificuldades.

As acções técnico - tácticas que os alunos necessitavam de um pouco mais de exercitação/consolidação, para conseguir atingir na totalidade os objectivos.

Todos os outros aspectos previstos foram alcançados, pelo menos os exigidos, sendo que a grande maioria dos alunos ficou a executar, com maior ou menor facilidade as acções técnico - tácticas apresentadas.

O gráfico seguinte ilustra a evolução ao nível psicomotor da turma comparando a Avaliação Diagnóstica com a Avaliação Sumativa:



Verifica-se, que houve uma melhoria substancial<sup>18</sup> (cerca de um valor passando de 2,9 para 3,8) por parte de quase todos os alunos, excepto a aluna Sofia Serrão. Esta aluna foi a única que diminuiu o seu desempenho de um período para o outro, tendo-se desligado um pouco da Educação Física. Após conversa com docentes das outras disciplinas constatei que este problema foi transversal.

O gráfico seguinte ilustra a evolução do nível de cada gesto técnico da avaliação psicomotora inicial para a avaliação psicomotora final.

<sup>18</sup> Ver anexo 12 - Instrumentos de Registo de Avaliação

## Gesto Técnico/Avaliação Diagnóstica/Avaliação Sumativa

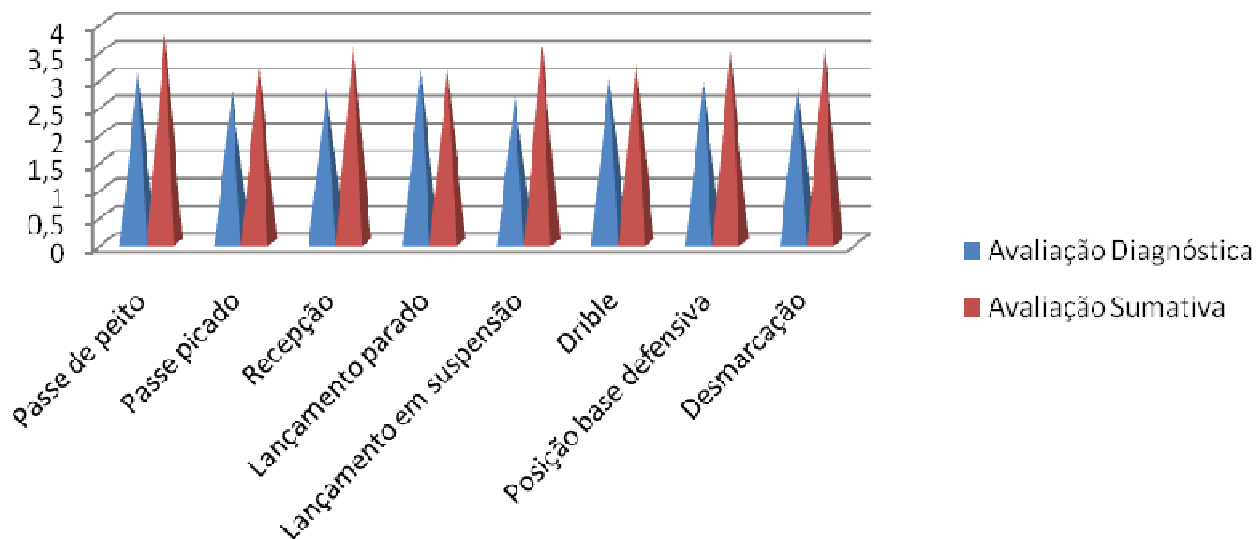


Gráfico VIII – Relação do nível médio de cada gesto técnico da avaliação diagnóstica para a avaliação sumativa.

Verifica-se que houve uma melhoria de quase todos os gestos técnicos. No lançamento parado não houve evolução, tendo-se mantido em 3,15. Destaca-se o lançamento em suspensão com um aumento de quase um valor (0,95).

### 5.1.2.5. Estratégias Utilizadas

Para conseguir o aumento do sucesso no processo ensino - aprendizagem, na abordagem desta modalidade delineei estratégias, (Estratégias de apoio à intervenção) e apesar de não conseguido por em prática todas, as que me foram possíveis operacionalizar, foram, bem sucedidas, o que promoveu uma aprendizagem eficaz e mais facilitada por parte dos alunos.

- Ao longo do período, registei os alunos que sobressaíam nos vários domínios. Esta estratégia revelou-se muito prática, pois no final da U.D. a nota atribuída a cada

aluno foi a mais justa dentro daquilo que ele realizou ao longo de todas as aulas da U.D.<sup>19</sup>.

- Através da instrução inicial, efectuei a apresentação dos objectivos da aula, procurando situar os alunos na matéria e referindo também as regras de segurança a adoptar.
- No final de cada aula, tal como ao longo da mesma, o questionamento foi sempre utilizado. Através desta estratégia, consigo verificar se os alunos estavam a assimilar o que era pretendido. Esta estratégia permitiu-me verificar que os alunos, na sua maioria, tinham sempre os níveis de concentração elevados e que a transmissão de conhecimentos estava a ser eficaz. Ainda durante a parte final da aula, foram sempre transmitidos feedbacks à turma e/ou a alguns alunos, como forma de corrigir e procurar fazer com que estes sentissem a importância de ouvirem os feedbacks fornecidos. A extensão de conteúdos à aula seguinte, também prepara os alunos para o que vamos abordar, bem como em alguns casos pode ser um factor motivador.
- Uma estratégia também utilizada com sucesso, foi o facto de delegar nos alunos que não faziam aula, na maior parte das vezes, a colaboração no transporte e arrumação do material. Assim estes sentiram-se mais úteis à realização da mesma, e por outro lado evitaram-se comportamentos desviantes ou distractivos.
- Como a activação geral, em alguns momentos foi de carácter lúdico, procurou-se descontraír os alunos e aumentar os níveis de atenção e alerta e ainda incutir uma motivação extra.
- Como se verificou que nesta turma existia um bom exemplo para todas as acções técnico - tácticas a abordar, foi utilizado o aluno que melhor executava estas acções, como forma de demonstrar à turma o que era pretendido, alternando com algumas demonstrações comigo. Exemplo disso, foi a utilização do aluno Renato Gomes nº15, aluno que conseguiu nas aulas a melhor performance.

---

<sup>19</sup> Ele vale maioritariamente por aquilo que faz ao longo de todas as aulas e não apenas naquilo que faz nas avaliações finais, onde o seu desempenho pode ser casual.

- Recorri, também, ao uso de algumas progressões pedagógicas o que facilitou a aprendizagem, porque, devido à fragmentação dos elementos abordados, tornava-se mais fácil a aprendizagem por parte dos alunos.
- Como trabalhamos muitas vezes em grupos de 2, 3, 5 e 6, decidi dividir os alunos por grupos de trabalho, para assim minimizar o tempo de organização entre os exercícios.
- A formação de grupos foi feita de modo a que os alunos que executavam melhor os gestos técnicos propostos, ficassem com aqueles que mais dificuldades evidenciavam na sua execução. Deleguei sempre responsabilidade da formação dos grupos aos alunos, procedendo depois a alterações para que os grupos fossem mais homogéneos. Com esta formação, os alunos com mais dificuldade conseguiram acompanhar o ritmo dos melhores, aprenderam mais e alargou-se o espírito de entajuda e solidariedade entre eles;
- O facto de procurar estar sempre presentes nos grupos que possuíam alunos com mais dificuldades, foi também uma boa estratégia, pois esses alunos sentiam-se mais motivados.
- Quando os alunos perturbavam em demasia a aula, utilizava as estratégias propostas pelo Professor Nuno Rodrigues (ficar calado até a turma toda parar com o barulho, pedir a atenção de todos, perguntar se todos tinham percebido o que era para fazer, pedir a um aluno para explicar o que eu tinha acabado de dizer), para acalmar alguns elementos da turma. Acho que ajudou bastante, pois, os alunos perceberam que estavam na aula e modificavam de imediato o seu comportamento.
- A utilização de feedbacks positivos bem como ciclos de feedbacks, considero ter sido uma estratégia de sucesso, pois faz com que o aluno evolua e assim sabe que o feedback fornecido foi importante para uma execução correcta.
- No lançamento, comecei com uma curta distância entre o aluno e o cesto e à medida que o gesto estava mais automatizado, aumentei a distância (progressão pedagógica);
- No passe e drible comecei pela situação de parado e só depois passei para a situação de deslocamento;
- Tentei utilizar o menos número de bolas possível, para que os alunos, nos momentos de espera, não se distraíssem com a mesma;

- Quanto à pontualidade, os alunos que chegavam continuamente atrasados mesmo depois de por em prática todas estratégias definidas anteriormente tinham falta de atraso, participando na mesma na aula;

No geral, penso que as estratégias usadas nesta U.D. foram as mais correctas, ajudando na obtenção dos Objectivos Finais determinados inicialmente, sendo por isso estratégias para manter em futuras Unidades Didácticas.

#### **5.1.2.6. Casos Particulares**

O aluno nº 10 José Rosa devido às suas limitações<sup>20</sup>, conforme o descrito anteriormente, teve forçosamente de ter submetido a um método de avaliação adequado. Assim, no início do ano propus ao aluno que apresenta-se uma proposta nesse sentido. Contudo, e uma vez que este não se mostrou interessado, decidi que o aluno iria ser submetido a três trabalhos teóricos até o final do período, sendo que, na entrega de cada trabalho o aluno teria que fazer uma apresentação à turma sobre o tema abordado. Assim, o trabalho escrito contabilizará 70% da nota final e a apresentação 30%. Incumbi também o aluno de algumas tarefas de responsabilização (um dos problemas identificados pelo projecto curricular da turma). Deste modo, o mesmo foi encarregue de actividades como:

- Arbitrar;
- Distribuir o material pelos colegas;
- Apoio na gestão de espaços e de exercícios.

#### **5.1.2.7. Conclusões**

Em termos gerais julgo ter conseguido aplicar esta Unidade Didáctica com sucesso. Ao longo da aplicação desta, senti que os alunos foram dominando os conteúdos abordados, alcançando os objectivos mínimos propostos e que a terminaram com níveis de motivação elevados, mostrando vontade em continuá-la.

---

<sup>20</sup> Lesões no joelho que o impedia de praticar actividade física

A disposição dos alunos em fases de instrução e/ou organização também se deverá manter porque revelou ser boa, atendendo à colocação do Professor e assim o contacto visual do Professor com todos os elementos da turma foi uma constante.

A utilização da demonstração para que os alunos tenham a percepção visual do que é pretendido, julgo também ter sido uma estratégia chave que se deverá manter.

A afectividade deverá continuar a ser positiva, bem como os feedbacks essencialmente visuais e verbais, pois revelaram-se um importante factor de motivação e de empenho dos alunos ao longo das aulas. O clima positivo deve ser aumentado e potenciado para que os alunos tenham prazer em vir à aula.

A grande parte das estratégias utilizadas proporcionaram bons resultados.

No entanto, relativamente aos feedbacks e apesar de terem sido frequentes, considero que devo aumentar o número, com mais qualidade (FB – Observa – FB).

Devo utilizar mais vezes jogos lúdicos no início da aula para que os alunos se sintam motivados para os exercícios seguintes.

Os objectivos propostos não devem ser demasiado exigentes, procurando uma melhor adequação ao nível da turma<sup>21</sup>.

Esta Unidade Didáctica proporcionou-me experiências muito importantes e gratificantes. Através da mesma consegui retirar importantes conclusões, acerca das estratégias implementadas, percebendo quais a manter em planificações futuras e quais devem ser excluídas.

---

<sup>21</sup> Segue em anexo 14 um Plano de Aula e respectivo Relatório

■ **5.1.3. UNIDADE DIDÁCTICA CORFEBOL<sup>22</sup> 12ºD**

**5.1.3.1. Justificação / Objectivo**

Esta U. D. aparece no prolongamento da avaliação diagnóstica.

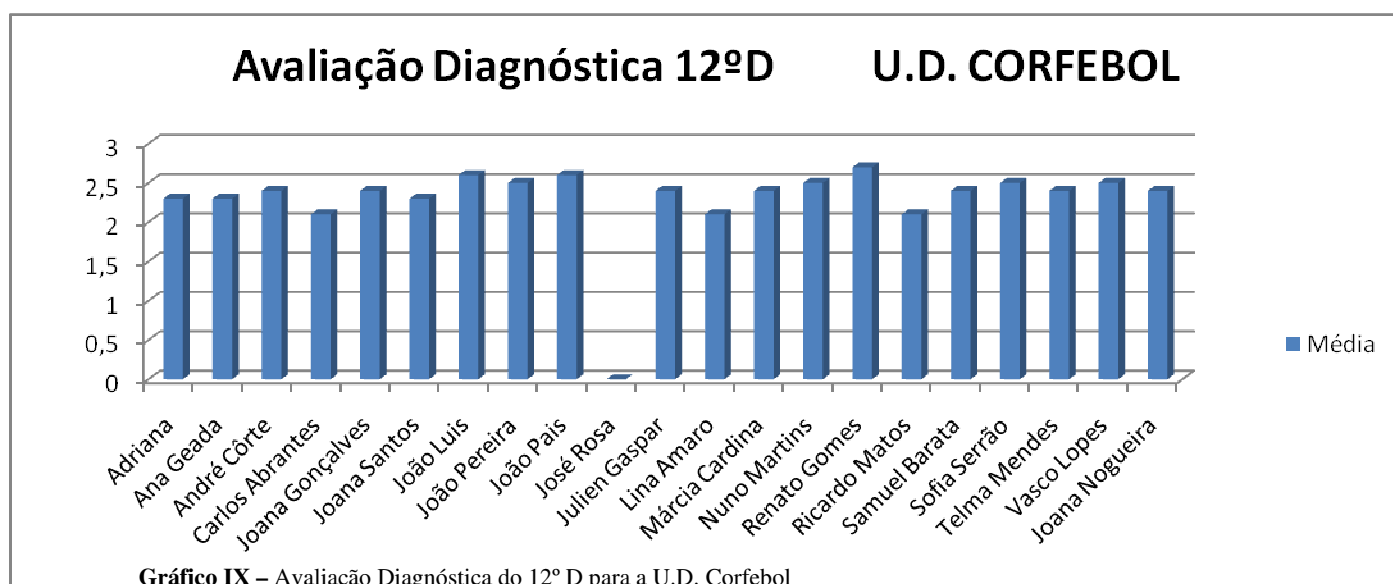
**5.1.3.2. Avaliação Diagnóstica**

Os alunos foram submetidos a avaliações em situação de jogo 4 x 4, 8 x 8 e em exercícios critério. Observei que os alunos sentiram mais dificuldade na compreensão da lógica e das dinâmicas inerentes à modalidade e que essa principal dificuldade reflectia-se na generalidade dos gestos técnicos, execução dos lançamentos, no passe picado, na posição base defensiva e principalmente na desmarcação.

