



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relatório de estágio pedagógico Escola Secundária Quinta das Palmeiras

Joana Raquel Pinheiro da Costa

Relatório para a obtenção do Grau de Mestre em
Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário
(2º ciclo de estudos)

Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

Covilhã, junho de 2014

Dedicatória

Ao tio Américo e Avô Joaquim,
espero que estejam orgulhosos.

Agradecimentos

“O agradecimento é a memória do coração” (Lao - Tsé)

Terminada mais uma etapa da minha formação é importante agradecer às pessoas que de forma direta ou indireta me auxiliaram nesta longa caminhada. Porque sozinhos não fazemos, praticamente, nada.

À Escola Secundária Quinta das Palmeiras, professores, funcionários e direção, por me terem recebido tão bem desde o primeiro dia, por me fazerem sentir em casa todos os dias, por me permitirem crescer enquanto pessoa e profissional.

Ao professor orientador Nuno Rodrigues, por toda a disponibilidade, por todos os ensinamentos, orientação, ajuda, apoio e críticas construtivas que me ajudaram a evoluir bastante enquanto docente.

Aos professores do grupo disciplinar de Educação Física, por todo o companheirismo demonstrado ao longo do ano, por me fazerem sentir mais uma professora, por todo o conhecimento transmitido. Foi ótimo ser colega de profissionais que já foram meus professores enquanto aluna desta mesma escola.

Ao Professor Doutor Júlio Martins, por todos os conhecimentos transmitidos relativos à escola, à pedagogia, ao que é ser docente. Por todo o apoio e confiança depositada.

Ao Professor Doutor Aldo Costa, por toda a ajuda e orientação ao longo do trabalho de seminário em Ciências do Desporto.

Aos meus colegas de estágio João Silva, Maria Martins e Samuel Guerra, por todo o auxílio, toda a colaboração, por toda a união, por todas as críticas construtivas, por todo o apoio dentro e fora da escola. Sem vocês teria sido uma batalha muito mais difícil.

Aos meus pais, por todo o apoio, toda a confiança, todo o amor, demonstrado ao longo desta aventura. Por permitirem, mais uma vez, que lutasse pelo sonho de menina. Por me ensinarem sempre a ver o lado positivo das situações. Por serem o exemplo de força e coragem.

Ao meu irmão e cunhada, por mesmo a quilómetros de distância serem um apoio fundamental. Por acreditarem sempre em mim. Por tornarem os meus sonhos possíveis e por sorrirem comigo a cada vitória alcançada.

Ao Diogo e Laura, por serem os “pequenos” da minha vida. Por nunca cobrarem o tempo escasso. Pela força que foram dando ao longo de todo o estágio. Por me darem tudo sem pedir nada em troca. E sobretudo por me fazerem ser uma pessoa mais feliz a cada dia que passa.

À Olga e Nuno, por acompanharem tão de perto toda esta aventura e ajudarem sempre que é preciso sem questionar. Pelas palavras de incentivo e apoio demonstradas a cada momento.

À Rita, por ser a mulher fantástica que é. Por ser o exemplo de força e coragem. Por ser o apoio constante. O abraço. O sorriso. Por lutar a meu lado. Por ser a irmã de coração.

Aos amigos, por todo o apoio. Por incentivarem a fazer mais e melhor. Por “aguentarem” esta batalha no mesmo barco que eu. Por acreditarem. Por ensinarem que a vida só faz sentido quando partilhada com eles.

Ao Gonçalo, por ser o namorado, o melhor amigo, o ouvinte, o porto de abrigo. Por todo o apoio em todas as horas, por toda a paciência, tolerância, por todo o ânimo, por toda a compreensão. Por ser o ponto de equilíbrio na minha vida.

Resumo

Capítulo 1- Estágio Pedagógico

O capítulo 1 diz respeito a todo o trabalho desenvolvido ao longo do estágio pedagógico, que corresponde à última etapa do mestrado em ensino da educação física nos ensinos básico e secundário. Este estágio decorreu no ano letivo 2013/2014 na Escola Secundária Quinta das Palmeiras, Covilhã, sob orientação do Professor Nuno Rodrigues.

Com o estágio pedagógico terminado é importante descrever todas as experiências vividas, as aprendizagens alcançadas, as dificuldades, os desafios, os sucessos alcançados. Ao longo deste primeiro capítulo pode-se encontrar descrito todas as funções que desempenhei enquanto docente estagiária, bem como refletir sobre toda esta experiência.

Os objetivos primordiais deste estágio, segundo o regulamento de estágio da Universidade da Beira Interior relativo ao presente ano letivo (2013/2014), focam-se na aquisição de competências relacionadas com: a lecionação, onde tive a oportunidade de lecionar 4 turmas em ciclos de ensino diferentes e em momentos diferentes do ano (8^ªA, 8^ªB, 10^ªC e 12^ªD); a direção de turma, na qual acompanhei a turma do 12^ºD; o desporto escolar, nas modalidades de badminton e multiatividades de ar livre; e, ainda, planificação, organização e operacionalização de atividades não letivas, tanto do grupo disciplinar de educação física como as do núcleo de estágio. Durante os dez meses de estágio todos os elementos do núcleo de estágio passaram pelas funções mencionadas em diversos momentos.

Com tudo o que pude vivenciar e sentir com o que se encontra descrito neste capítulo, fez com que houvesse um crescimento pessoal e profissional, fornecendo-me de uma panóplia de competências que me permitem estar mais preparada e confiante para poder desempenhar o papel de professora no futuro.

Palavras-chave

Estágio Pedagógico; Lecionação; Educação Física; Aprendizagem;

Capítulo 2

Este estudo tem como objetivo geral investigar as atitudes dos alunos de uma escola, do concelho da Covilhã, no ensino básico e secundário em relação à disciplina de educação física (EF) e de acordo com o género, reconhecendo ainda o efeito do nível de atividade física (AF), do Vaivém e do índice de massa corporal (IMC) nas respostas obtidas. Participaram neste estudo 555 alunos, 282 alunos do género feminino e 273 do género masculino.

Para analisar as atitudes e expectativas dos alunos face à disciplina de EF recorreu-se ao questionário proposto por Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994). O nível de atividade física de cada aluno foi estimado de acordo com a proposta de Telama, Yang, Laakso & Viikari (1997). Já para a avaliação do nível da capacidade aeróbia e da composição corporal dos alunos, recorreu-se aos testes do vaivém e IMC derivados da bateria de testes do fitnessGram, de acordo com as recomendações de Sardinha (2008). Para análise estatística dos dados foi utilizado o programa SPSS, versão 21.

Com o estudo verificámos que os alunos tendem a referir que as aulas de EF devem estar mais direcionadas para a prática dos desportos coletivos e que contribuem para melhorar a condição física. Os fatores que parecem contribuir mais para maior agrado dos alunos são as aulas serem diversificadas e gostar do professor. Já no sentido inverso observou-se que o tempo de aula ser muito escasso é o que mais desagrada os alunos. Constatou-se que os alunos referiram que a disciplina era importante para a sua formação e que a escolheriam caso esta fosse opcional. Por fim, quando comparada a disciplina com as restantes verifica-se que os alunos atribuem maior importância às outras disciplinas, contudo, preferem a EF.

Este estudo permitiu-nos verificar que os resultados são favoráveis à disciplina de EF mas é necessário direcionar a atenção principalmente para o ensino secundário, onde se verificaram resultados inferiores aos do outro ciclo de estudo.

Palavras-chave

Atitudes e expectativas, educação física, alunos, ensino.

Abstract

Chapter 1

Chapter 1 concerns all the work developed along the pedagogic stage, that corresponds to the last phase of the masters degree on Teaching Physical Education on Elementary and High school. This stage held place in the academic year of 2013/2014 at Escola Secundária Quinta das Palmeiras, Covilhã, under the orientation of the Teacher Nuno Rodrigues.

With this pedagogic stage finished it's important to describe all the experiences lived, the goals achieved, the difficulties, the challenges and the success obtained. Along this first chapter all the functions I had as an intern teacher and all reflections about this experience can be found described.

The primary goals of this stage, according to the stage's regulation of Universidade da Beira Interior to this academic year (2013/2014), focus on the acquisition of skills related to: teaching, where I had the chance of lecturing 4 classes of different grades and in different moments of the year (8thA, 8thB, 10thC and 12thD) leading a class, where I guided 12thD; scholar sport, on the modalities of badminton and outside multi activities; and still, planning, organization and operationalization of non-academic activities of the Disciplinary Group of Physical Education and also of the stage's core. For 10 months of stage, all the elements inside the stage core played all the functions described at different points.

With all I could experience and feel with what is described in this chapter, it made me grow at a professional a personal level, providing me a panoply of competences that allow me to be more prepared and confident to role the part of teacher in the future.

Keywords

Pedagogic stage; Teaching; Physical Education; Learning;

Chapter 2

The main objective of this study is to investigate the attitudes of the students from a Covilhã's school, with both high school and elementary school, concerning the discipline of physical education (PE), according to the gender, and also recognizing the effect of physical activity's level, Come and Go Test and Body Mass Index on the results obtained. 555 students participated in this study, being 282 female students and 273 male students.

To analyze the students attitudes and expectations concerning physical education a questionnaire proposed by Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994) was applied. The level of physical activity of each student was estimated according to the proposal of Telama, Yang, Laakso & Viikari (1997). To evaluate the aerobic and body composition, according to the recommendations of Sardinha (2008), were used two tests from fitnessGram: Come and Go Test and the Body Mass Index. To analyze the statistic results, SPSS v.21 was used.

With this study we verified that students tend to refer PE classes should be more about collective sports and that they contribute to improve physical condition. The factors that appear to contribute more to the student's satisfaction are the diversity of the classes and the empathy with the teacher. In the opposite way, the results show that what students like the less is the fact that each class's duration is very short. Student's also mentioned that PE was important to their formation and they would choose it if it was optional. For last, when compared with the other classes, we verified that students attribute more importance to the remaining classes but they still prefer PE.

This study allowed us to conclude that the results are favorable to the PE but it's necessary to point the attention to high school, where the results are inferior when compared to elementary school.

Keywords

Attitudes and expectations, physical education, students, teaching.