Os alunos, costumados às dinâmicas do Basquetebol, criaram uma confusão em termos tácticos, onde todos procuravam jogar a bola, mesmo que isso implica-se infringir as leis do jogo.

De referir ainda que todos os alunos desta turma (excepto o aluno nº 10 José Rosa) fizeram a aula de avaliação diagnóstica.

Verifiquei então que o nível médio da turma não é de todo satisfatório<sup>23</sup>. Espero que com as aulas o seu nível possa aumentar substancialmente.



<sup>22</sup> Nesta U. D. e consequente balanço, vou apenas apresentar os aspectos que foram significativamente diferentes da U. D. Basquetebol de modo que não haja repetições de ideias.

<sup>23</sup> Nível de 2.345 – Ver anexo 12 - Instrumentos de registo de Avaliação.

Estes valores correspondem, à média de 1 a 5 valores, de todos os gestos técnicos a leccionar durante a U.D. por parte dos alunos.

### 5.1.3.3. Recursos

#### Recursos Humanos

Em relação à Unidade Didáctica apresentada, os recursos humanos são os mesmos que os da U. D - Basquetebol.

#### Recursos Materiais

Os recursos materiais a usar são os seguintes: bolas de Corfebol, cestos de Corfebol, sinalizadores e bancos suecos.

Em relação ao espaço a utilizar para as minhas aulas, elas terão lugar no Ginásio da escola.

#### Recursos Temporais

A Unidade Didáctica do Corfebol foi leccionada desde 07 de Janeiro até 22 de Março de 2010.

A avaliação diagnóstica foi realizada em quatro blocos, ou seja duas aulas de 90 minutos, dia 07 de Janeiro e dia 11 de Janeiro de 2009 respectivamente.

Os recursos temporais estão expostos no quadro abaixo:

	Nº Aulas	Tempo	<u>Total Tempo</u>
Avaliação Diagnóstica	2	90 min	180 min
Avaliação Formativa	3	90 min	270 min
Avaliação Sumativa – <i>Domínio Psicomotor</i>	2	90 min	180 min
Avaliação Sumativa – <i>Domínio Cognitivo</i>	1	90 min	90 min
<u>Total</u>	<b>8</b>		<b>720 min</b>

Quadro VI – Recursos temporais da U. D. Corfebol

#### **5.1.3.4. Estrutura dos conteúdos e Estratégias**

A estrutura dos conteúdos do Corfebol (à excepção do drible) e as Estratégias de solicitação Psicomotora dos exercícios propostos a aplicar na U.D. são as mesmas que já foram anteriormente referidas na unidade didáctica do Basquetebol.

### **■ 5.1.4. BALANÇO DA UNIDADE DIDÁCTICA CORFEBOL**

Este balanço tem como principal objectivo analisar a U. D. de Corfebol e todo o processo ensino - aprendizagem sob a perspectiva do professor.

Foquei os seguintes aspectos: enquadramento da U. D., as decisões de ajustamento em relação aos vários recursos, métodos de controlo do processo, Objectivos Finais, a reflexão sobre as estratégias utilizadas. Concluirei com a apresentação das estratégias de aperfeiçoamento e possíveis modificações para as futuras U. D..

#### **5.1.4.1. Enquadramento da U.D.**

A Unidade Didáctica de Corfebol surge inserida na organização curricular, determinada no início do ano pelo Grupo de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, para o 12º ano. Esta Unidade Didáctica realizada para a turma do 12º D, no início do segundo período lectivo. Durante todo o processo ensino - aprendizagem respeitante a todas as aulas, os alunos estiveram sujeitos a uma avaliação contínua formativa dos vários domínios (cognitivo, sócio - afectivo e psicomotor).

#### **5.1.4.2. Decisões de Ajustamento**

Recursos Materiais

Instalações

Para a leccionação desta U.D. foi-me atribuído o Ginásio da escola. O planeamento das aulas foi sempre de acordo com estas condições e nunca senti a necessidade de utilizar outro espaço.

### Materiais móveis

O material usado foi muito bom para o decorrer da U.D.

Adicionei ao material utilizado, coletes, sinalizadores, apito e cronometro.

### Recursos Temporais

Em relação a este ponto não houve qualquer modificação, ou seja, foram dadas todas as aulas inicialmente previstas, nas datas previstas.

O número de aulas cumpridas foi suficiente para a leccionação dos conteúdos previstos.

### Recursos Humanos

Na realização da U.D. contei com a ajuda dos funcionários das instalações desportivas. Deram sempre o seu apoio sempre que foi pedido através do fornecimento atempado do material de que necessitava para a realização das aulas e qualquer ajuda que eu necessitasse.

#### **5.1.4.3. Métodos de Controlo do Processo**

Avaliação Diagnóstica, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa<sup>24</sup>

#### **5.1.4.4. Objectivos Finais**

De acordo com o nível demonstrado pela maioria dos alunos da turma na avaliação diagnóstica efectuada no início do ano lectivo (nível 2,345) e através de todos os recursos disponíveis para a prática, delineei objectivos que pareciam exequíveis, procurando colocar a turma entre o nível 3 e nível 4 (planos e relatórios de aula). De um modo geral, considero ter alcançado os objectivos propostos e com o intuito de melhor ilustrarmos este feito, irei apresentar em pormenor esse facto.

---

<sup>24</sup> Explicados anteriormente em Métodos de Controlo do Processo U. D. Basquetebol.

O Domínio Sócio - afectivo e Domínio Cognitivo que foram abordados anteriormente no Balanço U. D. Basquetebol, são transportados para os Objectivos Finais deste balanço. Isto deve-se ao facto de a turma é a mesma, e ao longo do período ter demonstrado ser bastante coerente no que se refere à postura e comportamento relativamente a ambas as unidades didácticas. Obviamente que relativamente ao Domínio Cognitivo, têm que ser feitas as devidas adaptações de uma modalidade para a outra.

#### Domínio Psicomotor

Dos objectivos traçados na Unidade Didáctica, aqueles em que os alunos satisfizeram minimamente foram:

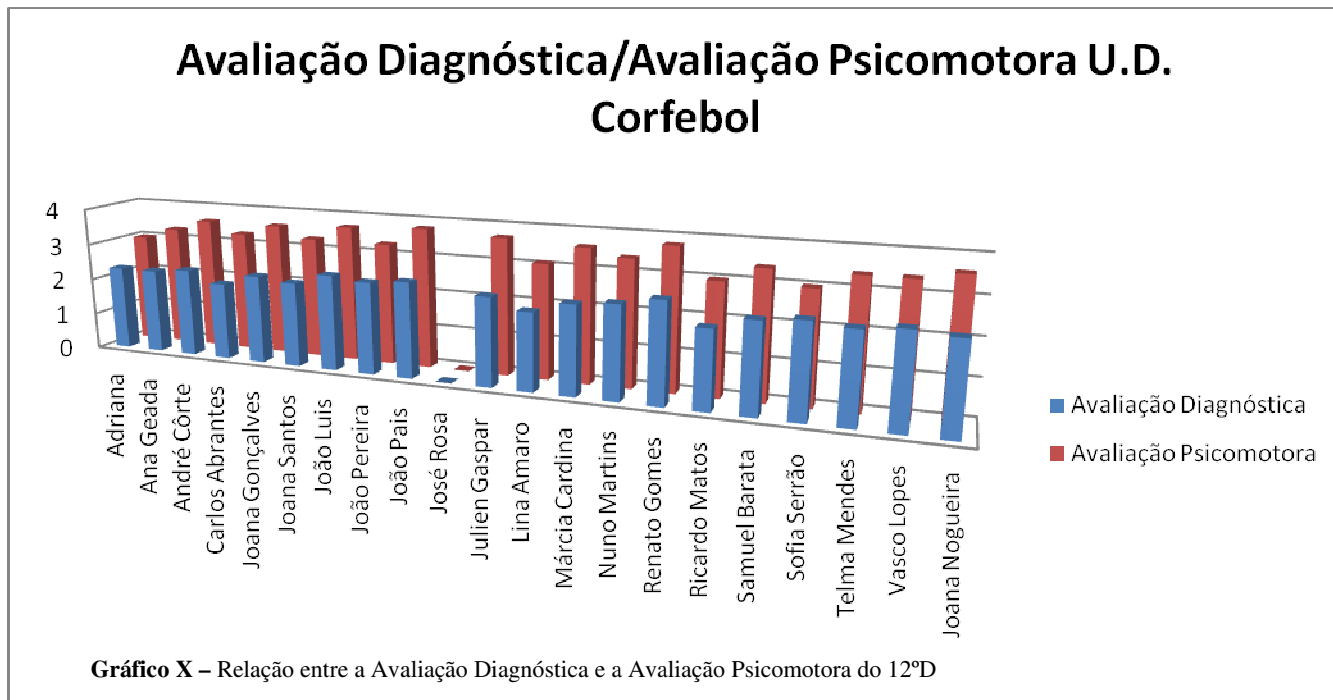
- Logo que a sua equipa recupera a posse da bola, em situação de transição defesa - ataque:
  - Desmarca-se oportunamente, para oferecer uma linha de primeiro passe ao jogador com bola;
  - Durante a progressão para o cesto, selecciona a acção mais ofensiva:
    - Passa a um companheiro que lhe garante linha de passe ofensiva ou;
- Ao entrar em posse da bola, enquadra-se em atitude ofensiva básica, optando pela acção mais ofensiva:
  - Lança, se tem ou consegue situação de lançamento, utilizando o lançamento parado ou em suspensão, de acordo com a acção do defesa;
  - Passa, se tem um companheiro desmarcado em posição mais ofensiva, utilizando a técnica mais adequada à situação, desmarcando-se de seguida na direcção do cesto e repondo o equilíbrio ofensivo, se não recebe a bola.
- Se não tem bola, no ataque:
  - Desmarca-se em movimentos para o cesto e para a bola (trabalho de recepção), oferecendo linhas de passe ofensivas ao portador da bola.

- Logo que perde a posse da bola, assume de imediato atitude defensiva acompanhando o seu adversário directo (defesa individual), procurando recuperar a posse da bola o mais rápido possível:
  - Dificulta o passe e o lançamento, colocando-se entre o jogador e o cesto na defesa do jogador com bola.
  - Dificulta a abertura de linhas de passe, colocando-se entre o jogador e a bola, na defesa do jogador sem bola.

Os objectivos estipulados ao nível do domínio psicomotor, não sofreram alterações e foram efectivamente estes os que foram abordados. Foram verificadas evoluções muito significativas.

As acções técnicas - tácticas foram aquelas em que os alunos necessitavam de um pouco mais de exercitação/consolidação, para conseguir atingir na totalidade os objectivos.

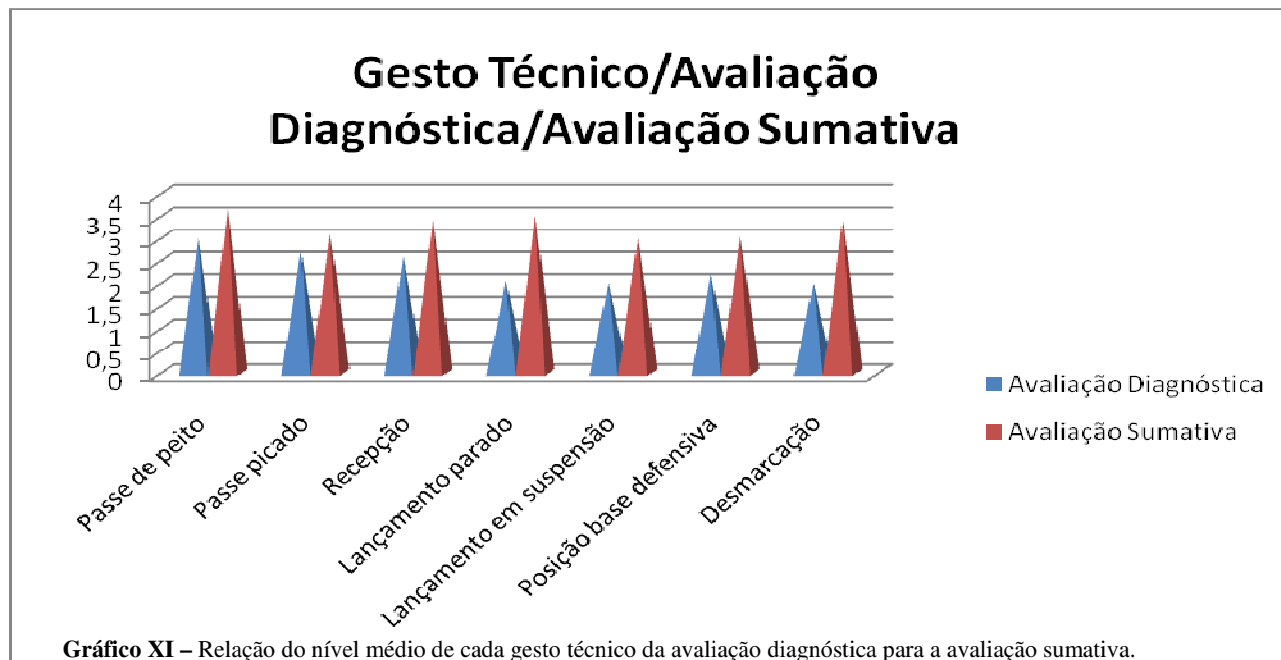
O gráfico ilustra a evolução ao nível psicomotor da turma comparando a Avaliação Diagnóstica com a Avaliação Sumativa:



Verifica-se que houve uma melhoria substancial por parte de todos os alunos. Podemos também verificar, que quase todos os alunos subiram um valor na avaliação do domínio

psicomotor, comparativamente com a nota obtida na avaliação diagnóstica, o que demonstra uma boa evolução<sup>25</sup>.

O gráfico seguinte ilustra a evolução do nível de cada gesto técnico da avaliação psicomotora inicial para a avaliação psicomotora final.



Verifica-se que houve uma melhoria de todos os gestos técnicos. Destaca-se o lançamento parado com um aumento de quase um valor e meio (1,45) e a desmarcação com 1,4. O aumento significativo do lançamento parado deve-se ao facto de os alunos não terem por norma fazer este tipo de lançamento, pois este adquire particularidades que o tornam diferente do lançamento do basquetebol (debaixo para cima).

Assim, numa fase inicial (Avaliação Diagnóstica) os alunos não tinham articulado o mecanismo do lançamento no Corfebol. Na fase final (Avaliação Sumativa), uma vez que os alunos tiveram oportunidade de praticar várias vezes um movimento que na generalidade nenhum aluno tinha anteriormente feito, é normal que os valores tenham subido substancialmente. Em relação à desmarcação passa-se o mesmo, os alunos sentiram a necessidade de melhorar este gesto para conseguir estar em jogo com os colegas, uma vez que, no Corfebol não é permitido driblar ou progredir com a bola na mão.

<sup>25</sup> Ver anexo 12 - Instrumentos de Registo de Avaliação

#### **5.1.4.5. Estratégias utilizadas**

Para conseguir o aumento do sucesso no processo ensino - aprendizagem, na abordagem desta modalidade delineei estratégias, já mencionadas em Balanço U. D. – BASQUETEBOL e que transporte para esta U. D.<sup>26</sup>..

#### **5.1.4.6. Conclusões**

Uma vez que tanto a metodologia adoptada como a turma em questão é a mesma, as conclusões e estratégias de aperfeiçoamento e sugestões são as mesmas que já foram referidas anteriormente em BALANÇO U. D. – BASQUETEBOL<sup>27</sup>.

### **6. Metodologia 11°C**

A metodologia utilizada na elaboração deste relatório baseou-se na revisão bibliográfica de algumas obras de referência, consulta do respectivo projecto curricular de turma, caracterização das turmas e análise de dados estatísticos (criação de U. D.).

#### **6.1. Aulas previstas das turmas**

Para o 3º Período, na turma do 11º C estavam previstas 16 aulas, contudo, apenas foram leccionadas 15 aulas uma vez que, no dia 13 de Maio houve tolerância de ponto devido à vinda do Papa a Portugal.

---

<sup>26</sup> Segue em anexo 14 um Plano de Aula e respectivo Relatório

<sup>27</sup> Todas as fichas de trabalho e avaliação da turma 12ºD (Matrizes de testes / Testes de Avaliação / Critérios de Correção) encontram-se em anexo para consulta.

**A Turma**  
**Foto dos Alunos 11ºD**



Direcção Regional de Educação Centro  
404676 - Escola Secundária Quinta das Palmeiras - Covilhã

Ciências e Tecnologias

**Listagem de fotos - 11º ano, Turma C**



**6.2. Relação com os Alunos**

A turma 11ºC é uma turma com características muito singulares que sempre manteve por iniciativa própria uma distância pronunciada no que se refere à relação professor – aluno. A expressão da aluna nº 15 Maria Silva para caracterizar a visão da turma sobre a disciplina de Educação Física é elusiva para demonstrar o descomprometimento da turma *“as aulas servem para brincarmos e descontrair das outras disciplinas em que temos mesmo que trabalhar stor, não estamos aqui para nos esforçar muito”*. Esta postura propicia a que a turma se desligue das aulas e dos conteúdos que tento passar e mantenha a distância que referi anteriormente. O meu comportamento e postura perante a turma foi no sentido de me aproximar dos alunos para tentar estabelecer uma relação de confiança. Na generalidade, a turma é composta por alunos muito inteligentes mas

também muito imaturos para a idade, talvez por causa disso, mais vocacionados para pensar as coisas em vez de as fazerem. Ao longo do período fui desenvolvendo (fui sempre eu que tive a postura de proximidade com os alunos pois estes nunca tiveram essa iniciativa) uma relação de respeito e empatia com os alunos. Posso dizer que tenho uma boa relação com os alunos, passei de uma relação cordial no início do período para uma relação de relativa confiança no final do mesmo.

### 6.3. Caracterização 11º C

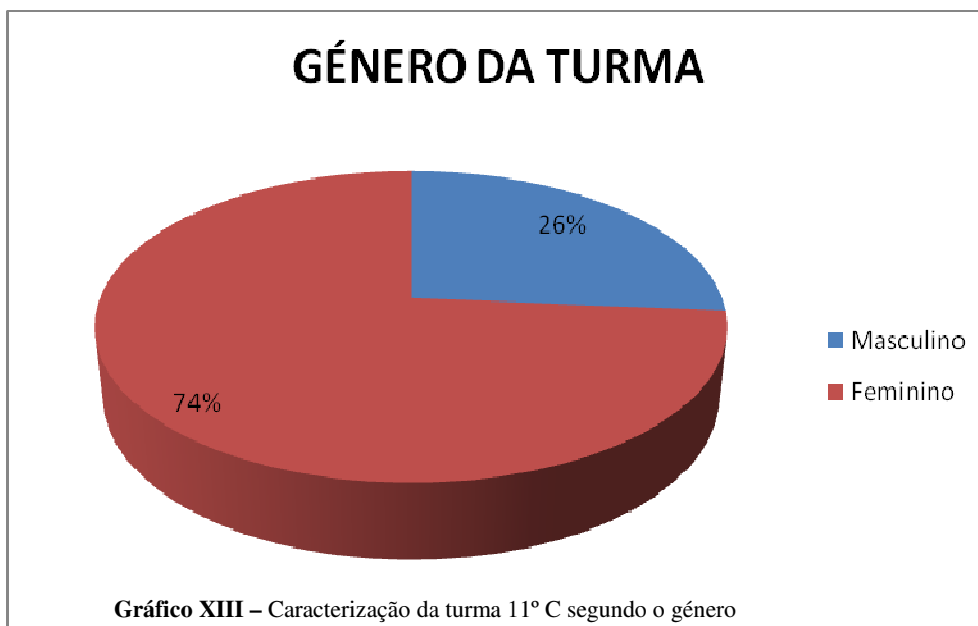
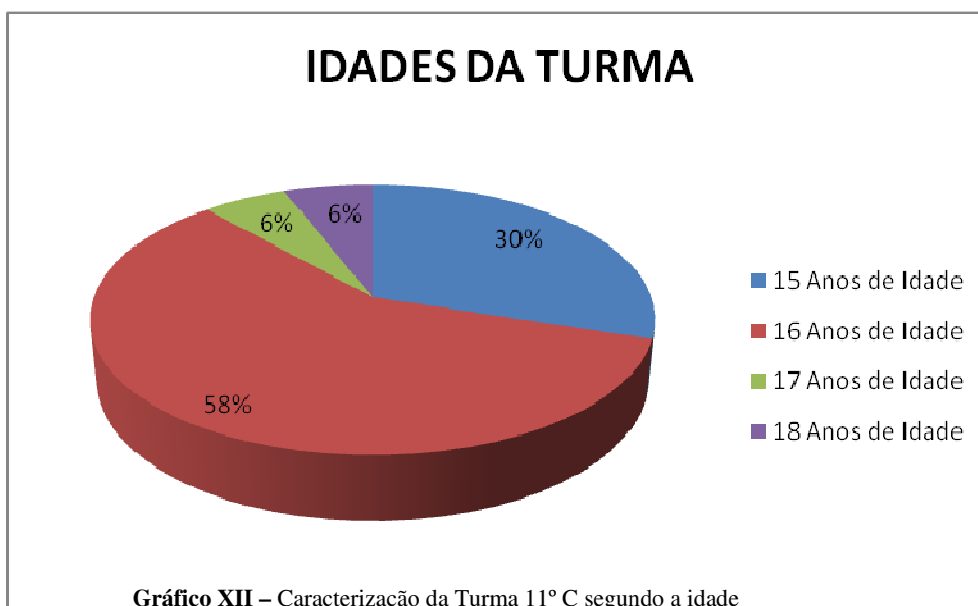
No QUADRO III em anexo, encontra-se a caracterização dos alunos segundo o nome, idade, habilitações literárias dos pais, profissões dos pais, situações conjugais dos pais, nº de irmãos, com quem vive e se possui algum escalão do SASE.

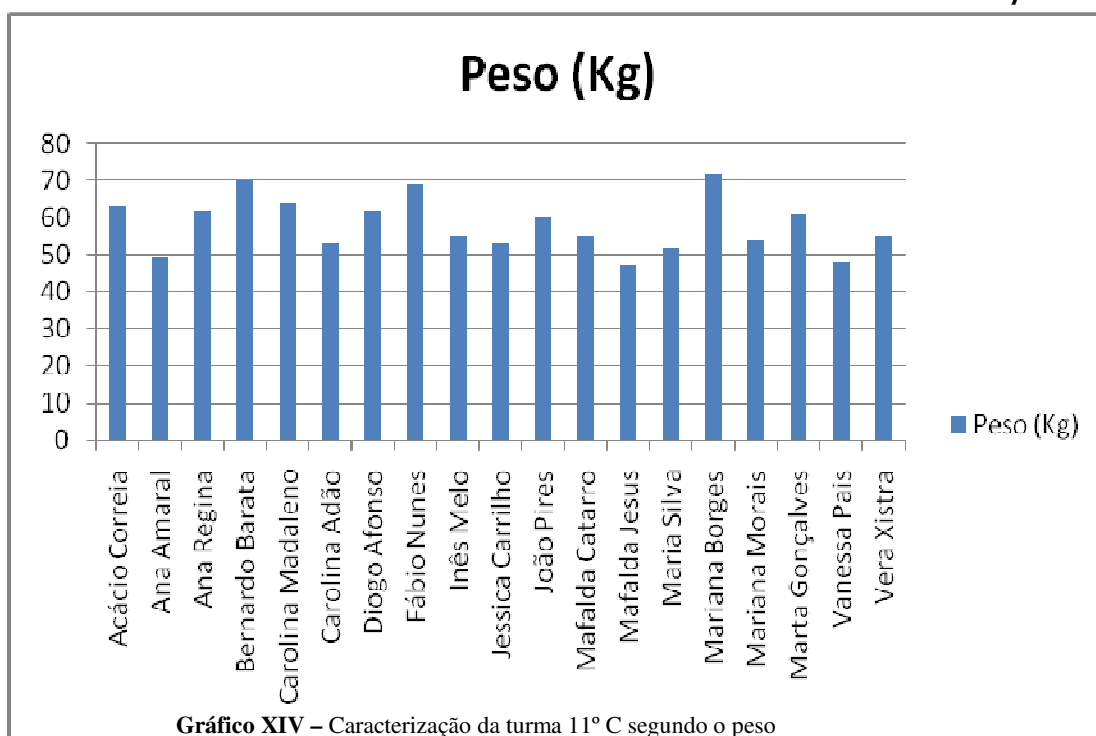
No QUADRO IV em anexo estão caracterizados os alunos segundo o nome, meio de transporte utilizados na deslocação para a escola, disciplinas favoritas e as que têm mais dificuldades, repetências e saúde.

No QUADRO V em anexo, os alunos estão caracterizados segundo o nome, a profissão desejada e observações diversas.