Índice

Capítulo 1- Estágio Pedagógico.....	1
1.Introdução	1
2.Objetivos.....	3
2.1. Objetivos do Estagiário	3
2.2. Objetivos da Escola	3
2.3. Objetivos do Grupo disciplinar de Educação física	6
3. Metodologia	9
3.1. Caraterização da Escola	9
3.2. Lecionação	10
3.2.1. Amostra	10
3.2.1.1. Caraterização da turma 10°C	11
3.2.1.2. Caraterização da turma 12ºD	12
3.2.2. Planeamento.....	14
3.2.2.2. Turma 10°C.....	16
3.2.2.3. Turma 12ºD.....	20
3.2.3. Reflexão Lecionação	24
3.3. Recursos Humanos	26
3.4. Recursos Materiais.....	27
3.5. Direção de Turma.....	28
3.6. Atividades não letivas.....	30
3.6.1. Atividades de tempos livres (ATL)	30
3.6.1.1 Caracterização ATL	30
3.6.1.2 Planeamento ATL	30
3.6.1 Desporto Escolar	31
3.6.2 Atividades do grupo disciplinar de educação física	34
3.6.3. Atividades do grupo de estágio.....	40
4. Reflexão.....	43
5. Considerações finais	44
6. Bibliografia	46
Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto.....	48
1.Introdução	48
2.Objetivos.....	50
3.Método	51
3.1 Amostra.....	51
3.2 Instrumentos.....	52
3.2.1.Atitudes e expectativas dos alunos face à Educação Física	52
3.2.2.Avaliação da capacidade aeróbia	52

3.2.3.Avaliação da Composição Corporal- IMC.....	53
3.2.4.Avaliação do nível de atividade física	53
3.3. Procedimentos	53
3.4. Análise estatística	54
4. Resultados	54
5.Discussão.....	62
6.Conclusões.....	65
7.Referências Bibliográficas	67

Lista de Figuras

Figura 1.....	9
---------------	---

Lista de Tabelas

Tabela 1_ Distribuição das turmas, e respectivos períodos, pelos professores estagiários. ...	11
Tabela 2_ Competências trabalhadas com a turma nas diferentes unidades didáticas.	17
Tabela 3_ Competências trabalhadas com nas diferentes unidades didáticas.	21
Tabela 4_ Distribuição das modalidades do desporto escolar pelo núcleo de estágio.	31
Tabela 5_ Atividades realizadas pelo grupo disciplinar de educação física.	34
Tabela 6_ Atividades realizadas pelo núcleo de estágio de educação física.	40
Tabela 7_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções do currículo desejado.	55
Tabela 8_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções do currículo vivido.	56
Tabela 9_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo aos fatores de agrado dos alunos.	56
Tabela 10_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo aos fatores de desagrado dos alunos.	57
Tabela 11_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções dos alunos quanto à importância da EF para a formação dos alunos, bem como se escolheria esta disciplina se esta fosse opcional.	58
Tabela 12_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções dos alunos quanto à importância da EF comparando com as outras disciplinas.	59
Tabela 13_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções dos alunos quanto à preferência da EF comparando com as outras disciplinas.	59
Tabela 14_ Efeito das variáveis IMC, Vaivém e Atividade física na resposta às questões do questionário, com níveis significativos.	60

Lista de Acrónimos

Capítulo 1

EF	Educação Física
PE	Projeto Educativo
ESQP	Escola Secundária Quinta das Palmeiras
GDEF	Grupo disciplinar de Educação Física
PAP	Plano de acompanhamento pedagógico
SASE	Serviço Apoio Social Escolar
ATL	Atividades de tempos livres

Capítulo 2

EF	Educação Física
AF	Atividade Física
IMC	Índice de Massa Corporal
BM	Básico Masculino
BF	Básico Feminino
SM	Secundário Masculino
SF	Secundário Feminino
M	Masculino
F	Feminino

Introdução

O presente documento refere-se a todo o trabalho desenvolvido ao longo do segundo ano do mestrado via ensino da educação física (EF) nos ensinos básico e secundário, com vista à obtenção do grau de mestre, que se traduz, em grande parte, ao Estágio Pedagógico.

Este relatório encontra-se dividido em dois capítulos, onde o capítulo 1 que diz respeito ao estágio pedagógico desenvolvido na Escola Secundária Quinta das Palmeiras (ESQP), na Covilhã, se apresentam todas as atividades levadas a cabo neste âmbito escolar e o capítulo 2 é direcionado para toda a investigação realizada no âmbito da unidade curricular de seminário de investigação em Ciências do Desporto II.

No capítulo 1 pretendo expor toda a experiência vivenciada, atrás das diversas atividades elaboradas e funções exercidas, durante este ano letivo, 2013/2014, como professora estagiária.

Esta fase da nossa formação, o estágio pedagógico, é constituída por várias componentes, entre as quais se encontra a componente de formação pedagógica e outra de cariz mais prático que decorre em contexto real nas escolas. Este período tão enriquecedor assume um papel importante e decisivo (Martins, 2011) pela experiência e valores adquiridos e transmitidos. De acordo com o autor, posso afirmar que este foi um ano marcante quer a nível pessoal quer a nível profissional, pois durante todo o estágio pude ter o contacto com o verdadeiro papel de docente em vários níveis de ensino e veio, ainda, reforçar mais o gosto e admiração por esta profissão. Foi durante todo este ano que pude colocar em prática, todos os conhecimentos adquiridos ao longo de toda a minha formação académica e também valorizar todos os ensinamentos transmitidos pelo professor orientador bem como todos os professores que fazem parte do grupo de educação física da escola.

Relativamente ao capítulo 2, apresento o trabalho de investigação desenvolvido por mim, juntamente com os meus colegas que constituíram o núcleo de estágio - João Silva, Maria Martins e Samuel Guerra - onde abordamos o tema “Atitudes e Expectativas dos alunos face à Educação Física”. Este estudo foi realizado na escola onde decorreu o nosso estágio e onde pretendemos analisar estas atitudes e expectativas dos alunos considerando os ciclos de ensino básico e secundário, e também por género. Para uma melhor perceção dos dados recolhidos verificamos, ainda, se os níveis de atividade física e de aptidão física têm influência neste tema de estudo.

Quisemos abordar este tema, na nossa investigação, uma vez que nos dias de hoje a EF atravessa uma fase conturbada. Tem-se verificado que várias alterações desde reduções a nível dos tempos lectivos e escassez de recursos humanos e materiais (Bento, Garcia & Graça, 1999). Com todas estas mudanças denota-se que os alunos apesar de reconhecerem a

importância que esta disciplina apresenta/tem na sua formação, não a consideram tão necessária em comparação com as outras (Hardman, 2000, citado em Brandão, 2002; Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg, 1994). Este é um facto que pode ser explicado através da relevância que disciplinas como a matemática e o português têm assumido no currículo escolar dos alunos, desrespeitando-se o papel de unidades curriculares de carácter mais prático (Hardman, 2000, citado em Brandão, 2002).

Capítulo 1- Estágio Pedagógico

1.Introdução

O capítulo 1 deste documento diz respeito ao estágio pedagógico que é necessário realizar no segundo ano do mestrado via ensino da EF nos ensinos básico e secundário. A opção de enveredar para esta parte mais prática, de toda a minha formação académica, surge da necessidade de colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos, bem como apreender mais ferramentas para usar quer ao longo deste ano, de maneira a desempenhar o melhor possível todas as tarefas, bem como no futuro, dentro desta vasta área que é o ensino.

Um dos grandes objetivos da realização do estágio pedagógico, diz respeito à capacidade de me preparar para a docência quer no ensino básico, quer no ensino secundário, solicitando um conhecimento multidisciplinar, bem como de todos os procedimentos a serem utilizados nas aulas para o melhor desenvolvimento do aluno dentro dos diversos domínios (Cavalheiro, Contreira, Flores, Krüger, & Krug (2008); Ferreira, 2013; Garcia, 1999). Dentro da mesma perspectiva, Januário (2008) afirma que é durante esta fase da formação dos futuros docentes (o estágio pedagógico) que se tem a real perceção da educação, isto é, conseguimos olhar com outros olhos para a realidade escolar, bem como para o verdadeiro papel do professor dentro da comunidade escolar. A título pessoal, concordo com os autores supracitados, uma vez que este ano de estágio se traduziu num dos anos mais importantes da minha formação e onde esteve sempre patente a preocupação, juntamente com a necessidade, de colocar em prática os conhecimentos adquiridos na licenciatura bem como no mestrado, tendo sempre em vista, como objetivo fundamental, a profissionalização, para que no futuro possa exercer este cargo corretamente e poder fazer aquilo que tanto gosto me dá, ser docente de EF.

Antes do ano letivo 2013/2014 ter início, foi necessário, entre todos os alunos que iriam realizar o estágio pedagógico, escolher a escola que seria a “nossa casa” durante os próximos meses. A escola onde pude fazer o estágio foi a ESQP, que foi uma das escolas onde estudei e onde a vontade de seguir esta profissão começou. O estágio teve o seu início a 13 de Setembro de 2013 e finalizado a 13 de Junho de 2014, contudo a minha jornada enquanto professora estagiária terminou alguns dias mais tarde, uma vez que foi necessário estar presente nas diversas reuniões de final de ano. O núcleo de estágio presente nesta escola, durante o ano letivo referido, foi composto por mim (Joana Costa), pelo João Silva, pela Maria Martins e também pelo Samuel Guerra, e desde o começo se revelou um bom grupo de trabalho, onde todos estavam dispostos a aprender uns com os outros, a sermos os pilares uns dos outros em todas as dificuldades que fomos encontrando e sentindo, tentando sempre

tornar esta experiência o mais enriquecedora possível e também que fosse um ano que jamais iríamos esquecer. O estágio pedagógico foi orientado pelo Professor Nuno Rodrigues que durante todo o ano letivo teve um papel fundamental neste processo onde foi capaz de nos orientar, ajudar, transmitir diversos conhecimentos através da sua experiência e ainda numa fase inicial (e sempre que necessário) foi a ponte, o elo de ligação, entre a escola e nós enquanto professores estagiários. Isto permitiu assim uma boa e rápida integração tanto no grupo disciplinar de educação física como em toda a comunidade escolar. Como já tinha estudado nesta escola, a integração foi fácil, pois já conhecia o funcionamento da escola, alguns professores (que durante estes meses passaram de antigos professores a colegas), bem como grande parte dos funcionários, permitindo assim conhecer o outro lado da escola que me acolheu durante uma fase da adolescência.

Com a elaboração deste capítulo, pretendo apresentar um resumo, uma vez que é de extrema dificuldade colocar por palavras todo o trabalho desenvolvido nos últimos dez meses, do que foi a minha experiência enquanto professora estagiária, referindo as diversas tarefas realizadas na lecionação e nas atividades não letivas. Não esquecendo que toda esta descrição me permite conceber uma reflexão crítica acerca do meu desempenho ao longo de todo o ano letivo.