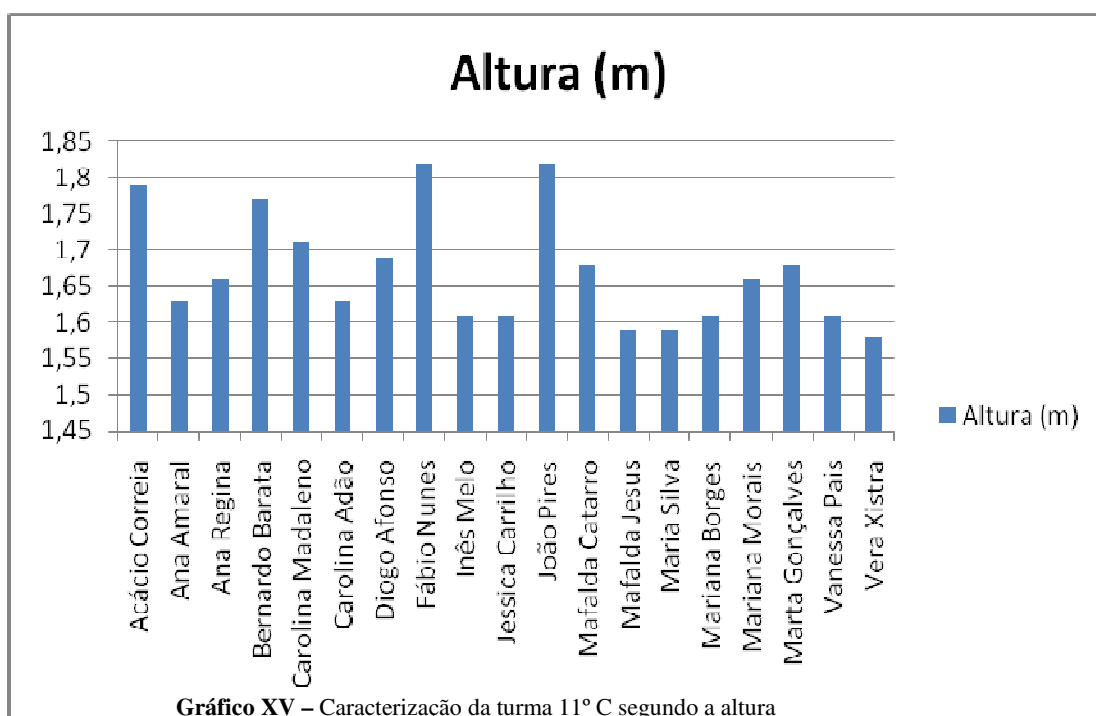
No QUADRO VI em anexo, encontra-se uma caracterização feita por mim logo na primeira aula com o nome e número de cada aluno, se já praticou Badminton ou Dança, se pretende tirar um curso superior e o que espera de educação física para o terceiro período (estratégias de intervenção e acolhimento à turma).

- **Grau (nível) de Ensino:** As Unidades Didáticas destinam-se ao 11º ano de escolaridade (11ºC);
- **Número de alunos:** A turma tem um total de 25 alunos (os alunos nº 14, 19, 20, 23, 24 e 25 não têm Educação Física, pelo que, não serão contabilizados daqui para a frente);
- **Género:** A turma é composta por 14 raparigas e 5 rapazes;
- **Idade:** A média de idades da turma é de 15,8, sendo 15 a idade mínima e 19 a idade máxima.

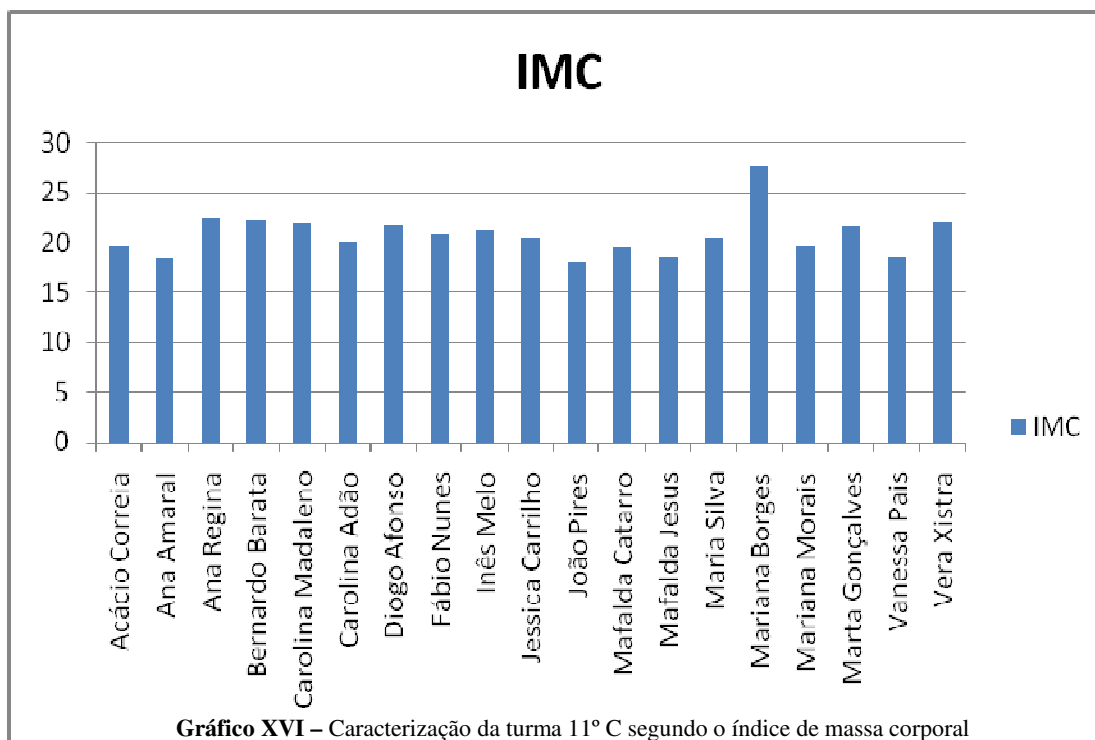




A média de peso da turma é de 58,10 kg, sendo que 47kg corresponde ao peso mínimo e 72 kg ao peso máximo.



A média de alturas da turma é de 1,67 m, sendo que 1,59 m corresponde à altura mais baixa e 1,82 m à altura mais alta.



A média do índice de massa corporal (IMC) é de 20,80, sendo que 18,11 corresponde ao valor mais baixo e 27,77 corresponde ao valor mais elevado. Segundo NCHC.CDC, (National Center for Health Statistics. Centers for Disease Control and Prevention) a média do IMC para adolescentes do sexo feminino com 16 anos de idade é de 17,38 e a média da turma é de 20,90. E do sexo masculino 17,69 e a média da turma é de 20,53. Pode-se constatar que em ambos os géneros os valores médios estão acima do recomendado.

#### 6.4. Planeamento do 11° C

O planeamento da turma C do 11° ano foi pensado e operacionalizado seguindo as mesmas linhas gerais que o planeamento da turma D do 12° ano de escolaridade. No projecto curricular do 11° C estão os principais objectivos e estratégias a desenvolver na turma. Segundo o projecto curricular<sup>28</sup>, os objectivos gerais da turma são:

- *Desenvolver conhecimentos a nível das várias disciplinas;*
- *Desenvolver capacidades de comunicação;*
- *Desenvolver capacidades de recolha e tratamento de informação;*

<sup>28</sup> Ver anexo 8

- *Desenvolver métodos de trabalho e de estudo;*
- *Desenvolver aptidões intelectuais e estratégias cognitivas;*
- *Desenvolver capacidades de reflexão e capacidades metacognitivas;*
- *Desenvolver atitudes de respeito, responsabilidade e autonomia;*
- *Promover valores de solidariedade e cooperação.*
- *Promover o Projecto de Educação Sexual na Turma.*
- *Desenvolver as finalidades da educação sexual delineadas no artigo 2º, da Lei nº 60/2009, de 6 de Agosto.*

Tendo em consideração a definição destes objectivos e uma vez que fui solicitado para ser o responsável pela promoção do projecto Educação Sexual<sup>29</sup>, aproveitei para o enquadrar na apreciação global das necessidades e prioridades curriculares da turma definidas no projecto da turma<sup>30</sup> e ir ao encontro das mesmas:

- *Algumas dificuldades de atenção;*
- *Falta de métodos e hábitos de trabalho.*
- *Dificuldades relativas à expressão escrita, designadamente pobreza vocabular, ortografia, sintaxe, coesão textual e pontuação, detectadas em vários alunos da turma.*

Assim, defini as seguintes estratégias de intervenção para leccionar os dois blocos de Educação Sexual:

Estas aulas tiveram como principal objectivo ir ao encontro da consciencialização por parte dos alunos para as diferentes problemáticas do tema e como objectivo secundário trabalhar a atitude crítica dos alunos, métodos e hábitos de trabalho, explorar a expressão escrita e performances na apresentação e defesa de trabalhos.

Método e o porque deste método:

Numa primeira fase, a turma foi dividida em 3 grupos de 5 elementos e 1 grupo de 4 elementos. Consequentemente, cada grupo trabalhou sobre o tema que lhe foi atribuído. Na aula anterior ao primeiro bloco, cada grupo deve entregar o respectivo trabalho. No dia do primeiro bloco cada grupo terá que fazer a respectiva apresentação à turma sobre

---

<sup>29</sup> O tema que me foi atribuído “Adequação das várias formas de contacto físico nos diferentes contextos de sociabilidade”

<sup>30</sup> Ver anexo 8

o tema (todos os elementos do grupo têm que obrigatoriamente apresentar uma parte do trabalho, 15 a 20 minutos cada apresentação).

**Tema: “Adequação das várias formas de contacto físico nos diferentes contextos de sociabilidade”**

**Grupo I: Sub - tema: ...Família**

Bernardo Barata

Fábio Nunes

Jéssica Carrilho

Mafalda Jesus

Mariana Morais

**Grupo II: Sub - tema: ...Escola**

Carolina Adão

Regina Neves

Diogo Afonso

Acácio Correia

João Pires

**Grupo III: Sub - tema: ...Fora da Escola**

**Amorosas**

Mafalda Catarro

Maria João

Inês Melo

Mariana Borges

Marta Gonçalves

**Grupo IV: Sub - tema: ...Relações**

Ana Paula

Carolina Madaleno

Vanessa Pais

Vera Xistra

No segundo bloco foi promovido um debate entre os grupos da turma, em que a discussão aguçou a capacidade crítica dos alunos. Os alunos defenderam o seu trabalho com toda a argumentação possível e credível.

Os alunos foram advertidos que a avaliação será transversal em todos os pontos do processo, nomeadamente pelo trabalho em si (60%) mas também na apresentação, defesa e levantamento de hipóteses para refutar as ideias ou estratégias dos restantes grupos (no debate propriamente dito) (40%)

Ao longo do terceiro período tive várias limitações temporais, (explicadas mais à frente) e consequência disso as aulas de educação sexual foram leccionadas em dias em que o espaço que me estava destinado era o campo exterior. Esta estratégia advém do facto da calendarização e das condições atmosféricas terem sido muito inconstantes. Assim, diminui a probabilidade de dar ainda menos aulas.

Foram postas em prática várias estratégias que foram aplicadas e que se encontram no ponto Estratégias dos respectivos Balanços das U. D..

Na planificação anual da turma 11º C, ficou decidido que as Unidades Didácticas obrigatórias a ser leccionadas seriam:

- Andebol;
- Basquetebol;
- Corfebol;
- Ginástica;
- Badminton;
- Dança;

As U.D foram distribuídas da seguinte forma:

1º Período (Professor Estagiário: Bruno Coelho): Ginástica, Basquetebol

2º Período (Professor Estagiário: João Lima): Andebol e Corfebol

3º Período (Professor Estagiário: Carlos Araújo): Badminton e Dança

No primeiro período a modalidade alternativa foi o Voleibol, no segundo período Futsal e no terceiro período não houve modalidade alternativa por uma questão de calendário.

A U. D. Dança ingressou há relativamente pouco tempo no Programa Nacional de Educação Física, e como tal os processos a si inerentes ainda não estão tão cimentados quando seria desejável<sup>31</sup>. Esta situação aliada ao facto de a turma nunca ter tido dança como modalidade e o próprio perfil da turma<sup>32</sup> fez com que sentisse a necessidade de reforçar/vincar estratégias específicas de implementação da U. D. à turma.

Sabendo já antecipadamente todas estas nuances e o desafio que me esperava, defini com os alunos que na primeira aula de dança o professor seria o primeiro a dançar e não os alunos (estratégia para “*quebrar o gelo*” entre os alunos e para os alunos não criarem resistências à introdução da dança). Assim, “*o professor será o primeiro a fazer figuras tristes*” (dar-lhes a entender que estou na mesma situação que eles e que sinto as mesmas dificuldades) e se o professor fizer, os alunos já se sentem mais desinibidos e também fazem (estratégia de aumento do tempo útil de aula e aumento potencial de

---

<sup>31</sup> Encontram-se ainda menos referências bibliográficas desta modalidade que de outra qualquer que já se encontre à mais tempo no Programa Nacional de Educação Física.

<sup>32</sup> Explicado em Relação com Alunos

aprendizagem). Esta estratégia deve por os alunos mais à vontade e sem preconceitos de mexer o corpo em prol do desenvolvimento de novas competências.

Na primeira aula da U. D. Dança foi então ensinada à turma uma coreografia que os alunos decoraram até ao final da mesma. A coreografia foi trabalhada por mim no sentido de introduzir os alunos da forma menos penosa, mais rápida e mais dinâmica possível na U. D. da Dança. Apesar de numa fase inicial os alunos não usufruírem de uma participação em que pudessem primar pela originalidade e terem que se cingir a imitar os gestos propostos por mim, esta estratégia prende-se com as poucas aulas que terei oportunidade de leccionar da unidade didáctica<sup>33</sup>.

Todas as aulas seguintes da supracitada unidade didáctica começavam com o relembrar da coreografia da primeira aula, sendo que de seguida os alunos dividem-se por grupos<sup>34</sup> para trabalhar numa coreografia.