Assim sendo, começo por apresentar os meus objetivos enquanto estagiária e posteriormente os objetivos que a escola e o grupo de EF traçaram para alcançar o sucesso. Posteriormente, menciono a metodologia que, neste contexto, engloba os seguintes pontos: a caracterização da escola; das turmas em que tive a responsabilidade de lecionar e o respetivo planeamento que segui com cada uma delas. De seguida refiro os recursos humanos e materiais que a escola fornece, bem como o trabalho desenvolvido no acompanhamento feito com a direção de turma. Após este ponto será feita a exposição das atividades não letivas que o grupo de educação física realizou, bem como as que o núcleo de estágio ficou responsável de organizar e concretizar. Por fim, faço a reflexão acerca da lecionação e de todas as tarefas mencionadas anteriormente, onde dou ênfase aos pontos positivos e negativos de toda esta experiência.

Com todas as tarefas que serão apresentadas de seguida, pude sentir na primeira pessoa o quão difícil é ser-se professor, o quão complicado é conseguir gerir todos os processos inerentes a uma aula de educação física e as inúmeras dificuldades que surgem. É necessário superá-las para atingir o sucesso das aulas e permitir o desenvolvimento dos alunos. Tudo isto só foi possível tendo ótimos profissionais a meu lado que de uma forma direta e/ou indireta transformaram este estágio pedagógico numa aprendizagem e partilha constante. Momentos que de modo algum serão possíveis de retirar da memória.

2. Objetivos

2.1. Objetivos do Estagiário

No momento de concorrer ao ensino superior e com muitas dúvidas acerca do futuro, quis o destino que o desporto fosse o caminho que iria percorrer. Ao longo da licenciatura a ideia do mestrado via ensino foi ficando para trás, mas o bichinho sempre ficou. Terminada a licenciatura e a primeira experiência profissional foi nada mais, nada menos do que professora de atividade física e desportiva nas atividades de enriquecimento curricular no concelho da Covilhã. Não demorou muito até o bichinho do ensino vir ao de cima e o sonho de criança voltou a falar mais alto. Assim sendo, senti a necessidade de dar continuidade à minha formação académica de maneira a adquirir mais e melhores competências para desempenhar o papel de docente da melhor forma.

No que diz respeito às expectativas que tinha em relação ao estágio pedagógico, no início eram uma mistura de emoções, pois por um lado estava ansiosa por querer desempenhar o melhor que conseguisse as minhas funções, mas por outro havia todo um receio de não ser capaz e de não correr tão bem como esperava. No entanto, todos os receios se foram desvanecendo logo nas primeiras semanas, pois sentia que estava no local certo e a fazer aquilo que me fazia feliz.

Assim sendo, o estágio assume um papel importante na nossa formação pois é durante os meses que estamos dentro da realidade do ensino que somos docentes mas também discentes. É ao longo do ano letivo que vamos (os professores) transmitindo aos alunos as competências, conhecimentos, práticas, valores, entre outros, que pudessem não só ser aplicados no desporto, mas também no quotidiano dos discentes (Bento, 2004). Também quis apreender da melhor maneira tudo o que me foi transmitido, adquirir competências ao nível do planeamento e lecionação das turmas e ainda acerca das funções de direção de turma, do desporto escolar e da organização e coordenação de atividades, quer do grupo de EF, quer da escola (Regulamento de estágio de EF, 2013), para poder sair da escola, que me acolheu, como melhor profissional e ser humano. O apoio, força e toda a ajuda do orientador de estágio foi fundamental para que tudo corresse bem e para que hoje esta etapa possa ser concluída com sucesso.

2.2. Objetivos da Escola

Para dar resposta a este subcapítulo é importante saber o que consta no projeto educativo (PE) acerca dos objetivos definidos pela escola. É neste documento que encontramos que “as escolas são estabelecimentos aos quais está confiada uma missão de serviço público, que consiste em dotar todos e cada um dos cidadãos das competências e conhecimentos que lhes permitam explorar plenamente as suas capacidades, integrar-se

ativamente na sociedade e dar um contributo para a vida económica, social e cultural do País.” (Decreto de lei 75/2008 de 22 de Abril de 2008, citado em PE da ESQP, 2010). É ainda importante salientar que a escola estabeleceu um contrato de autonomia com o ministério da educação e da ciência, sendo a primeira escola do concelho a ter este género de contrato.

Tendo por base o contrato de autonomia, revisto em Maio de 2013, a ESQP definiu os objetivos gerais e operacionais que se apresentam de seguida.

Objetivos gerais:

- “Criar as condições que assegurem a estabilização e o desenvolvimento do projeto educativo da Escola, que aglutina diversas iniciativas e desenvolvimento 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 a aprendizagem;
 - Incrementar a visão integrada do currículo e avaliação;
 - Promover a participação e desenvolvimento cívico;
 - Enfatizar a articulação departamental e intradepartamental (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 a justiça;
 - Incentivar a articulação/ligação com as famílias;
 - Garantir que a concepção, planeamento e desenvolvimento da atividade educativa tem em conta as linhas e princípios orientadores do projeto 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 projetos com parceiros exteriores à escola, quer no âmbito nacional quer internacional;
 - Promover a avaliação interna e externa da escola;”

Objetivos operacionais:

- “Manter o elevado grau de satisfação da comunidade em relação à qualidade do serviço educativo prestado pela escola;
- Manter a consistência dos resultados sociais;
- Manter a qualidade da prestação do serviço educativo, quer ao nível do planeamento e articulação, quer ao nível das práticas de ensino, quer ao nível da monitorização e avaliação do ensino e das aprendizagens;
- Manter o elevado reconhecimento da comunidade escolar, relativamente à liderança da escola, à gestão e à autoavaliação;
- Aumentar a quantidade e qualidade de equipamento nas escolas”
- Reduzir a diferença entre as percentagens de aulas previstas e dadas de modo a atingir 100% de aulas dadas;
- Aumentar em 10% o número de requisições domiciliárias na Biblioteca Escolar;
- Aumentar em 10% o número de requisições de documentação da Biblioteca Escolar para salas de aula/outros espaços escolares.”

→Especificamente para o 3ºCiclo:

- “Erradicar o absentismo e o abandono escolar para 0%;
- Diminuir em 10% a taxa de insucesso escolar no final do 7º,8º e 9ºanos de escolaridade;
- Diminuir em 10% o número de alunos que transitam com níveis inferiores a três;
- Reduzir, no 7º ano de escolaridade, a taxa de insucesso em 10% na disciplina de matemática;
- Reduzir, no 8º ano de escolaridade, a taxa de insucesso em 10% na disciplina de matemática;
- Reduzir, no 9º ano de escolaridade, a taxa de insucesso em 10% nas disciplinas de matemática e língua portuguesa;”

→Especificamente para o ensino secundário:

- “Tender para 0% a taxa de abandono escolar;
- Diminuir a taxa global de insucesso escolar em 10%, nos cursos científico-humanísticos;
- Manter a taxa global de sucesso escolar em valores iguais ou superiores a 80%;
- Diminuir a taxa de insucesso em 10% nas disciplinas de matemática A e física e química A;
- Reduzir significativamente a diferença entre a classificação interna final e a classificação de exame;
- Atingir, nas classificações externas, médias iguais ou superiores às médias das classificações externas nacionais;”

Além dos objetivos referidos anteriormente, a escola assume na sua ação educativa o paradigma humano, onde se tenta promovê-la como um espaço educativo e cultural, facilitador do sucesso escolar dos alunos e da realização profissional dos docentes e não docentes (PE da ESQP (2010)). Assim sendo, e através do PE (2010) a escola deseja atuar 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 de autoestima, 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;
- Defender e promover o trabalho colaborativo no sentido da construção de práticas profissionais de qualidade;
- Promover nos alunos o gosto pela construção autónoma dos seus saberes;
- Promover a igualdade de oportunidades de sucesso escolar, visando minimizar dificuldades específicas de aprendizagem e integração escolar e desigualdades culturais, económicas e sociais;
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida, promovendo hábitos de vida saudáveis;
- Proporcionar espaços de formação para toda a comunidade escolar;
- Promover e apoiar a inovação tecnológica enquanto processo de garantir a melhoria das aprendizagens;
- Criar e manter nos alunos o hábito e o prazer da leitura, da aprendizagem e da utilização das Bibliotecas ao longo da vida, de modo a atingir níveis mais elevados de literacia;
- Proporcionar aos alunos informação e ideias fundamentais para poderem ser bem-sucedidos na sociedade atual, baseada na informação e conhecimento;
- Enfatizar valores locais, nacionais e europeus.”

2.3. Objetivos do Grupo disciplinar de Educação física

Para o grupo disciplinar de educação física (GDEF) os objetivos foram definidos tendo a preocupação de não se cingirem à definição de Homem como ser holístico, mas sim no sentido de atuar de forma a levá-lo à descoberta, ao desenvolvimento e à superação dos seus desafios e obstáculos. Para tal é necessário que haja uma percepção e análise de tudo o que nos envolve. Assim sendo, torna-se fulcral que esta análise permita alcançar: uma compreensão que se pretender ser global, uma descoberta de diversos percursos a alcançar e uma atuação

que permita atingir o que se definiu, tendo o professor um papel cada vez mais determinante. (Bases programáticas do grupo de educação física 2013/2014)

Para se alcançar o supracitado foram definidos pelo grupo de educação física diversos objetivos, que se apresentam a seguir:

- ❖ **“COMUNICAÇÃO** - Por mais simples que seja o trabalho a desenvolver è fundamental que os intervenientes estabeleçam elos de ligação entre si, com outros grupos e com todo o meio envolvente. Para que estas ligações se possam concretizar, tem de existir no mínimo um emissor e um receptor. Cada um deles pode, se assim o desejar, desenvolver-se, bem como ajudar a desenvolver o outro. Deste modo estão criadas condições de empatia para a consecução dos objectivos.
- ❖ **RESPONSABILIZAÇÃO/ORGANIZAÇÃO** - Após um conhecimento mais aprofundado das capacidades e limitações de cada interveniente, é possível promover situações simples de organização onde cada um, de acordo com o conhecimento que tem de si próprio, desempenha um determinado papel, responsabilizando-se por ele.
- ❖ **COOPERAÇÃO/INTERACÇÃO** - Quando se propõem tarefas de organização, por mais simples que sejam, já pressupõe a existência de cooperação e interação entre os intervenientes. Pretendemos ir mais longe e fazer com que dessa interação surjam novas ideias e formas de analisar os problemas, através de situações cada vez mais complexas; Promover o “confronto” para que ambos melhorem e aprendam a importância do esforço conjunto.
- ❖ **RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS** - Colocar os alunos perante situações que exijam uma decisão consciente e realçar a importância de assumir as consequências dessa decisão. Esta tarefa no fundo vai ser facilitada pela concretização dos objectivos anteriores, e de certa forma uma preciosa ajuda para o seguinte!
- ❖ **AVENTURA** - Por si só esta palavra já lança desafios. O que pretendemos é que, integrando tudo o que foi abordado ao longo do ano o aluno consiga, em qualquer situação ou atividade: **Orientar-se; Deslocar-se; Optar; Decidir.**” (Bases programáticas do grupo de EF).

É, ainda, importante ressaltar que os objetivos que foram apresentados anteriormente apresentam três níveis - inicial, elementar e avançado. Assim é pretendido que os alunos alcancem no sétimo ano de escolaridade o nível inicial, no oitavo ano o nível elementar e, por fim, no nono ano o nível avançado. Quando os alunos conseguem atingir o nível para o ano correspondente, é sinónimo de que adquiriram as competências definidas para este ciclo de ensino - 3º ciclo (ensino básico) - que se apresentam de seguida:

- “Conhece e interpreta factores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplica regras de higiene e segurança.

▪ Interpreta crítica e corretamente os acontecimentos na esfera da cultura física, compreendendo as atividades físicas e as condições da sua prática e aperfeiçoamento como elementos de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral.

▪ Identifica e interpreta os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como factores limitativos da aptidão física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da cultura física.

▪ Participa ativamente em todas as situações e procura o êxito pessoal e do grupo:

- ✓ Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiro quer no de adversário;
- ✓ Aceitando o apoio dos companheiros os esforços de aperfeiçoamento próprio, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por eles;
- ✓ Cooperando nas situações de aprendizagem e organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma;
- ✓ Interessando-se a apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreatajuda para favorecer o aperfeiçoamento e satisfação própria e do(s) outro(s);
- ✓ Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros com interesse e objectividade;
- ✓ Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das atividades individuais e ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes.” (Bases programáticas do grupo educação física).

No que diz respeito ao ensino secundário é importante referir que o grupo de educação física também definiu os seguintes objetivos:

- “A garantia de **atividade física** corretamente **motivada**, qualitativamente **adequada** e em quantidade **suficiente**, indicada pelo tempo de prática nas situações de aprendizagem, isto é, no treino e descoberta das possibilidades de aperfeiçoamento pessoal e dos companheiros, e numa perspectiva de educação para a saúde;

- A promoção da **autonomia**, pela atribuição, reconhecimento e exigência das **responsabilidades** que podem ser assumidas pelos alunos, na resolução dos problemas de organização das atividades e de tratamento das matérias;

- A valorização da **criatividade**, pela promoção e aceitação da **iniciativa** dos alunos, orientando-a para a elevação da qualidade do seu empenho e dos efeitos positivos da atividade;

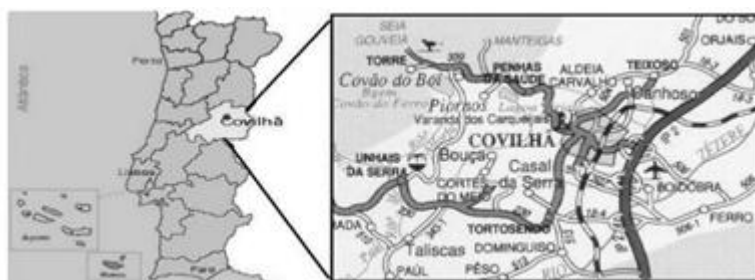
- A orientação da **sociabilização** no sentido de uma cooperação efetiva entre os alunos, associando-a à melhoria da qualidade das prestações, especificamente nas situações de competição entre equipas, e também ao clima relacional favorável ao

aperfeiçoamento pessoal e ao prazer proporcionado pelas atividades.” (Bases programáticas do grupo de educação física)

3. Metodologia

3.1. Caracterização da Escola

A ESQP encontra-se situada na cidade da Covilhã, numa zona em expansão, na vertente oriental da Serra da Estrela a cerca de 700 metros de altitude. O concelho detém uma área com mais de 550 Km², com cerca 504 mil e 506 Habitantes, divididos pelas 31 freguesias que compõem a Covilhã como um dos concelhos pertencentes a Castelo Branco (PE da ESQP, 2010).



Figura_1- Localização geográfica da Covilhã.

A ESQP surgiu em 1987 (ano letivo 1987/1988) com a designação de N^o3, uma vez que na cidade já existiam outras duas escolas secundárias. Este facto veio dificultar a sua implementação e conquista junto dos habitantes do concelho. Numa fase inicial os alunos que não eram “aceites” nas outras duas escolas teriam o lugar na 3^a escola, que hoje é denominada por Escola Secundária Quinta das Palmeiras. Nesta altura a oferta era apenas para o ensino básico, sendo que no ano letivo 2003/2004 integrou também o ensino secundário.

Decorria o ano de 2007 quando a ESQP oficializou com o ministério da educação e ciência um contrato de autonomia - contrato esse revisto em Maio de 2013 - com vista à prestação de um serviço público de ensino de qualidade que assentou em cinco domínios: no acesso de todos os alunos, no sucesso para todos, no apoio socioeducativos, na participação de todos e na cidadania (PE da ESQP, 2010).

Atualmente a nível da oferta educativa a escola dispõe de ensino básico, secundário, sendo este último “dividido” em ensino normal e profissional (curso de técnico de Multimédia e técnico de Turismo), começando no 7^o ano até ao 12^o ano de escolaridade. Neste ano letivo (2013/2014), no ensino básico estavam inscritos 409 alunos, dos quais, 143 pertencentes ao 7^o ano, 140 ao 8^o ano e 126 ao 9^o. Já no ensino secundário, os números são bem mais elevados pois estavam inscritos 538 alunos, repartidos da seguinte maneira: no 10^o ano havia 137 alunos no ensino normal (107 em Ciências e Tecnologias e 30 em Línguas e Humanidades), e 44 no

ensino profissional (22 em Multimédia e 22 em Turismo); no 11ºano, no ensino normal havia 149 alunos (129 em Ciências e Tecnologias e 20 em Línguas e Humanidades) e no profissional apenas 34 alunos (21 no curso de Multimédia e 13 no de Turismo); no 12º ano estavam inscritos, no ensino normal, 129 alunos (104 em Ciências e Tecnologia e 25 em Línguas e Humanidades) e no profissional constavam 45 alunos (20 em Multimédia e 16 em Turismo). No que diz respeito aos alunos com apoio social escolar sabe-se que da amostra total de alunos que compõe a comunidade escolar, 184 têm direito a este apoio, traduzindo-se numa percentagem de 25,35%.

Quanto aos docentes, a escola tem 93 professores, onde 83 pertencem ao quadro e 10 encontram-se a termo. Geralmente, a ESQP todos os anos abre as suas portas a professores estagiários com o objetivo de concluírem a sua formação académica, sendo uma etapa de pura aprendizagem e partilha. Neste ano letivo, existiam 9 professores estagiários: 4 de Educação Física, 3 de Física - Química e 2 de Artes Visuais

A nível do pessoal não docente, que com o seu trabalho ajudam a escola a ter um bom funcionamento, a escola apresenta uma equipa diversa onde se pode encontrar 1 psicólogo, 28 operacionais (1 encarregado e 27 assistentes) e 8 administrativos (1 coordenador técnico e 7 assistentes técnicos).

Relativamente às instalações a escola tem uma vasta gama, em boas condições, que ajudam a alcançar os objetivos do PE. Assim sendo, a escola dispõe de: Biblioteca, Videoteca, Pavilhão desportivo, Bar, Exploratório, Balneários, Sanitários, Sala de estudo, Laboratórios (Física, Química, Biologia, Fotografia, Vídeo, Som/Rádio, Línguas, Matemática e Informática), Sala de informática, Sala de professores, Sala de associação de pais, Sala de convívio de aluno, Sala para Associação de estudantes, Sala de diretores de Turma, Sala de pessoal não docente, Auditório, Refeitório, Espaços desportivos ao ar livre, e, ainda, Gabinete de informação e apoio ao aluno.

Sobre as atividades que a escola organiza ao longo de todo o ano, estas são da responsabilidade de cada departamento e grupo disciplinar, sendo inúmeras as que são realizadas por toda a comunidade escolar, podendo ser consultadas no PE da escola. Mais à frente neste relatório, nomeadamente no tópico sobre atividades não letivas, irei abordar as atividades na qual colaborei.

3.2. Lecionação

3.2.1. Amostra

A amostra definida para a lecionação diz respeito às turmas que foram atribuídas em Setembro, ao professor orientador de estágio - Prof. Nuno Rodrigues. Ao nosso orientador foram atribuídas 5 turmas: 2 pertencentes ao ensino básico (8ºA e 8ºB) e 3 ao ensino

secundário (10ºB, 10ºC e 12ºD). Cada professor estagiário ficou ainda encarregue, em cada período, de dar aulas aos alunos pertencentes ao ATL (atividades de tempos livres) da escola.

Para se fazer a distribuição de cada professor estagiário pelas turmas, no início do ano reunimos juntamente com o orientador de estágio, a fim de fazer toda a distribuição das turmas, por período, de maneira a que cada professor pudesse então iniciar o seu trabalho. Nesta reunião, a distribuição de turmas pelos respetivos períodos foi uma divisão conjunta, onde ficou planeado todo o ano letivo, com o intuito de todos passarem pelas mesmas funções, enriquecendo assim a nossa formação e toda esta experiência. Tentámos, da melhor maneira, que todos nós (professores estagiários) passássemos por todos os anos escolares (dentro das turmas do nosso orientador) para que todos pudéssemos sentir as dificuldades/diferenças que é leccionar diferentes anos de escolaridade. Assim sendo, apresenta-se na tabela seguinte toda a distribuição das turmas pelos 4 professores estagiários neste ano letivo.

Tabela 1_ Distribuição das turmas, e respectivos períodos, pelos professores estagiários.

Funções (Lecionação)	Períodos Letivos		
	1º Período	2º Período	3º Período
8ºA, 8º B e ATL	Maria Martins	Joana Costa e João Silva	Samuel Guerra
10ºB	Samuel Guerra	Prof. Nuno Rodrigues	Maria Martins
10ºC	Joana Costa	Samuel Guerra	João Silva
12ºD	João Silva	Maria Martins	Joana Costa

3.2.1.1. Caraterização da turma 10ºC

A caraterização da turma que se apresenta a seguir foi elaborada com base no plano de acompanhamento pedagógico (PAP) pela diretora de turma e disponibilizada pela mesma.

A turma do 10ºC enquadra-se no curso de Ciências e Tecnologias sendo constituída, na sua totalidade, por 30 alunos: 16 do sexo masculino e 14 do sexo feminino, onde a média de idades dos alunos é de 15 anos.