### 6.5. Calendarização 11º C (Prevista)

	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q
SETEMBRO		1	2	3	4	5	6	7	8	9
OUTUBRO				1 GINÁSTICA	2	3	4	5	6	7
NOVEMBRO							1	2 BASQUETEBOL	3	4
DEZEMBRO		1	2	3 GINÁSTICA	4	5	6	7 GINÁSTICA	8	9
JANEIRO					1	2	3	4 VOLEIBOL	5	6
FEVEREIRO	1 CORFEBOL	2	3	4 A. ALTERNATIVA	5	6	7	8 A. ALTERNATIVA	9	10
MARÇO	1 CORFEBOL	2	3	4 VOLEIBOL (greve)	5	6	7	8 A. ALTERNATIVA	9	10
ABRIL				1	2	3	4	5	6	7
MAIO						1	2	3 A. ALTERNATIVA	4	5
JUNHO		1	2	3	4	5	6	7 BADMINTON	8	9

<sup>33</sup> E depois de estudar o perfil, bem como o contexto da turma

<sup>34</sup> Anexo 6 - Utilização da caracterização (QUADRO VI) que eu fiz da turma para definir quem lidera cada grupo

	Q	S	S	D	S	T	Q	Q
SETEMBRO	10	11	12	13	14	15	16	17 Apresentação
OUTUBRO	8 BASQUETEBOL	9	10	11	12 BASQUETEBOL	13	14	15FG
NOVEMBRO	5 A. ALTERNATIVA	6	7	8	9 A. ALTERNATIVA	10	11	12 GINÁSTICA
DEZEMBRO	10 BASQUETEBOL	11	12	13	14 BASQUETEBOL	15	16	17 A. ALTERNATIVA
JANEIRO	7 CORFEBOL	8	9	10	11 CORFEBOL (nevou)	12	13	14 A. ALTERNATIVA
FEVEREIRO	11 VOLEIBOL	12	13	14	15	16	17	18 CORFEBOL
MARÇO	11 CORFEBOL	12	13	14	15 VOLEIBOL	16	17	18 A. ALTERNATIVA
ABRIL	8	9	10	11	12 A. ALTERNATIVA	13	14	15 FG
MAIO	6 BADMINTON	7	8	9	10 DANÇA	11	12	13 A. ALTERNATIVA
JUNHO	10	11	12	13	14	15	16	17

	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D
SETEMBRO	18	19	20	21 Jogos	22	23	24 Jogos	25	26	27
OUTUBRO	16	17	18	19 FG	20	21	22 GINÁSTICA	23	24	25
NOVEMBRO	13	14	15	16 GINÁSTICA	17	18	19 BASQUETEBOL	20	21	22
DEZEMBRO	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
JANEIRO	15	16	17	18 A. ALTERNATIVA	19	20	21 Corta mato	22	23	24
FEVEREIRO	19	20	21	22 VOLEIBOL	23	24	25 A. ALTERNATIVA	26	27	28
MARÇO	19	20	21	22 CORFEBOL	23	24	25 VOLEIBOL	26	27	28
ABRIL	16	17	18	19 FG	20	21	22 A. ALTERNATIVA	23	24	25
MAIO	14	15	16	17 BADMINTON	18	19	20 DANÇA	21	22	23
JUNHO	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

	S	T	Q	Q	S	S	D	S
SETEMBRO	28 GINÁSTICA	29	30					
OUTUBRO	26 GINÁSTICA	27	28	29 BASQUETEBOL	30	31		
NOVEMBRO	23 BASQUETEBOL	24	25	26 A. ALTERNATIVA	27	28	29	30 A. ALTERNATIVA
DEZEMBRO	28	29	30	31				
JANEIRO	25 FG	26	27	28 CORFEBOL	29	30	31	
FEVEREIRO								
MARÇO	29	30	31					
ABRIL	26 BADMINTON	27	28	29 DANÇA	30			
MAIO	24 A. ALTERNATIVA	25	26	27 BADMINTON	28	29	30	31 DANÇA
JUNHO		28	29	30				

6.5.1. Calendarização 11º C (Realizada-3º Período)

ABRIL				1	2	3	4	5	6	7
MAIO						1	2	TESTE (marcar sala)	4	5
JUNHO		1	2	3	4	5	6	7 DANÇA	8	9

ABRIL	8	9	10	11	12 Apresentação	13	14	15 FG
MAIO	6 DANÇA BADMINTON	7	8	9	10 BADMINTON	11	12	13. Feriado PAPA
JUNHO	10	11	12	13	14	15	16	17

ABRIL	16	17	18	19 FG	20	21	22. BADMINTON	23	24	25
MAIO	14	15	16	17. Dia da Escola	18	19	20. EDUCAÇÃO SEXUAL	21	22	23
JUNHO	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

ABRIL	26 Dança	27	28	29 DANÇA	30			
MAIO	24 EDUCAÇÃO SEXUAL	25	26	27 DANÇA BADMINTON	28	29	30	31 DANÇA BADMINTON
JUNHO		28	29	30				

Por observação de ambas as calendarizações, é facilmente perceptível que no que remete para aulas práticas, na Calendarização prevista são 16 aulas práticas para cada modalidade e na calendarização realizada são drasticamente reduzidas para 11 aulas práticas, isto contando com a aula do dia 12 de Abril de apresentação, em que dei 15

minutos de aula prática (início da Avaliação Diagnóstica Badminton) e com a aula do dia 10 de Maio que houve visita de estudo e dei aula para apenas 5 alunos. Foi a partir dessa aula que eu defini que teria que aplicar novas estratégias<sup>35</sup> às que tinham sido definidas no início do ano.

### **6.1.1. Planificação das subunidades didácticas**

## **■ ADENDA DA UNIDADE DIDÁCTICA BADMINTON**

### **6.1.1.1. Justificação / Objectivo**

Esta U. D. aparece no prolongamento da avaliação diagnóstica do domínio psicomotor, na Unidade Didáctica (U.D.) de Badminton. Tem como objectivo avaliar o nível médio da turma, com a finalidade de definir estratégias de ensino - aprendizagem para a Unidade Didáctica em questão, bem como analisar se os objectivos, as instalações e materiais definidos nesta, estariam ajustados à turma.

### **6.1.1.2. Avaliação Diagnóstica**

Na primeira aula de Educação Física foi proposta uma auto-avaliação à turma com classificação de 0 a 5 sobre o domínio geral da turma para a modalidade Badminton, sendo que avaliaram-se entre 2,5 e 3 valores<sup>36</sup>. Depois de feita a avaliação diagnóstica por observação, e consequente análise à Ficha de Observação e Registo de Comportamentos utilizada nesta avaliação, verifiquei que o nível médio da turma é quase positivo<sup>37</sup> (nível de 2.47), espero que, com as aulas, conseguir aumentar o nível geral da turma.

Observei que os alunos sentiram mais dificuldade (executavam com muitas dificuldades) na execução da Pega de Esquerda, no Lob (valor médio da turma por gesto técnico = 2 valores) no Remate e Clear (valor médio da turma por gesto técnico = 2,16

---

<sup>35</sup> Explicadas mais à frente no Balanço a U. D. Badminton

<sup>36</sup> Ver anexo 6 Quadro VI - Caracterização 11°C

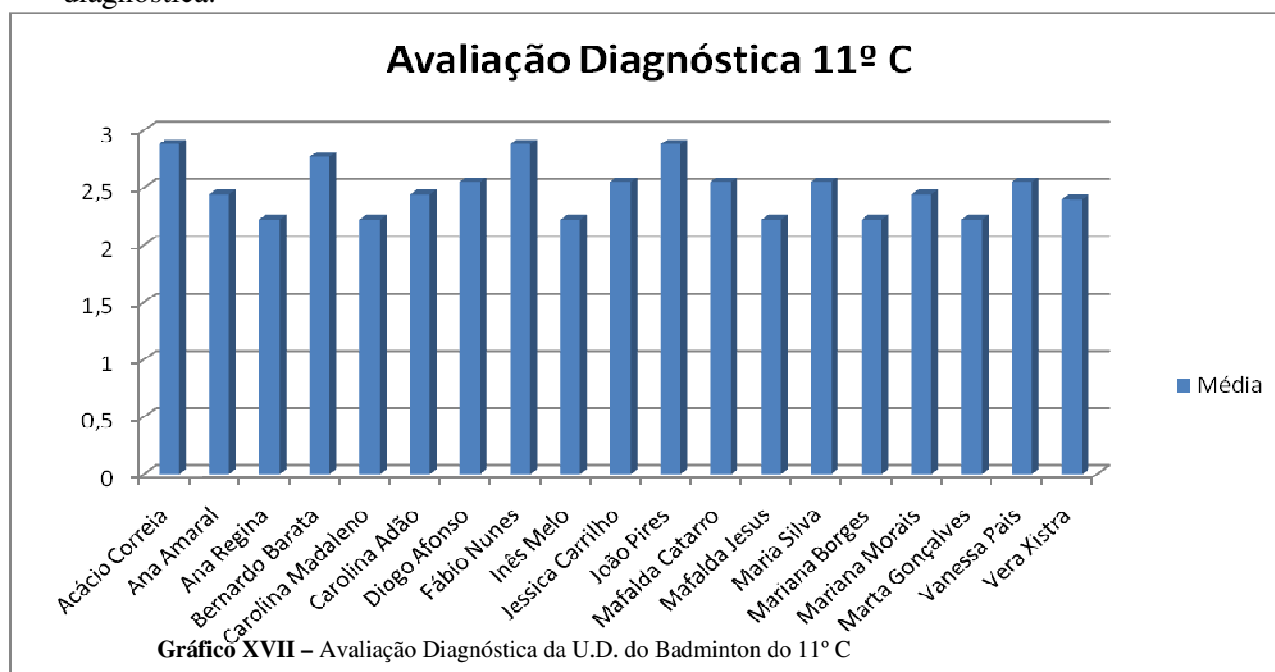
<sup>37</sup> Ver anexo 12 – Instrumentos de registo de Avaliação

valores). Em confrontação com os outros gestos técnicos, a turma já executa com algumas dificuldades, nomeadamente o Serviço (valor médio da turma por gesto técnico = 2,5 valores), o Amorti e Drive (valor médio da turma por gesto técnico = 2,66 valores), a Posição Base (valor médio da turma por gesto técnico = 3 valores) e a Pega de Direita (valor médio da turma por gesto técnico = 3,16 valores).

Durante a avaliação diagnóstica em situação de jogo, feita de forma a observar o desempenho dos alunos nos diferentes gestos técnicos, observei que os alunos mostraram alguma falta de conhecimento pelas regras do jogo, não empregando as dinâmicas inerentes ao bom desenvolver da actividade. A maior parte dos alunos não conheciam alguns gestos técnicos e dos gestos que conheciam não conseguiam associar na prática qual deles se referiam. Em confronto directo 1X1 os alunos limitavam-se a jogar um com o outro (batiam o volante), não procurando desequilíbrios no colega (um contra o outro).

Verificou-se então, uma descontextualização profunda da modalidade e uma desorganização organizada em situação de jogo, ou seja, os alunos batiam o volante para o colega mas não o faziam com o intuito de ganhar ponto, criando desequilíbrios no colega, faziam-no simplesmente para manter o volante no ar. Acontecia também que, independentemente da trajectória que o volante tivesse e a posição do colega, os alunos jogavam sempre da mesma forma (por comodidade ou por incapacidade/dificuldade de executar determinado gesto técnico), não fazendo a leitura do conjunto/da situação.

De referir ainda que todos os alunos desta turma fizeram a aula de avaliação diagnóstica.



Estes valores correspondem, á média de 1 a 5 valores, de todos os gestos técnicos a leccionar durante a U.D. por parte dos alunos.

### 6.1.1.3. Recursos

#### Recursos Humanos

O Professor, professor estagiário, os auxiliares e a turma.

#### Recursos Materiais

Os recursos materiais a utilizados são os seguintes: raquetes de Badminton, volantes, rede de Badminton, postes, coletes, cones, sinalizadores, bancos suecos, apito e cronómetro.

Em relação ao espaço a utilizar para as minhas aulas, foi-me atribuído o Ginásio e Pavilhão da escola.

#### Recursos Temporais

A Unidade Didáctica de Badminton foi leccionada desde 12 de Abril até 07 de Junho de 2010.

A avaliação diagnóstica foi realizada em duas aulas de 90 minutos, dia 12 de Janeiro e dia 22 de Abril 2010 respectivamente.

Os recursos temporais estão expostos no quadro abaixo:

	Nº Aulas	Tempo	<u>Total Tempo</u>
<b>Avaliação Diagnóstica</b>	2	90 min	180 min
<b>Avaliação Formativa</b>	3	90 min	270 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Domínio Psicomotor</i></b>	1	90 min	90 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Domínio Cognitivo</i></b>	1	90 min	90 min
<b><u>Total</u></b>	<b>7</b>		<b>450 min</b>

Quadro VII – Recursos temporais da U. D. Badminton

**6.1.1.4. Estrutura dos conteúdos e estratégias**

Os conteúdos que foram abordados nesta U.D. tiveram uma sequência lógica de aprendizagem<sup>38</sup>:

<b>Técnica Ofensiva:</b>
<p>Tipos de batimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Clear</li> <li>● Lob;</li> <li>● Amorti;</li> <li>● Drive;</li> <li>● Remate.</li> </ul>
<b>Técnica Defensiva:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Posição base;</li> <li>● Amorti.</li> </ul>
<b>Táctica:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Serviço: Curto e Longo;</li> <li>● Domínio da raquete.</li> </ul>

**Quadro VIII** – Conteúdos a abordar na Unidade Didáctica

**Nota:** Os critérios de êxito de cada conteúdo, foram tidos em conta para ajudar na avaliação do aluno e analisar os progressos do mesmo.