A turma tem aula de EF duas vezes por semana, correspondendo a dois blocos de 90 minutos: terça-feira das 10h:05min até as 11h:35min e à quinta-feira das 15h:05min até às 16h:35min, estando todos os alunos (30) inscritos nesta disciplina.

Os alunos que constituem a turma são residentes, na sua maioria, na cidade da Covilhã. Contudo há alunos que residem nas freguesias do concelho, nomeadamente: Ferro, Caria, Tortosendo, Boidobra, Cantar Galo, Canhoso e Peraboa. Salienta-se, ainda, que há alunos que habitam em Gonçalo, concelho da Guarda, e em Belmonte.

A turma, maioritariamente, já frequentava a escola, tendo, este ano letivo, sido integrados 6 novos alunos, onde 5 deles vieram de outras escolas da região (3 da escola de

Belmonte, 2 da escola do Teixeira) e apenas 1 se encontra a repetir o ano. Todos eles foram bem integrados, quer pelos docentes, quer pelos colegas da turma.

No que diz respeito ao nível socioeconómico da turma, pode considerar-se heterogéneo, predominando o nível médio- baixo, havendo 7 alunos com apoio dos Serviços de Ação Social Escolar (SASE), onde existem 2 com escalão A e 5 com escalão B. A nível sociocultural é também uma turma heterogénea, havendo uma diversidade na profissão dos seus progenitores.

Comparativamente ao percurso escolar, a turma apenas apresenta um aluno retido no ano transato. Os alunos revelam que as suas disciplinas preferidas são as Ciências Naturais, Ciências Físico-Químicas, Matemática e EF, no entanto onde sentem mais dificuldades é ao nível da Matemática, do Português e das Ciências Físico-Químicas. Grande parte da turma demonstra ambição de prosseguir com a sua formação académica para o ensino superior.

De uma forma global identificaram-se alguns problemas na turma, nomeadamente ao nível das atitudes e valores bem como ao nível dos conhecimentos, capacidades e aptidões, que podem influenciar, de forma direta e/ou indireta, as aulas de EF. Assim sendo, ao nível das atitudes e valores, foram reconhecidos os seguintes problemas: falta de atenção/concentração nas aulas por parte de alguns alunos; falta de pontualidade; dificuldade na gestão das participações nas aulas; falta de responsabilidade a nível da realização dos trabalhos de casa; e, ainda, alguma falta de autonomia. No que diz respeito ao nível dos conhecimentos, capacidades e aptidões, foram diagnosticadas dificuldades ao nível: da interpretação/compreensão de problemas; de raciocínio lógico/dedutivo; do cálculo; e de comunicação e argumentação.

Relativamente a casos clínicos a turma não apresenta problemas de saúde relevantes a registar e que possam influenciar quer o desempenho dos alunos quer o funcionamento das aulas.

Por fim, a nível de tempos livres a turma também mostra uma heterogeneidade nas suas preferências revelando que ver televisão, usar o computador, ler e atividades desportivas estão no topo das suas eleições para ocupar esse mesmo tempo.

3.2.1.2. Caraterização da turma 12ºD

A caraterização da turma que se apresenta a seguir foi elaborada com base no PAP pela diretora de turma e disponibilizada pela mesma.

A turma do 12ºD enquadra-se no curso de Ciências e Tecnologias sendo constituída, na sua totalidade, por 23 alunos: 13 rapazes e 10 raparigas, com idades compreendidas entre os 17 e 20 anos.

A turma tem aula de EF duas vezes por semana, correspondendo a dois blocos de 90 minutos: segunda-feira das 10h:05min até as 11h:35min e à quarta-feira das 11h:45min até às 13h:15min, estando apenas 13 inscritos na disciplina de EF. Os restantes alunos apenas estão inscritos a disciplinas específicas para terminar o secundário.

Os alunos que constituem a turma são residentes, na sua maioria, na cidade da Covilhã. Contudo há alunos que residem nas freguesias do concelho, nomeadamente: Ferro, Teixoso, Boidobra e Paul. Evidencia-se, ainda, que há alunos que moram em Belmonte, pertencente ao concelho vizinho.

A turma, maioritariamente, já estava toda junta em anos anteriores, tendo apenas integrado a turma, este ano letivo, 1 aluna que veio de outra escola da região - Sabugal. A aluna foi bem integrada tanto pelos docentes quer pelos colegas da turma e também por toda a comunidade escolar.

Relativamente ao nível socioeconómico da turma, pode considerar-se bastante heterogéneo, predominando o nível médio, no entanto existem 4 alunos com apoio dos SASE, 1 com escalão A e 3 com escalão B. A nível sociocultural é também uma turma heterogénea, havendo uma diversidade na profissão dos seus pais.

No que diz respeito ao percurso escolar, a turma apresenta 12 alunos que já ficaram retidos ao longo da sua formação académica. Esta situação verifica-se pois, aproximadamente, metade da turma se encontra, atualmente, a repetir uma disciplina (principalmente Matemática) de maneira a terminar o ensino secundário. Os alunos revelam que as disciplinas onde sentem mais dificuldades é ao nível da Matemática, do Português, da Química, da Física e da EF.

De uma forma global identificaram-se alguns problemas na turma, nomeadamente ao nível das atitudes e valores bem como ao nível dos conhecimentos, capacidades e aptidões, que podem influenciar, de forma direta e/ou indireta, as aulas de EF. Assim sendo, ao nível das atitudes e valores foram reconhecidos os seguintes problemas: dificuldade em conseguir estar em silêncio na sala de aula, mantendo conversas paralelas com os colegas do lado; alguma irresponsabilidade; deficit de atenção/concentração; falta de hábitos de estudo e métodos de trabalho; falta de assiduidade e pontualidade. No que diz respeito ao nível dos conhecimentos, capacidades e aptidões foram diagnosticadas dificuldades ao nível: da expressão escrita, nomeadamente carência de vocabulário, ortografia, sintaxe, coesão textual e pontuação; e, ainda, do cálculo e da resolução de problemas.

Relativamente a casos clínicos a turma não apresenta problemas de saúde relevantes a registar e que possam influenciar, quer o desempenho dos alunos, quer o funcionamento das aulas.

3.2.2. Planeamento

Para se iniciar este tópico é necessário ter em consideração o que se entende por planeamento. Planeamento significa delinear previamente aquilo que tem de ser concretizado, como necessita ser feito e quem é que o deve realizar. Este deve ser cumprido com base numa análise da situação, ou seja, através de um diagnóstico feito anteriormente. Assim, o professor deve ter em conta certas tarefas para que o seu planeamento corresponda aos objetivos delineados: delimitar o que deve fazer, eleger como o vai fazer e por fim concretizar o plano (Mesquita,2005). Já para Sousa (1991), este conceito traduz-se num instrumento simplificador de decisões a serem tomadas pelo professor, em que os objetivos essenciais dizem respeito à antevisão, à racionalização e à eficácia do processo de ensino. Para Bento (2003), planeamento “significa uma reflexão pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina, sendo pois evidente a relação estreita com a metodologia ou didática específica desta, bem como com os respetivos programas”. A definição apresentada por Siedentop (2008) refere que o objetivo do planeamento consiste em que todos os alunos consigam alcançar, independentemente das diferenças individuais que apresentam, os objetivos definidos. Como se pode observar pelas diferentes definições supracitadas, são vários os significados atribuídos a este conceito, no entanto o caminho que seguem e o sentido é semelhante em todos, o que se traduz num significado global deste conceito.

Após apresentar algumas definições acerca desta concepção, é importante questionar sobre o porquê de planificar. Bento (1998) afirma que uma das principais razões que leva os docentes a planificar está relacionada com a relevância de se organizar toda a evolução do processo de aprendizagem dos alunos, como forma de poder garantir que os objetivos definidos possam ter condições de ser atingidos.

Siedentop (2008) diz que os professores disponibilizam o seu tempo e a sua atenção ao ato de planear como forma de garantir a progressão de uma aula para outra, ter em mente a melhor estratégia para usufruir do tempo de aula de forma eficaz, serem capazes de diminuir a ansiedade, aumentar a sua confiança ao longo das aulas e, também, satisfazer os requisitos da escola e, ainda, do sistema escolar. Como é de esperar, os professores menos experientes, principalmente os que se encontram em início de carreira, são os mais dependentes deste ato. Piletti (1995) refere que todo este processo que é o planeamento deve evitar a rotina e a improvisação, deve coincidir com os objetivos definidos e promover a eficiência do processo ensino - aprendizagem.

Nas reuniões iniciais que tivemos com o nosso orientador de estágio, foi-nos dito que teríamos de elaborar diversos documentos, entre os quais os que correspondem ao planeamento a curto, a média e a longo prazo. Assim sendo, a curto prazo teríamos de realizar os planos de aula para as turmas em que a leccionação fosse da nossa responsabilidade, a médio prazo teríamos de fazer a caracterização das diferentes unidades

didáticas a abordar nas turmas e por fim, a longo prazo teríamos de elaborar o plano anual dessas unidades didáticas tendo em conta o nível de escolaridade de cada turma.

Começámos pela elaboração do plano anual, onde foram definidas quais as modalidades a abordar e a devida distribuição das mesmas pelos períodos letivos. Para se realizar esta distribuição tivemos que articular diferentes documentos essenciais como o programa de EF, do ministério da educação, e quais as suas diretrizes para os diferentes anos de escolaridade (no nosso caso só realizamos planeamento anual para o ensino secundário), conteúdos programáticos para este ciclo de ensino e a programação anual das unidades didáticas que contempla o número de aulas destinadas para cada modalidade e, ainda, o mapa da rotação dos diferentes espaços, documentos definidos pelo GDEF. Ponderámos esta distribuição consoante a sua duração, uma vez que o 1º e 2º período foram os períodos mais longos (aproximadamente 3 meses) optámos por abordar 3 modalidades e no 3º período por ser o mais curto (aproximadamente 1 mês e meio) apenas 2. Salientar, neste ponto, que para cada período foi-nos dito que deveríamos aplicar a bateria de testes do fitnessgram (2 aulas), um teste de avaliação e a autoavaliação na última aula.

Assim sendo, para as duas turmas de 10º ano (10ºB e 10ºC) seleccionámos, para o 1º período, as modalidades de corfebol, basquetebol e voleibol, para o 2º período, ginástica, atletismo e andebol e por fim, para o 3º período, badminton e futsal. No que diz respeito à turma do 12º ano (12ºD) foi ligeiramente diferente a definição das modalidades, uma vez que o grupo disciplinar de educação física compreendeu que cada turma deveria de escolher duas modalidades coletivas para serem abordadas ao longo do ano. Em seguimento do referido anteriormente, os alunos escolheram a modalidade de basquetebol e voleibol. Assim, no 1º período seleccionou-se atletismo, corfebol e basquetebol, para o 2º período, dança, basquetebol e voleibol e, por fim, no 3º período, badminton e voleibol.

Com o plano anual elaborado foi tempo de se passar aos planeamentos a médio prazo, ou seja, as unidades didáticas que cada um teve de realizar consoante a turma que tínhamos de lecionar. Este documento teve como objetivo primordial alcançar os critérios definidos/objetivos pelo programa de educação física e foi uma base para nos auxiliar nas diferentes modalidades pois, assim, sabíamos os conteúdos que tínhamos de abordar ao longo do período (Sidentop, 2008). A estrutura de cada unidade didática seguia a seguinte ordem: caracterização da população-alvo; caracterização dos recursos; objetivos gerais e específicos; competências/conteúdos a desenvolver; metodologia e estratégias a utilizar; método de controlo do processo; quadro de resumo; e distribuição das aulas pelas diferentes modalidades.

No que diz respeito aos planos de aula, planeamento a curto prazo, pode ser organizado de diversas formas, sendo que a mais usual é em 3 fases distintas, onde se tem a fase inicial, fase fundamental e fase final. Na primeira fase (fase inicial) deve contemplar a

mobilização geral e específica, a fase fundamental engloba a aquisição de competências por parte dos alunos e, por fim, na fase final deve considerar-se exercícios que incidam na diminuição da intensidade da aula. Segundo Bento (2003), o plano de aula diz respeito ao elo de ligação entre o pensamento e ação do docente. Ao longo de todo o estágio pedagógico estes documentos deveriam ser entregues com 48h de antecedência à aula, para que o nosso orientador pudesse analisar e observar os exercícios propostos de maneira a dar-nos um feedback relativo aos mesmos. Ao fim de cada aula, era elaborado um relatório, onde era mencionado o objetivo de aula, problemas detetados e estratégias usadas para os colmatar, pontos positivos e negativos, e, ainda, referir alunos pela positiva e negativa de maneira a nos auxiliar (este último ponto) no processo de avaliação. Este documento deveria ser entregue até ao final dessa semana. A estrutura do plano de aula seguia a seguinte ordem: identificação da turma, número e duração da aula, espaço de aula, objetivos de aula e os exercícios, em que nestes devíamos contemplar o seu objetivo, tempo de duração, material, esquema, descrição, comportamentos desejados, bem como as componentes críticas de cada gesto técnico solicitado ao longo de cada exercício.

Falta referir um aspecto muito importante do planeamento que diz respeito à avaliação. Para Ribeiro (1999) citado em Tomás (2010) este conceito pretende seguir a evolução do desempenho do aluno, reconhecendo o que já alcançou e as suas dificuldades, procurando encontrar as melhores soluções para que atinja o sucesso no processo ensino - aprendizagem. Este momento pode dividir-se em 3 fases/etapas diferentes: avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.

No que diz respeito à avaliação diagnóstica, este momento foi realizado no início de cada unidade didática com o objetivo de verificar o nível da turma nas diferentes modalidades, para se poder ajustar/adequar os conteúdos a abordar com os alunos. Já a avaliação formativa foi o momento realizado em grande parte do período e que permitiu observar e verificar o desempenho dos alunos, dificuldades vividas por eles e assim focar mais nesses aspetos ao longo do processo de ensino - aprendizagem. Por fim, a avaliação sumativa que foi realizada no término de cada unidade didática onde se analisava toda a evolução dos alunos.

3.2.2.2. Turma 10°C

A minha primeira turma, neste estágio pedagógico, foi o 10°C, onde assumi logo no 1º período a responsabilidade da sua lecionação. Assim sendo, a minha apresentação foi feita na primeira aula com o professor orientador Nuno Rodrigues, tendo os alunos conhecimento que a partir da aula seguinte seria eu então a sua docente ao longo desse período. Na minha primeira aula, reforcei algumas normas de funcionamento bem como as modalidades que iriam ser abordadas.

Uma das primeiras tarefas que o núcleo de estágio teve de elaborar foi a programação anual para todas as turmas que iriam ficar sob a nossa responsabilidade, onde tínhamos de coordenar os espaços de aula com as diferentes modalidades, tendo em contas todas as indicações do grupo acerca do número de aulas (mínimo e máximo) que cada modalidade devia de ter no plano de cada turma. Assim sendo, deste documento ficou estabelecido que, ao longo do 1º período, esta turma teria então as seguintes modalidades: corfebol (lecionação no ginásio), basquetebol (lecionação no pavilhão e exterior) e voleibol (lecionação no pavilhão).

Este período estava distribuído em 26 blocos letivos de 90 minutos de duração. Ao longo de todo o período as aulas, desta turma, foram repartidas em 1 aula de apresentação, 1 aula para a realização de jogos pré-desportivos, 7 aulas para Voleibol, 6 aulas para Corfebol, 7 aulas para Basquetebol, 2 aulas de 90 minutos para a realização da bateria de testes do fitnessgram, 1 aula para a realização do teste escrito, e por 1 aula para a autoavaliação, salientando que todas estas aulas supracitadas correspondem a 90 minutos. Contudo, este planeamento teve de ser ajustado várias vezes, ao longo do período, devido a atividades em que a turma participou, nomeadamente as que foram organizadas pelo núcleo de estágio, bem como palestras de divulgação da universidade do Porto. Deste modo, a programação das aulas de voleibol foram diminuídas em relação ao que estava previamente planeado.

Relativamente ao planeamento a curto prazo concretizado para o 10ºC seguiu os moldes já supracitados no tópico relativo ao planeamento.

Durante o contato com esta turma houve várias fases/etapas de avaliação que tiveram a sua realização em momentos distintos, e que tiveram de ser cumpridas pois foram estas fases que permitiram avaliar o desempenho dos alunos bem como constatar a sua evolução ao longo deste tempo de aulas (Ribeiro, 1999). De acordo com o já citado, para as unidades didáticas abordadas foi necessário usar uma aula para a avaliação diagnóstica e uma para a sumativa.

Feita a avaliação diagnóstica e de acordo com as competências a trabalhar, segundo o programa de educação física para este ano de escolaridade, achei adequado trabalhar, para as diferentes unidades didáticas, as competências referidas na tabela, apresentada de seguida. Nas unidades didáticas de basquetebol e voleibol o nível utilizado foi o avançado, e relativamente à unidade didática de corfebol foi o nível elementar, que era o previsto no programa de educação física.

Tabela 2_ Competências trabalhadas com a turma nas diferentes unidades didáticas.

<i>Unidade didática</i>		
Basquetebol	Corfebol	Voleibol
→Atitude tripla ameaça; →Passe de peito; →Passe picado;	→Passe de peito; →Passe de ombro; →Passe e corte; →Lançamento na passada;	→Posição base; →Deslocamento; →Passe de frente; →Passe de costa;

<ul style="list-style-type: none"> →Passe de ombro; →Drible de progressão e proteção; →Lançamento em apoio; →Lançamento na passada; →Passe e corte; →Ressalto defensivo/ofensivo; → Defesa individual Bloqueio ofensivo; →Bloqueio defensivo; →Ataque posicional “5 abertos”. 	<ul style="list-style-type: none"> →Lançamento parado; →Lançamento de penalidade; →Ressalto; →Desmarcação; →Posição defensiva de base; →Ataque organizado 4:0; →Ataque organizado 2:2. 	<ul style="list-style-type: none"> →Serviço por baixo; →Serviço por cima; →Machete; →Remate em apoio e em suspensão; →Bloco individual e duplo; →Sistema defensivo em W; →Sistema de ataque.
--	---	---

No que diz respeito à avaliação, pode referir-se que não é um processo de fácil realização, pois está em constante mudança sendo um procedimento gradual. Para tal, ao longo das aulas, foi feita a avaliação formativa da turma como forma de compreender quais as suas dificuldades, qual o seu desempenho em cada aula e a sua evolução, de maneira a poder ajustar a unidade didática, bem como a minha intervenção nas aulas e ainda modificar, sempre que necessário, os planos de aula consoante o observado.

No fim de realizar a avaliação diagnóstica e a formativa é tempo de concretizar a avaliação sumativa, que concerne no momento onde se pode observar qual a evolução da turma desde o início do período até ao fim do mesmo. O número de aulas usado para este fim já foi referido anteriormente (Ribeiro e Ribeiro, 1990).

Relativamente às unidades didáticas, saliento que foi necessário fazer um breve estudo relativo à unidade didática de corfebol, uma vez que de todas era onde me sentia menos confortável e senti a necessidade de melhorar e aprofundar o meu conhecimento para estar preparada para transmitir competências e o devido conhecimento à turma e também para possíveis questões que os alunos pudessem fazer. Esta lacuna da minha parte também se deve ao facto de, enquanto aluna do ensino básico e secundário, ter tido pouco tempo de contacto com esta modalidade quando comparada com as restantes.

Ao longo de todas as unidades didáticas, com esta turma, tentei sempre criar exercícios criativos onde pudesse estimular a motivação e o empenho dos alunos, onde pudesse trabalhar os gestos técnicos - tentando não ser de forma isolada, mas com a inexperiência inicial, houve aulas (as iniciais) onde isso se verificou, mas que com as sugestões dos meus colegas e do professor orientador, esta “falha” foi superada -, situações/exercício o mais semelhantes ao jogo possível, de maneira a serem o mais reais e ajustado à realidade desportiva, para quando se passar para a situação de jogo formal o transfere das competências adquiridas ser mais fácil para os alunos.

Como a turma apresentava 30 alunos nem sempre era fácil o momento da seleção dos exercícios, por querer sempre proporcionar-lhes o maior tempo útil de aprendizagem. Para tal, várias estratégias foram usadas, como trabalhar por estações, dividir a turma por grupos

e ter vários exercícios (iguais) a decorrer em simultâneo. Para esta preocupação também tinha de considerar o espaço onde decorria a aula.