*Solicitação Psicomotora dos Exercícios Propostos*

No processo de ensino - aprendizagem da presente U.D., foi dada uma importância significativa ao desenvolvimento Psicomotor dos alunos. Utilizando os exercícios abrangidos nos Objectivos, nos quais as tarefas executadas pelos alunos, servem como meio de solicitação da educação motora dos mesmos ao nível da psicomotricidade.

A intensidade e dificuldade das tarefas devem estar adaptadas às capacidades dos alunos. Assim, utilizar as seguintes estratégias:

<sup>38</sup> Ver anexo 12 - critérios de êxito

- Na começo começar por utilizar exercícios critério de domínio da raquete e à medida que o domínio está mais automatizado, ir aumentando a complexidade;
- Começar por executar gestos técnicos de fácil execução (sem deslocamento) e progressivamente utilizar gestos técnicos mais complexos (com deslocamento);
- Realizar os exercícios em zonas o mais amplas possíveis, de modo que não haja tendência de os volantes ficarem presos e/ou suspensos em locais de difícil acessibilidade;
- Experiências novas para os alunos e enriquecedoras do ponto de vista da motivação, com a experimentação da modalidade Speedminton nas aulas da U. D. Badminton;
- Utilizar os alunos como agentes de ensino.

### ■ 6.1.2. BALANÇO DA UNIDADE DIDÁCTICA BADMINTON

Neste balanço final foquei aspectos como, o enquadramento da U. D., as decisões de ajustamento em relação aos vários recursos, métodos de controlo do processo, objectivos finais, a reflexão sobre as estratégias utilizadas. Concluirei com a apresentação das estratégias de aperfeiçoamento e possíveis modificações para as futuras U. D..

#### 6.1.2.1. Enquadramento da U.D.

A Unidade Didáctica de Badminton surge inserida na organização curricular, determinada no início do ano pelo Grupo de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, para o 11º ano. Esta Unidade Didáctica foi operacionalizada ao longo do terceiro período lectivo para a turma do 11º C. Durante todo o processo ensino - aprendizagem os alunos estiveram sujeitos a uma avaliação contínua formativa dos vários domínios (cognitivo, sócio - afectivo e psicomotor).

### 6.1.2.2. Decisões de Ajustamento

#### Recursos Materiais

##### Instalações

Para a leccionação desta U.D. foi-me atribuído o Ginásio e o Pavilhão da escola, sendo estes os espaços usados por mim. O planeamento das aulas foi sempre de acordo com estas condições. Depois das primeiras aulas da unidade didáctica, verifiquei que os espaços existentes seriam suficientes para leccionar os conteúdos planeados na Unidade Didáctica. Houve a necessidade de alteração ao longo do período no que se refere ao uso das instalações para a leccionação da U. D. Badminton. Devido às alterações na calendarização e conseqüente leccionação de duas unidades didácticas na mesma aula senti a urgência de utilizar o espaço exterior frente ao ginásio de cada vez que leccionei no Ginásio, pois o espaço é muito limitado para ter duas modalidades a funcionar na mesma extensão (4 grupos). De todas as vezes que utilizei o campo exterior tive sorte com as condições climáticas pois estas têm fulcral importância para a leccionação do Badminton, uma vez que a mais pequena brisa a trajetória do volante sobre alterações, sendo que fica praticamente impossível a prática da modalidade.

##### Materiais móveis

O material usado foi o possível para a U. D. em questão. Ao conjecturado inicialmente adicionei ao material utilizado o quadro didáctico que me foi muito útil ao longo das aulas. Em algumas aulas, os alunos praticaram com raquetes em más condições uma vez que estas não tinham manutenção desejável em tempo útil. Existiram várias situações em que o volante ficava preso na rede da raquete por exemplo. A situação apenas não piorou porque o professor Nuno Rodrigues fez todos os possíveis para conseguir proporcionar raquetes com o mínimo de condições para a prática, o mais rápido quanto o possível. O número de volantes também foi uma limitação uma vez que não possuía um volante por aluno. As redes foram utilizadas por mim e estavam em óptimo estado, assim como o apito e o cronómetro.

### Recursos Temporais

Em relação a este ponto houve modificações das aulas inicialmente previstas, ao longo do período existiram várias condicionantes, nomeadamente visitas de estudo (dia 10 de Maio), tolerância de ponto (dia 13 de Maio), o dia da escola (dia 17 de Maio), já para não falar dos dois blocos de 90 minutos de Educação Sexual. Apesar das estratégias criadas<sup>39</sup> no decorrer do período para combater este problema (pois caso contrário poderia estar a comprometer o desenvolvimento psicomotor e cognitivo dos alunos) existiu a necessidade de modificar as datas conjecturadas, pois senti a necessidade de reajustar para aulas que seriam de modalidade alternativa.

O número de aulas cumpridas foi suficiente para a leccionação dos conteúdos previstos.

### Recursos Humanos

Na realização da U.D. contei com a ajuda dos funcionários das instalações desportivas.

#### **6.1.2.3. Métodos de Controlo do Processo**

Avaliação Diagnóstica, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa<sup>40</sup>

#### **6.1.2.4. Objectivos Finais**

De acordo com o nível demonstrado pela maioria dos alunos da turma na avaliação diagnóstica efectuada no início do ano lectivo (nível 2,4705) e através de todos os recursos disponíveis para a prática, delineei objectivos que pareciam exequíveis, procurando colocar a turma no nível 3. Os resultados alcançados, apesar de todas as dificuldades, demonstram que alcancei os objectivos propostos e com o intuito de melhor ilustrarmos este feito, irei apresentar em pormenor esse facto.

---

<sup>39</sup> Explicadas mais à frente em Estratégias

<sup>40</sup> Explicada anteriormente em Métodos de Controlo do Processo U. D. – Basquetebol.

## Domínio Sócio - afectivo

Ao nível do domínio sócio – afectivo, os alunos na sua generalidade:

- Conseguem, apesar de ser numa fase ainda rudimentar, demonstrar uma dinâmica de grupo até ao momento desconhecida, auxiliando os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhes dirigem, aceitando algumas das opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.
- Aceitam as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais, e tratam com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários, evitando acções que ponham em risco a sua integridade física, mesmo que isso implique desvantagem no jogo.
- Cumprem as regras de segurança, bem como na preparação, arrumação e preservação do material.

Para que estas melhoras fossem possíveis penso que em muito contribuiu as estratégias delineadas ao longo do período. Os comportamentos que solicitei foram sempre com a perspectiva de aumentar a dinâmica de grupo dentro da turma, não existindo o “João” a “Marta” o “Fábio” ou a “Mariana” mas sim o 11°C. A maioria dos alunos colaborou com os companheiros em todas as situações que lhes foram apresentadas e também e no que diz respeito à entreajuda para a realização dos exercícios propostos.

## Domínio Cognitivo

Ao nível do domínio cognitivo, os alunos na sua generalidade:

No final do período conhecem o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico - tácticas e as regras:

- Formas de jogar o volante;

- Início e recomeço do jogo;
- Regras do jogo;
- Volante fora;
- Serviço;
- Falta;

E desta forma adequar as suas acções a esse conhecimento.

Relativamente às metas atingidas neste domínio, penso os alunos mostraram mais conhecimentos relativos ao objectivo do jogo e do modo de execução das principais acções das técnicas do jogo, e menos conhecimento das regras como ficou comprovado através do desempenho dos alunos nas aulas, do questionamento realizado ao longo das aulas e também na realização do teste teórico.

#### Domínio Psicomotor

Dos objectivos traçados na Unidade Didáctica, aqueles em que os alunos satisfizeram minimamente foram:

- Logo que ganha o direito de executar o serviço:
  - Desloca-se para a zona correcta de execução de Serviço;
  - Executa o Serviço cruzado no jogo 2X2.
- Ao entrar em posse do volante, enquadra-se em atitude ofensiva básica:
  - Optando pela acção mais ofensiva, de acordo com a acção do adversário e a trajectória do volante;
- Numa qualquer situação em singulares, se está à espera do volante:
  - Opta por uma postura correcta (posição base) que lhe permite obter um melhor trabalho de recepção.
  - Enquadra-se correctamente no espaço.

Os que foram menos aprovados são os seguintes:

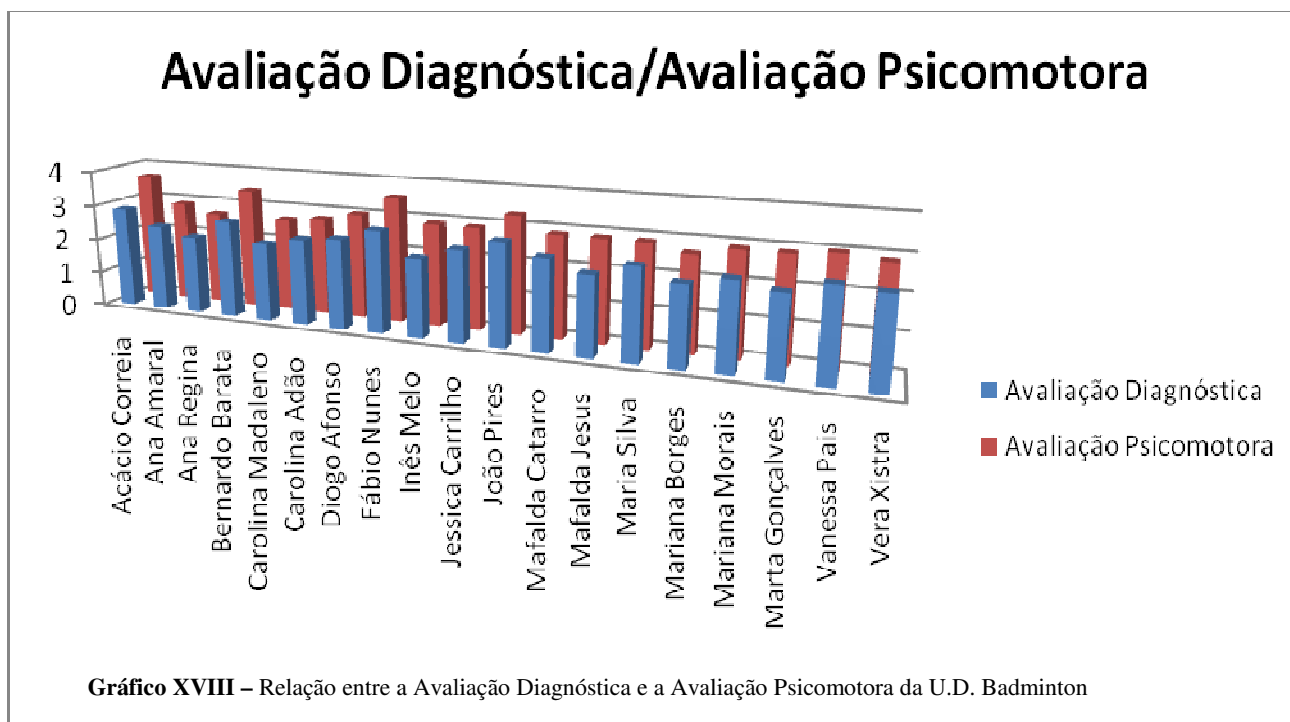
- Jogo em Pares, os alunos conhecem qual é o seu espaço e demonstram dinâmica para com o colega de equipa, comunicando com o colega ao longo do jogo.
- Leitura de indicadores, conseguem ler o movimento do adversário e por isso conseguem movimentar-se para receber mesmo antes de o adversário bater o volante.
- Ter capacidade para executar serviço longo se a situação assim o exigir;

Os objectivos estipulados ao nível do domínio psicomotor, não sofreram alterações e foram efectivamente estes os que foram abordados. Foram verificadas evoluções significativas, essencialmente em alguns elementos do sexo feminino, pois, haviam revelado na avaliação inicial muitas dificuldades.

Nas acções técnico - táticas os alunos necessitavam de um pouco mais de exercitação/consolidação, para conseguir atingir na totalidade os objectivos.