Relativamente ao desempenho dos alunos das diversas unidades didáticas, no geral, conseguiu-se alcançar um balanço positivo. Contudo, a turma apresentou mais dificuldades ao nível do corfebol, pois era a modalidade que menos conheciam (todos os alunos já tinham tido contacto com esta modalidade) e menos gostavam, o que levou a que por diversas vezes tivesse de parar os exercícios para corrigir gestos técnicos e explicar novamente o que era pretendido no exercício. Isto foi verificado mais numa fase inicial do período, pois com o decorrer das aulas os alunos foram apreendendo o que era pretendido realizar, tornando as aulas mais fluídas e onde se pode observar evolução na performance da turma. Após realizar as avaliações diagnósticas, que permitiu ver quais os alunos com mais e menos capacidades para as diferentes modalidades, tive sempre em consideração na elaboração dos exercícios, incluir variantes que permitissem aos alunos atingir o objetivo do exercício. Assim sendo, para os alunos que revelavam menos capacidades, tinha opções que simplificavam o exercício, para que pudessem evoluir dentro das suas limitações. Já por outro lado, para os alunos que mostraram mais capacidades tinha opções para tornar o exercício mais complexo, de maneira a torná-lo mais desafiante e estimulante para este grupo de alunos. Assim, conseguia ter a turma motivada (tendo em conta os diferentes patamares onde se encontravam) para fazerem sempre mais e melhor de forma a o seu desempenho evoluir aula após aula.

Desde cedo detetei que o grande problema desta turma seria o seu comportamento, que maior parte das vezes era inapropriado para o contexto de aula, principalmente numa fase mais inicial, onde alguns elementos da turma quiseram testar os limites estabelecidos. O facto de a turma ser grande (30 alunos) e de saberem que era estagiária pode ter tido alguma influência no despoletar de tal comportamento. Para tentar modificar o que foi referido, sempre que necessitava de transmitir informação, exigia silêncio, para que fosse audível para todos e caso não o fizessem eu permanecia calada até tal acontecer. O tempo perdido durante nessa situação depois era descontado ao exercício final da aula (geralmente situação de jogo, que eles gostavam bastante). Desde a primeira aula onde assumi as funções de professora preocupei-me em transmitir informações claras e objetivas, sendo que sempre recorri às mais diversas estratégias para que todos percebessem e soubessem o que era para fazer. Como tal, a demonstração, o questionamento, uso do quadro existente no pavilhão e visionamento de vídeos foram exemplos dessas estratégias.

De seguida, menciono que ao longo de todas as aulas tentei ter uma voz audível por todos os alunos e um posicionamento sempre para toda a turma, para que pudessem sentir que estava presente na aula e ao alcance de todos em qualquer situação. Para isso, fui fornecendo feedbacks, quer corretivos, quer motivacionais, sendo fundamental para a evolução de toda a turma. No entanto, este aspeto foi um dos que teve um processo bastante evolutivo da minha parte ao longo deste meu contacto com a turma. Já sobre os estilos de

ensino utilizados com esta turma, numa fase inicial penso que tenham sido usados o estilo tarefa e com os alunos com um comportamento desviante, em algumas situações, tive de recorrer ao estilo comando, para evitar que esses comportamentos se repetissem. Todavia, com a evolução da turma foram aplicados outros estilos de ensino, como o da descoberta guiada e a solução de problemas - divergente.

Quando era aluna do ensino básico e secundário, gostava particularmente do ambiente e clima criado nas aulas de educação física, pois os professores tinham sempre esse cuidado para com a turma. Como tal, agora do outro lado, nas funções que desempenhei, também tive essa preocupação, uma vez que também quis que todos os alunos ficassem com boas memórias das aulas de educação física. Para tal, tentei estimular esse ambiente de maneira a que os alunos estivessem motivados para a prática dos exercícios e se pudesse criar uma boa relação de professor - aluno, tendo criado boas amizades com a maioria da turma. Salientar que houve casos onde alguns alunos quiseram, de forma informal, partilhar comigo alguns dos seus problemas (problemas esses que em certos casos poderiam ter influencia nas aulas) e mesmo quando deixei de ser professora da turma, esses mesmos alunos continuaram a partilhar as melhorias obtidas nesses problemas. Tal aconteceu, também, porque esses elementos me viram como uma amiga e não só como professora, fora do ambiente da aula, depositando em mim uma confiança que, no início, não esperava obter.

3.2.2.3. Turma 12ºD

A turma que fiquei responsável pela leção ao longo do 3º período foi o 12ºD. À semelhança do sucedido com a turma do 10ºC, a minha apresentação foi feita na primeira aula com o professor orientador Nuno Rodrigues. Na minha primeira aula, reforcei algumas normas de funcionamento bem como as modalidades que iriam ser abordadas, uma vez que no fim do 2º período tive o primeiro contacto com a turma numa aula de substituição da minha colega.

Logo no início do ano, uma das primeiras tarefas que o núcleo de estágio teve de realizar foi a programação anual para todas as turmas que iriam ficar ao nosso cargo, onde tínhamos de coordenar os espaços de aula com as diferentes modalidades, tendo em contas todas as indicações do grupo acerca do número de aulas (mínimo e máximo) que cada modalidade devia de ter no plano de cada turma. Assim sendo, deste documento ficou estabelecido que, ao longo do 3º período, com estes alunos, as modalidades que iriam ser abordadas eram as seguintes: badminton (leção no ginásio e pavilhão) e voleibol (leção no pavilhão e exterior), sendo que a última modalidade referida já tinha sido abordada ao longo do 2º período, e por ser uma das modalidades escolhidas pelos alunos, teve de ter mais tempos de leção.

Este período estava distribuído em 13 blocos letivos de 90 minutos de duração. Ao longo de todo o período, as aulas foram divididas da seguinte forma: 6 aulas para Voleibol, 5 aulas

para Badminton, 1 aula para a realização do teste escrito, 1 aula para a autoavaliação, salientando que todas estas aulas supracitadas correspondem a um tempo total de 90 minutos. Todavia, este planeamento teve de ser ajustado por terem participado numa atividade que o núcleo de estágio organizou. Desta forma, a programação das aulas de voleibol foram diminuídas, ficando 5 no total, em relação ao que estava estipulado.

Relativamente ao planeamento a curto prazo concretizado para o 12ºD seguiu os moldes já referidos no tópico alusivo ao planeamento.

Ao longo das aulas que lecionei a esta turma houve várias fases/etapas de avaliação que tiveram a sua realização em momentos distintos e que tiveram de ser cumpridas, pois foram estas que me auxiliaram no momento de avaliar o desempenho dos alunos, bem como constatar a sua evolução ao longo deste tempo, embora reduzido, de aulas (Ribeiro, 1999). De acordo com o já referido, para a unidade didática de badminton, foi necessário usar uma aula para a avaliação diagnóstica e outra para a avaliação sumativa. Por outro lado, na unidade didática de voleibol, apenas se usou uma aula para a avaliação sumativa, uma vez que esta modalidade começou a ser abordada no 2º período e não fazia sentido repetir uma avaliação diagnóstica num curto espaço de tempo. Assim sendo, solicitei à minha colega todos os dados recolhidos sobre esta unidade didática, para me auxiliar e servir como base para todo o planeamento desta modalidade.

Realizada a avaliação diagnóstica e de acordo com as competências a trabalhar segundo o programa de educação física para este ano de escolaridade (12º), achei pertinente incidir nas competências referidas na tabela, apresentada de seguida. Em ambas as unidades didáticas o nível utilizado foi o avançado, que era o conjecturado no programa de educação física, elaborado pelo ministério da educação.

Tabela 3_ Competências trabalhadas com nas diferentes unidades didáticas.

Unidade Didática	
Badminton	Voleibol
<ul style="list-style-type: none"> →Posição base; →Clear de esquerda e direita; →Lob de esquerda e direita; →Drive; →Serviço comprido; →Serviço curto; →Remate; →Amorti; 	<ul style="list-style-type: none"> →Posição base; →Deslocamento; →Passe de frente; →Passe de costa; →Serviço por baixo; →Serviço por cima; →Machete; →Remate em apoio e em suspensão; →Bloco individual e duplo; →Sistema defensivo em W; →Sistema de ataque.

No que diz respeito à avaliação, pode referir-se que não é um processo de fácil concretização, sendo um procedimento gradual, aula após aula. Como tal, ao longo das aulas foi realizada a avaliação formativa dos alunos, como forma de perceber quais as suas

dificuldades, qual o seu desempenho em cada aula e a sua evolução, de maneira a poder ajustar o processo de ensino - aprendizagem bem como a minha intervenção nas aulas e ainda alterar, quando necessário, os planos de aula, consoante o observado.

No fim de realizar a avaliação diagnóstica e a formativa é altura de realizar a avaliação sumativa, que diz respeito ao momento onde se observa qual a evolução da turma desde o início do período até ao fim do mesmo. O número de aulas usado para este fim já foi referido anteriormente (Ribeiro e Ribeiro, 1990).

Para as unidades didáticas abordadas, refiro que foi importante fazer, anteriormente, um estudo relativo à modalidade de badminton, uma vez que era onde me sentia menos confortável e senti a necessidade de melhorar e aprofundar o meu conhecimento para estar preparada para transmitir competências e o devido conhecimento à turma e também para possíveis questões que os alunos pudessem colocar. Esta lacuna da minha parte também se deve ao facto de, enquanto aluna do ensino básico e secundário, não ter tido contacto com esta modalidade.

Ao longo das duas unidades didáticas mencionadas, tentei sempre apresentar exercícios criativos onde fizesse com que os alunos estivessem sempre motivados e empenhados, onde conseguisse trabalhar os gestos técnicos pretendidos - tentando não ser de forma isolada - situações/exercício o mais semelhantes ao jogo possível, de maneira a serem o mais semelhante possível à realidade desportiva, para quando se incide na situação de jogo formal haver uma maior facilidade no transfere das competências adquiridas.

Esta turma, ao contrário da turma referida anteriormente, apresenta apenas 13 alunos, sendo que a grande preocupação no momento de planear todo o plano de aula, era criar exercícios onde os alunos trabalhassem em grupos reduzidos, de maneira a aumentar o tempo útil de aprendizagem. A estratégia mais usada foi ter vários exercícios iguais a decorrer em simultâneo, onde tinha sempre todos os alunos em atividade a aula toda. Sempre que necessário, (devido ao espaço onde decorria a aula) a turma trabalhava por estações, existindo sempre uma que dizia respeito aos conteúdos/competências principais a abordar.

Relativamente ao desempenho dos alunos nas duas modalidades, de uma forma global o balanço foi bastante positivo. Como foram os alunos, no início do ano letivo, que puderam seleccionar dois desportos coletivos para serem abordados em maior quantidade, quando comparadas com as outras modalidades que o currículo oferece, e escolheram o voleibol, o seu empenho foi maior nesta modalidade, também devido a ser uma modalidade coletiva. Já no badminton, os alunos apresentavam mais dificuldades, talvez por terem menor contacto com esta modalidade do que com as modalidades ditas tradicionais, o que fez com que tivesse de, nas primeiras aulas, abordar com profundidade os conteúdos e sempre que era necessário trabalhar com os alunos de forma individualizada, para melhorarem as suas capacidades, nomeadamente na execução dos diversos gestos técnicos. Ao longo das aulas, os

alunos foram progredindo, tendo tornado as aulas mais fluídas e onde se pode observar a evolução da turma.