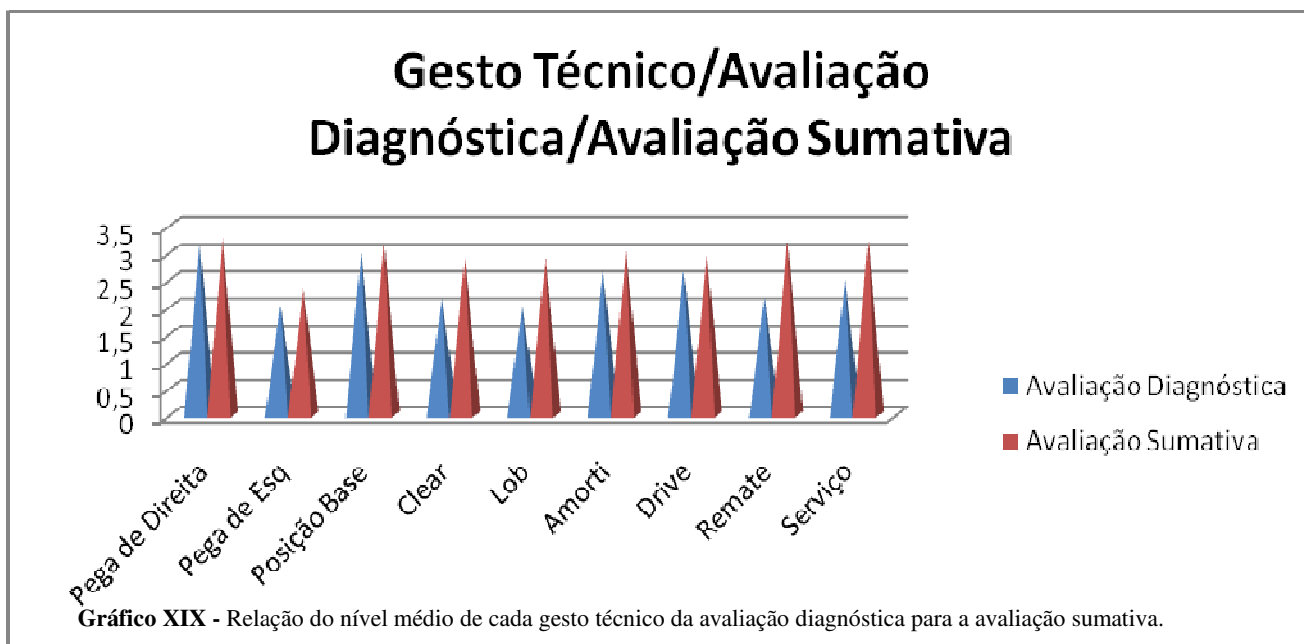
Todos os outros aspectos previstos foram alcançados, pelo menos os exigidos, sendo que a grande maioria dos alunos ficou a executar, com maior ou menor facilidade as acções técnico - táticas apresentadas.

O gráfico seguinte ilustra a evolução ao nível psicomotor da turma comparando a Avaliação Diagnóstica com a Avaliação Sumativa:



Verifica-se, que houve uma melhoria substancial<sup>41</sup> por parte de quase todos os alunos. As alunas que tiveram uma melhoria mínima foram nº 6 Carolina Adão, nº 10 Jessica Carrilho, nº 12 Mafalda Catarro e nº 15 Maria Silva com uma subida de 0,34. A melhoria mais acentuada foi a do aluno nº 1 Acácio Correio com 0,79, seguido do aluno nº8 Fábio Nunes com 0,68.

O gráfico seguinte ilustra a evolução do nível de cada gesto técnico da avaliação psicomotora inicial para a avaliação psicomotora final.



Verifica-se que houve uma melhoria de todos os gestos técnicos. Destaca-se o remate 1,05 e o Lob com 0,89.

#### 6.1.2.5. Estratégias utilizadas

Para conseguir o aumento do sucesso no processo ensino - aprendizagem, na abordagem desta modalidade delineei estratégias, (Estratégias de apoio à intervenção) e apesar de umas não ter conseguido por em prática todas e ter acrescentado outras, as que me foram possíveis operacionalizar, foram, bem sucedidas, o que promoveu uma aprendizagem eficaz e mais facilitada por parte dos alunos. Para além das estratégias já

<sup>41</sup> Ver anexo 12 – Instrumentos de Registo de Avaliação

explicadas nas U. D. anteriores, devo salientar quatro estratégias que pus em prática e que se inserem nas estratégias de aumento do tempo potencial de aprendizagem:

- Por tudo o que já foi explicado anteriormente na Relação com os Alunos, introduzi logo na fase inicial do período o Fitball como instrumento de aumento de motivação e comprometimento dos alunos para com as aulas de Educação Física.
- Transmitir duas U. D. na mesma aula, pois assim, apesar de todas as situações ao longo do período (explicado em Recursos Temporais) conseguia manter os alunos a trabalhar na mesma aula as duas modalidades a que seriam submetidos a avaliações.
- Formações de blocos de aulas em períodos em que os alunos não tinham aulas para compensar as aulas que não foram dadas (Quartas-feiras à tarde). Nestes blocos os alunos trabalharam essencialmente a U. D. Dança, contudo alguns também trabalharam Badminton.
- Introdução do conceito de dinâmica de grupo à turma, promovendo a necessidade de os alunos cooperarem uns com os outros, como se a turma fosse um só e não um conjunto de indivíduos. Esta estratégia de incentivo à dinâmica de grupo advém também do conhecimento prévio que tenho da turma (observação de comportamentos ao longo do 1º e 2º períodos), e como sei que é uma turma muito fraca do ponto de vista da assiduidade, esta estratégia veio implementar uma maior necessidade de compromisso (relacionar com o que foi exposto em Relação com Alunos): *“Não existem individualidades na turma mas sim o 11ºC, se algum de vocês tiver que fazer prova de recuperação, fazem todos”* (Relatório aula 1;Badminton 12-04-10 Carlos Araújo). As provas de recuperação não foram executadas apenas pelo aluno lesado mas sim pelo 11ºC. Esta estratégia surgiu devido à predisposição de alguns alunos da turma para faltarem às aulas.

No geral, penso que as estratégias usadas nesta U.D. foram as mais correctas, ajudando na obtenção dos Objectivos Finais determinados, sendo por isso estratégias para manter em futuras Unidades Didácticas.

### 6.1.2.6. Conclusões

Em termos gerais julgo ter conseguido aplicar esta Unidade Didáctica com sucesso. Ao longo da aplicação desta, senti que os alunos foram dominando os conteúdos abordados, alcançando os objectivos mínimos propostos e que a terminaram com níveis de motivação elevados, mostrando vontade em continuá-la.

A grande parte das estratégias formuladas no início do ano proporcionaram bons resultados, no entanto considero como basilares as estratégias que foram sendo criadas ao longo do período. Foram estas estratégias que permitiram uma adaptação possível aos problemas que foram surgindo.

No que se refere às estratégias menos conseguidas<sup>42</sup>, penso que posso e devo melhorar no que se refere à qualidade e quantidade de feedbacks, mas essencialmente procurar consolidar cada vez mais o rigor do conteúdo científico das diferentes U. D., acompanhando a sua evolução<sup>43</sup>.

## ■ 6.1.3. UNIDADE DIDÁCTICA DANÇA 11°C

### 6.1.3.1. Justificação / Objectivo

Esta modalidade contrariamente aquilo que aconteceu com as outras (ao longo do ano), não teve qualquer tipo de avaliação diagnóstica, uma vez que, a estratégia de intervenção foi diferente das demais U. D.. Esta mudança de metodologia teve como origem vários factores já explicados anteriormente no Planeamento 11°C e na Relação com os Alunos. O grande objectivo desta mudança de metodologia passou por não diminuir o tempo potencial de aprendizagem;

Esta apreciação tem como objectivo avaliar e definir estratégias de ensino - aprendizagem para a Unidade Didáctica em questão, bem como analisar se os objectivos comportamentais, as instalações e materiais definidos nesta, estão ajustados à turma.

---

<sup>42</sup> Explicadas anteriormente na conclusão do Balanço U. D. Basquetebol

<sup>43</sup> Segue em anexo 14 um Plano de Aula e respectivo Relatório

### 6.1.3.2. Primeiras aulas da U. D. Dança

Na primeira aula de Educação Física (apresentação aos alunos e início da avaliação diagnóstica da U. D. Badminton) a turma classificou-se entre 0 e 5 valores sobre o domínio geral da turma para a modalidade da Dança<sup>44</sup> (1 valor, pois nunca tinham tido aulas de Dança).

Nesta primeira aula, ficou então definido que seria o professor o primeiro a dançar<sup>45</sup> (estratégia criada para que os alunos não se sentissem observados, embaraçados e inibidos numa fase inicial) e que nessa mesma aula os alunos teriam que praticar a coreografia de modo que no final da aula e tivessem já decorado. Os alunos demonstraram um descrédito absoluto, quase como se estivesse a falar de algo completamente irreal ou tivesse dito a maior barbaridade. A verdade é que no final da primeira aula da U. D. Dança os alunos já estavam completamente enquadrados na unidade didáctica e já dominavam de forma muito satisfatória a coreografia.

De salientar que os alunos demonstraram maiores dificuldades na técnica, na fluidez e qualidade dos movimentos, na coordenação motora, na noção de ritmo, relação do tempo e espaço, depois de se enganarem não são capazes de voltar a retomar a coreografia.

A estratégia de divisão dos alunos em quatro grupos, na segunda aula da U. D. Dança, baseou-se na caracterização que fiz da turma na primeira aula, em que apenas quatro alunas tinham até aquele momento contacto com a dança: a aluna nº6 Carolina Adão, nº10 Jessica Carrilho, nº16 Mariana Borges e nº21 Vanessa Pais. Assim, as quatro alunas foram dispostas em grupos diferentes.

### 6.1.3.3. Recursos

#### Recursos Humanos

Os mesmos que os recursos apresentados para a U. D. Badminton

#### Recursos Materiais

Os recursos materiais a usar são os seguintes: Aparelhagem, CD de música, apito e cronómetro.

---

<sup>44</sup> Ver anexo 6 Quadro VI - Caracterização 11°C

<sup>45</sup> Explicado anteriormente em Planeamento 11°C

Em relação ao espaço a utilizar para as minhas aulas, foi-me atribuído o Ginásio da escola.

Recursos Temporais

A Unidade Didáctica de Badminton foi leccionada desde 29 de Abril até 31 de Maio de 2010.

Os recursos temporais estão expostos no quadro abaixo:

	Nº Aulas	Tempo	<u>Total Tempo</u>
<b>Avaliação Formativa</b>	2	90 min	180 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Domínio Psicomotor</i></b>	1	90 min	90 min
<b>Avaliação Sumativa – <i>Dominio Cognitivo</i></b>	1	90 min	90 min
<b><u>Total</u></b>	<b>4</b>		<b>360 min</b>

Quadro IX – Recursos temporais da U. D. Badminton

6.1.3.4. Estrutura dos conteúdos

Os conteúdos terão a seguinte sequência:

FASE	DESCRIÇÃO
1ª Fase: Inicial	- Absorção da coreografia que é sugerida pelo professor
2ª Fase: Desenvolvimento	- Reiteração da coreografia demonstrada pelo professor; - Divisão da turma em quatro grupos para composição de uma coreografia; - Cooperação com os companheiros nas situações de exercício; incentivando a participação de todo o grupo nas várias actividades; respeito pelas sugestões, propostas e correcções que lhe são dirigidas por colegas e professor.
3ª Fase: Avaliação	- A composição da coreografia deve cumprir as seguintes exigências: originalidade do tema; acompanhamento musical; guarda-roupa; design espacial; realização

	correcta e esteticamente rica das habilidades aprendidas (movimentos locomotores e não locomotores); capacidade de comunicação do grupo; projecção artística; grau de elaboração (numero de detalhes, variedade dos elementos, estruturação temporal, ritmo de execução, estruturação espacial e harmonia de todos os elementos da composição: musica, interpretes, coreografia, tema, roupa, entre outras).
--	--

**Quadro X** – Conteúdos a abordar na U. D. Dança

### **Estratégias**

#### *Solicitação Psicomotora dos Exercícios Propostos*

Utilizei as seguintes estratégias:

- Orientar os alunos na iniciação à unidade didáctica, criando e demonstrando uma coreografia para que os alunos possam ter uma introdução o mais fácil e motivadora possível;
- Depois de por imitação conseguirem incorporar-se, fomentar a capacidade criativa dos alunos numa coreografia a ser composta por eles;
- Pela prática e feedback, melhorar a técnica, a fluidez e qualidade dos movimentos;
- Melhora a coordenação motora, a noção de ritmo e relação de tempo e espaço;
- Capacidade de improvisação (se o aluno se enganar, voltar de novo a encontrar o ritmo e entrar na coreografia);
- No final de cada aula é atribuída uma nota de 0 a 20 valores conforme a evolução do grupo de uma aula para outra (esta estratégia permite que o grupo tenha uma percepção mais exacta da evolução da coreografia ao longo do período);
- Constante incentivo à capacidade criativa dos alunos.

#### ■ 6.1.4. BALANÇO DA UNIDADE DIDÁCTICA Dança

Neste balanço final foquei aspectos como, o enquadramento da U. D., as decisões de ajustamento em relação aos vários recursos, métodos de controlo do processo, objectivos finais, a reflexão sobre as estratégias utilizadas. Concluirei com a apresentação das estratégias de aperfeiçoamento e possíveis modificações para as futuras U. D..

##### 6.1.4.1. Enquadramento da U.D.

A Unidade Didáctica de Dança surge inserida na organização curricular, determinada no início do ano pelo Grupo de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, para o 11º ano. Esta Unidade Didáctica foi operacionalizada ao longo do terceiro período lectivo para a turma do 11º C. Durante todo o processo ensino - aprendizagem os alunos estiveram sujeitos a uma avaliação contínua formativa dos vários domínios (cognitivo, sócio - afectivo e psicomotor).

##### 6.1.4.2. Decisões de Ajustamento

Recursos Materiais

Instalações

Para a leccionação desta U.D. foi-me atribuído o Ginásio da escola. O planeamento das aulas foi sempre de acordo com esta condição. Depois das primeiras aulas da unidade didáctica, verifiquei que os espaços existentes não seriam suficientes para leccionar os conteúdos planeados na Unidade Didáctica pois, devido a situações que me são irrefreáveis<sup>46</sup> surgiram a necessidade de fazer mais aulas da unidade didáctica, sendo que, utilizei também o espaço exterior e o pavilhão da escola.

---

<sup>46</sup> Explicadas anteriormente em Decisões de Ajustamento do Badminton.

### Materiais móveis

O material usado foi o ideal no enquadramento contextual da turma e da U. D. em questão. Uma vez que foi a primeira vez que a turma teve contacto com a U. D. dança, não aumentei a complexidade da mesma com mais materiais móveis. As aparelhagens foram suficientes para dinamizar as aulas. O apito não foi necessário assim como o cronómetro também não.

### Recursos Temporais

Em relação a este ponto houve modificações das aulas inicialmente previstas, pois ao longo do período existiram várias condicionantes, nomeadamente visitas de estudo (dia 10 de Maio), tolerância de ponto (dia 13 de Maio), o dia da escola (dia 17 de Maio), já para não falar dos dois blocos de 90 minutos de Educação Sexual. Apesar das estratégias criadas no decorrer do período para combater este problema (por exemplo, leccionar duas U. D. na mesma aula e a criação de blocos de aulas em períodos em que os alunos não tinham aulas, nomeadamente à quarta-feira à tarde) existiu a necessidade de modificar as datas conjecturadas, pois senti a necessidade de reajustar para aulas que seriam de modalidade alternativa.

O número de aulas cumpridas foi suficiente para a leccionação dos conteúdos previstos.

### Recursos Humanos

Os funcionários das instalações desportivas deram sempre o seu apoio sempre que foi pedido através do fornecimento atempado do material de que necessitava para a realização das aulas e qualquer ajuda que eu necessitasse.

#### **6.1.4.3. Métodos de Controlo do Processo**

Avaliação Diagnóstica, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa<sup>47</sup>

---

<sup>47</sup> Explicado anteriormente em U. D. Basquetebol.

#### 6.1.4.4. Objectivos Finais

De acordo com a observação que fiz da turma nas primeiras aulas, delineei objectivos que pareciam exequíveis. Os resultados alcançados (coreografias dos grupos e desenvolvimento individual das competências da actividade), apesar de todas as dificuldades, demonstram que alcancei os objectivos propostos.

##### Domínio Sócio - afectivo

Ao nível do domínio sócio – afectivo os alunos na sua generalidade:

- Demonstram uma dinâmica de grupo até ao momento desconhecida, auxiliando os companheiros nos exercícios, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando algumas das opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.
- Aceitam as decisões do professor, identificando os respectivos sinais, e tratam com igual cordialidade e respeito os companheiros e os adversários.
- Cumprem as regras de segurança, bem como na preparação, arrumação e preservação do material.

Para que estas melhoras fossem possíveis penso que em muito contribuiu as estratégias delineadas no início do ano e também as que foram definidas no início do período.

##### Domínio Cognitivo

Ao nível do domínio cognitivo, os alunos na sua generalidade:

No final do período conhece as competências e consegue caracterizar os três tipos de Dança:

- Danças Sociais;

- Danças Tradicionais Portuguesas;
- Aeróbica;

Relativamente aos patamares atingidos, penso os alunos mostraram mais conhecimentos relativos ao estilo de Dança Aeróbica, ao seu ritmo, tempos musicais e estrutura musical. Este facto foi comprovado no teste teórico e também ao longo das aulas em que os alunos utilizaram para a composição das coreografias os principais movimentos utilizados neste estilo de dança.

#### Domínio Psicomotor

No final da Unidade Didáctica, as competências que os alunos satisfizeram minimamente foram:

- Demonstra uma maior harmonia na Dança em grupo:
  - Maior e melhor fluidez de movimentos;
  - Maior qualidade dos movimentos.
- Melhor coordenação motora enquadrada na música:
  - Noção de ritmo;
  - Relação de tempo e espaço;
- É capaz de retomar a coreografia mesmo depois de se enganar.

Os que menos foram aprovados são os seguintes:

- Todos demonstraram capacidade criativa.
- Todos melhoraram de modo satisfatório a coordenação motora.
- Todos melhoraram a técnica.

#### 6.1.4.5. Estratégias Utilizadas

Para conseguir o aumento do sucesso no processo ensino - aprendizagem, na abordagem desta modalidade delineei estratégias, (Estratégias de apoio à intervenção) e apesar de não ter conseguido por em prática todas e ter acrescentado outras, as que me foram possíveis operacionalizar, foram, bem sucedidas, o que promoveu uma aprendizagem eficaz e mais facilitada por parte dos alunos. Para além das estratégias já explicadas nas U. D. anteriores, devo salientar cinco estratégias que coloquei em prática e que se inserem nas estratégias de aumento do tempo potencial de aprendizagem, sequência metodológica de abordagem das tarefas propostas, solicitação psicomotora dos exercícios propostos:

- A abordagem delineada na introdução à U. D.;
- Transmitir duas U. D. (explicado em Balanço Badminton - Decisões de Ajustamento, Recursos Temporais);
- Supressão das aulas de modalidades alternativas;
- Formações de blocos de aulas em períodos em que os alunos não tinham aulas para compensar as aulas que não foram dadas (Quartas-feiras à tarde). Nestes blocos os alunos trabalharam essencialmente a U. D. Dança;
- No final de cada aula atribuí uma nota a cada grupo. Esta estratégia tem como finalidade os grupos terem uma melhor percepção sobre a sua evolução ao longo do período;

No geral, penso que as estratégias usadas nesta U.D. foram as mais correctas, ajudando na obtenção dos Objectivos Finais determinados, sendo por isso estratégias para manter em futuras Unidades Didácticas<sup>48</sup>.

---

<sup>48</sup> Segue em anexo 14 um Plano de Aula e respectivo Relatório

#### 6.1.4.6 Conclusões

De salientar que ainda não tenho a avaliação da U. D. Dança concluída. Uma vez que tanto a metodologia adoptada como a turma em questão é a mesma, as conclusões e estratégias de aperfeiçoamento e sugestões são as mesmas que já foram referidas anteriormente em BALANÇO U. D. – BADMINTON<sup>49</sup>.

### 7. Aspectos Positivos e Negativos

Durante todo o percurso de aplicação prática em contexto real - Escola Quinta das Palmeiras, como em qualquer circunstância, poderemos sempre tirar elações positivas e menos positivas. Estas elações são propiciadores e precursoras para se atingirem níveis de qualidade e excelência numa área tão “delicada” como é a da Educação.

Durante todo o processo de aprendizagem, confrontei-me com algumas circunstâncias menos positivas:

- √ Dificuldades logísticas na implementação de algumas actividades no âmbito do projecto P.M.M.S<sup>50</sup>;
- √ Gestão de tempo entre a minha actividade profissional e a escola;
- √ Relativamente ao plano curricular do primeiro ano do mestrado – Educação Física - sendo este o primeiro ano que começou a ser leccionado, considero que seria importante o seu enriquecimento com disciplinas mais práticas que permitam uma integração mais adequada no contexto real de trabalho/estágio. Por exemplo, estabelecer protocolos com escolas no sentido de a entrada no processo ensino – aprendizagem seja menos abrupta, e portanto mais ponderada.
- √ Dualidade de critérios no que se refere ao método de avaliação dos professores estagiários (nos critérios de avaliação tem um parâmetro relativo ao desporto escolar e existem escolas que não têm.);

---

<sup>49</sup> Todas as fichas de trabalho e avaliação da turma 11°C (Matrizes de testes / Testes de Avaliação / Critérios de Correção) encontram-se em anexo para consulta.

<sup>50</sup> Ver anexo 15 - Relatório P.M.M.S

- √ Falta de controlo no processo de ganho de competências ao longo de estágio (falta de acompanhamento/controlo pelo Departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior);

Esta falta de acompanhamento não só propicia o aumento da margem de erro das notas finais alcançadas, como proporcionou que dentro da própria escola tenham existido dois grupos de estágio que nas mesmas condições tenham tido fluxos de trabalho diferentes.

Toda a experiência ao longo do estágio curricular teve como alicerce os objectivos, (imediatos e mediatos) que permitiu definir um percurso consistente, facultando a aquisição de competências didácticas e pedagógicas.

. Este percurso teve como principais aspectos positivos:

- √ Aquisição de ferramentas e métodos de trabalho;
- √ Desenvolver todo o processo de aprendizagem em contexto real;
- √ Vivências ao longo do estágio como precursoras para recolher estratégias úteis no futuro;
- √ Sinergias desenvolvidas com todo o corpo docente e auxiliares;
- √ A percepção real da importância da qualidade de ensino a todos os níveis;

De um modo geral todos os aspectos positivos e menos positivos, contribuíram para a aquisição de competências didácticas e humanas.

## **8. Conclusões Gerais**

O estágio curricular em geral, foi muito positivo e extremamente gratificante na formação pedagógica e didáctica.

A metodologia aplicada (Caracterização/Planeamento (estratégias) /Resultados) permitiu obter resultados interessantes na absorção de competências (tal como os resultados da avaliação Psicomotora final demonstraram). Trabalhar com muitos dados e por isso enquadrar várias variáveis, poderá proporcionar resultados mais aproximados da realidade, no entanto, também poderá ter aspectos negativos, pois aumenta a probabilidade de erro (aumenta a abrangência).

A caracterização da turma a mais completa possível, permitiu estabelecer estratégias enquadradas com o contexto e perfil da mesma. Fruto da operacionalização dessas

estratégias, obteve-se resultados<sup>51</sup> que podem ser definidos como positivos tendo em consideração todo o enquadramento global.

Apesar de ter atingido todos os objectivos propostos inicialmente, poderei eventualmente ter optado por uma ou outra estratégia menos exequível, contudo, estas situações são normais num processo de ensino – aprendizagem. Ao longo do processo foi-se adoptando e adaptando formas de resolução de problemas nos mais variados contextos, contudo, considero que podem existir formas mais consistentes de resolução. Pretende-se acompanhar o estado da arte em relação à Educação Física em todas as vertentes possíveis, sejam elas ao nível no desenvolvimento das crianças e/ou nos novos paradigmas do desporto.

Todos os registos das actividades não lectivos<sup>52</sup> (registos importantíssimos para determinar a quantidade e qualidade de trabalho do professor estagiário na escola), nomeadamente: actividades do departamento de expressões; actividades do grupo de Educação Física; actividades do desporto escolar; actividades da direcção de turma e actividades do núcleo do estágio encontram-se em anexo. Recomendo vivamente a sua leitura pois permite um enquadramento global de toda a dissertação.

## 9. Recomendações

Futuras linhas de investigação e de aperfeiçoamento:

Como é que concretamente ligo o processo ensino – aprendizagem na Educação Física à real construção/preparação do ser humano para o mundo globalizado do séc. XXI? O mundo globalizado será certamente um mundo em que as transformações serão cada vez mais frequentes o que implica que o profissional de amanhã seja capaz de ser o mais versátil possível. Esta sociedade promoverá uma separação mais abrupta entre “perdedores” e “ganhadores”. Então, como controlo? Que indicadores devo retirar para me guiar que estes alunos estão dentro do processo? Que mecanismos de avaliação? Como o professor controla em cada momento que o aluno se está a dirigir ou não para esse caminho? Sabemos que quanto mais abrangentes os conceitos e os serviços se vão tornando mais difícil fica a sua definição e controlo. No meio da complexidade como é

---

<sup>51</sup> Ver anexo 12.

<sup>52</sup> Ver anexo 15

que se controla e condiciona os processos? Em ensino – aprendizagem na Educação Física ou outra área do conhecimento, as relações sócio – afectivas são importantes, mas como se domina concretamente a evolução dos alunos nessa vertente por exemplo? O professor pode ser uma sensação que até está a conseguir guiar os alunos, mas isso não é controlar o processo.

Penso que estas são as principais perguntas em que o pedagogo moderno se deve debruçar e conseguir uma resposta o mais concreta e credível para o ensino, seja ele de Educação Física ou não.

O trabalho desenvolvido pode ser aplicado às diferentes áreas do conhecimento científicas, nomeadamente, à sociologia (assiduidade<sup>53</sup> dos alunos), à área da psicologia (avaliação do comportamento<sup>54</sup> dos alunos), à nutrição (avaliação<sup>55</sup> IMC), às mais diversas áreas de desenvolvimento infantil.

---

<sup>53</sup> Ver anexos

<sup>54</sup> Ver anexos

<sup>55</sup> Na caracterização das duas turmas

**10. Bibliografia**

Baptista, Paula; Rêgo, Lúcia; Azevedo, Avelino - Movimento um estilo de vida, Educação Física - 2007, Edições ASA;

Batista, Paulo et all – Movimento: Um estilo de vida. Ensino Secundário 10º/11º/12º Anos - 2009 Edições ASA.

Giddens, Anthony - Mundo em descontrolo: o que a Globalização está fazendo de nós - 1996 Rio de Janeiro:Record

Harvey, David – Condição pós-moderna: uma pesquisa sobre as origens da Mudança Cultural – 2005, Editora Loyola

Hofman, K. Douglas; Batson, John E. G. - Princípios de Marketing de Serviços, Conceitos, Estratégias e Casos - 2003, Edições Thomson.

Júnior, Adriano José Rosseto; Costa, Caio Martins; D'angelo, Fábio Luiz - Práticas Pedagógicas Reflexivas em Desporto Educacional: unidade didáctica como instrumento de ensino - 2008, Phorte Editora Lda

PARASURAMAN, A. et all – A conceptual model of service quality and its implications for future research – 1985, Journal of Marketing;

Ramirez, F. – Transferência em Jogo: Considerações psicanalíticas sobre inter – dito em Pedagogia do Esporte - Dissertação de mestrado. FEF/UUICAMP 2000;

Sá, Daniel; Sá, Carlos - *Marketing para desporto: um jogo empresarial* - 2009, Edições IPAM;

Toffler, A. – Future Shock – 2001, Bantam Books

**Documentos utilizados**

Projecto educativo da escola Quinta das Palmeiras

Programa Nacional de Educação Física

**11. Anexos**