Após realizar a avaliação diagnóstica, que possibilitou ver quais as dificuldades da turma, tive sempre em consideração, na elaboração dos exercícios, incluir variantes para que os alunos pudessem atingir o objetivo do exercício, mesmo aqueles que ostentavam mais dificuldades. Assim sendo, para os alunos que revelavam menos capacidades, tinha opções que simplificavam o exercício para que conseguissem evoluir e sentirem-se tão capazes como os seus colegas. Já por outro lado, para os alunos que apresentaram um melhor nível de desempenho, tinha outras opções que tornavam o exercício mais complexo de maneira a que para os alunos, este (o exercício) fosse mais desafiante e estimulante. Desta maneira consegui ter a turma motivada (tendo em conta os diferentes níveis da turma em ambas as modalidades) para executarem os exercícios sempre com empenho e dedicação como forma de o seu desempenho evoluir aula após aula.

Uma das preocupações que tive sempre em mente diz respeito à transmissão de informações claras e objetivas, sendo que sempre recorri às mais diversas estratégias para que todos percebessem e soubessem o que era para fazer. Como tal, a demonstração, o questionamento, uso do quadro existente no pavilhão e visionamento de vídeos foram exemplos dessas estratégias.

Relativamente à minha postura no decorrer das aulas, refiro que sempre tentei ter uma voz audível por todos os alunos e um posicionamento onde me permitisse visualizar toda a turma, para que pudessem sentir que estava presente na aula e ao alcance de todos em qualquer situação. Para tal fui facultando feedbacks, quer corretivos, quer motivacionais, sendo fundamental para a evolução de toda a turma, onde tentei dar atenção especial aos alunos que demonstravam mais dificuldades, nunca esquecendo os restantes alunos. Sobre os estilos de ensino utilizados com esta turma dizem respeito ao: da descoberta guiada (o aluno não recebe nenhuma resposta ou nenhum caminho a seguir por parte do professor, este apenas lhe facultava orientações e feedbacks frequentes); e a solução de problemas - divergente, onde há para cada situação problema/exercício colocada pelo professor, existe mais do que uma resposta possível (Gozzi & Ruete, 2006; Gozzi & Ruy, 2008).

Enquanto aluna destes ciclos de ensino, sentia que havia preocupação dos professores de educação física em criar um bom ambiente e clima de aula. Como tal, agora que estive do outro lado, nas funções que desempenhei, também tive essa preocupação, uma vez que também quis que todos os alunos ficassem com boas memórias das aulas, onde as aulas decorressem sem que os alunos sentissem que tinham de fazer um “sacrifício”, ou seja, que quisessem sempre mais tempo de aula e nem dessem conta do tempo passar. Para tal, tentei estimular esse ambiente de maneira a que os alunos estivessem motivados para a prática dos exercícios e se pudesse criar uma boa relação de professor - aluno, tendo ficado com boas amizades com a maioria da turma.

3.2.3. Reflexão Lecionação

Chegado o momento de terminado o estágio pedagógico é importante fazer uma reflexão final sobre estas funções desempenhadas ao longo dos meses em que tive na escola secundária Quinta das Palmeiras.

Como já foi mencionado, ao longo do relatório, tive a oportunidade de lecionar duas turmas durante um período letivo cada: o 10°C no primeiro período e o 12°D no terceiro período. Salientar ainda que durante o segundo período foi-me dado a possibilidade de lecionar a duas turmas de 8º ano (8ªA e 8ªB), como forma de complementar o estágio, sendo um ciclo de ensino diferente, com novas experiências e sobretudo para sentir as principais diferenças desde o momento de planear até à execução dos exercícios entre o ensino básico e secundário.

Relativamente à turma do 10°C, posso afirmar que se revelou um desafio enorme a vários níveis, desde o número elevado de alunos na turma (30 alunos), que se traduziu numa dificuldade para conseguir delinear diversas estratégias de maneira a que os alunos tivessem um maior tempo em atividade. Era sempre uma preocupação possibilitar a todos os alunos um maior tempo útil de aprendizagem nas aulas. Outro aspeto a referir é o comportamento da turma, onde era notória a existência de dois grupos distintos, onde um revelava bom comportamento, ajustado às diversas situações em contexto de aula, enquanto o outro grupo, composto maioritariamente por rapazes, nem sempre teve um comportamento apropriado para o contexto das aulas, tendo que, muitas vezes, ter uma postura mais rígida com esses alunos para não “perder” a turma ao longo da aula.

Ao longo do período tentei estabelecer uma boa relação com os alunos, onde pudesse haver oportunidade para conversar de uma forma mais informal com os alunos, de os poder auxiliar em algumas situações mais pessoais que confiaram em mim, entre outras. No fundo foram todas as barreiras, dificuldades, dias menos bons, “batalhas” aula após aula que foram dando a força necessária para que continuasse a trabalhar mais e melhor, o querer aprender mais, e foram sem dúvida a turma que me marcou todo este estágio.

Já no segundo período, tive a oportunidade de lecionar o 8ªA e o 8ªB que sendo do ensino básico, as exigências são completamente diferentes em relação ao ensino secundário. A principal dificuldade foi controlar a turma em si, pois são cerca de 30 alunos com 12/13 anos, onde o seu comportamento, nível de atenção, nível de concentração é muito diferente dos alunos mais velhos. Para conseguir que todos estivessem motivados e empenhados ao longo das aulas foi importante ter sempre a vertente da competição inerente aos exercícios, pois os alunos não gostam de perder e esforçam-se mais quando têm um “prémio” final.

Por fim, no terceiro período, tive à minha responsabilidade a turma do 12°D, onde tudo foi completamente diferente em comparação com a outra turma de secundário (10°C). Desde o número de alunos inscritos à disciplina (apenas 13), até ao seu comportamento foi tudo uma

nova experiência. Por ser uma turma que está no último ano do secundário são mais exigentes nos exercícios, havendo sempre a necessidade de criar situações de aprendizagem mais complexas e que os estimulem para a prática desportiva. Ao nível do comportamento, é uma turma que não apresenta comportamentos desviantes, sendo fácil conseguir a atenção e silêncio dos alunos para os diversos momentos da aula. Como a turma era mais reduzida, houve a possibilidade de dar atenção a todos os alunos por igual, na aula, tendo criado uma boa relação com estes alunos, ficando eles como a minha última turma de estágio e eu como a última professora de educação física que tiveram no 12º ano.

No que diz respeito à instrução dada às diversas turmas, no início “perdia” algum tempo na transmissão de informação relativa aos exercícios, o que poderia levar a que os alunos de distraíssem e não mantivessem o foco no que era essencial, contudo ao longo do ano esse aspeto foi melhorando (e pode melhorar ainda mais), tentando sempre salientar apenas o objetivo, regras e limites do espaço para que os alunos pudessem assim começar a realizar o solicitado. Siedentop (2008) garante que uma transmissão de conteúdos é eficaz quando os discentes ouvem e compreendem a mensagem transmitida e torna-se mais rentável quando o docente despende pouco tempo executar essa tarefa. Carreiro da Costa (1988) e também Siedentop (2008) afirma que o uso dos feedbacks, quer motivacionais, quer corretivos, são fulcrais para o processo ensino aprendizagem do aluno. Em todas as turmas este foi um dos aspeto que também considero que evolui, tentando sempre dar feedbacks em igual número para todos os alunos e reforçando os corretivos para os alunos que apresentavam mais dificuldades.

Relativamente à gestão do tempo de aula tive sempre o cuidado de potenciar o tempo útil de cada aluno, onde houve a preocupação de realizar os exercícios por estações, grupos pequenos, de maneira a que todos os alunos tivessem pouco tempo de espera. No 10º ano foi onde senti mais dificuldades neste ponto, devido, como já foi referido anteriormente, à turma ter um total de 30 alunos.

Um dos fatores de maior influência para a minha evolução, ao longo de todo o estágio pedagógico, foram as reuniões semanais com os meus colegas estagiários e o professor orientador, onde cada um foi dizendo os aspetos a melhorar em cada aula, para termos a noção quais as nossas lacunas, para as podermos colmatar nas aulas seguintes. Foi esta reflexão que, segundo Freire (1996) é um dos aspetos mais importantes na formação de qualquer professor, foi fundamental para que aula após aula pudesse evoluir e ter a certeza de que estava no caminho certo desta jornada.

Para finalizar esta reflexão considero que toda a lecionação, nas diferentes turmas, foi um processo evolutivo bastante positivo, onde pude aprender com todos os professores do grupo disciplinar de educação física que, com a sua experiência e com saberes importantes, me fizeram evoluir e foram um bom suporte nesta área. Assim, consegui adquirir um vasto

leque de competências e conhecimentos que me irão auxiliar no futuro a desempenhar melhor este papel.

3.3. Recursos Humanos

No tópico referente à caracterização da escola, já foram apresentados alguns dos recursos humanos existente, contudo, neste ponto apenas irei referir os recursos humanos que mais tive contacto ao longo de todo o estágio.

Começo por referir a boa relação criada com o nosso professor orientador, que sempre se mostrou disposto a ajudar-nos em todos os aspetos, colocou um grande à vontade entre todos e sobretudo partilhou connosco toda a sua experiência como docente e nos ajudou a evoluir como professores de educação física, onde sempre nos disse quais os aspectos que necessitávamos de melhorar. Foi, sem dúvida alguma, um pilar bastante importante nesta longa caminhada que foi o estágio pedagógico.

Depois, enumero o núcleo de estágio que era composto por mim, pelo João Silva, pela Maria Martins e pelo Samuel Guerra, que desde o primeiro dia se mostrou bastante unido, cooperativo, ativo e sempre a trabalhar em prol dos mesmos objetivos. Todo o nosso bom entendimento foi fulcral para que pudéssemos ultrapassar os obstáculos/desafios por que tivemos de passar ao longo destes meses, onde todas as decisões era tomadas em conjunto e tentávamos sempre chegar a acordo entre todos para que caminhássemos todos no mesmo sentido. Ao longo do estágio fomos usando várias frases que nos marcaram devido ao facto de andarmos sempre os 4 juntos, sendo a que mais me diz ser a “Somos 4, mas funcionamos como um só” ou “os 4 mosqueteiros”, pois foi mesmo isto que senti a cada dia deste estágio.

De seguida, menciono o grupo disciplinar de educação física que é composto por 7 professores (3 do género feminino e 4 do género masculino) e também, neste ano lectivo, por 4 professores estagiários (2 do género feminino e 2 do género masculino). No pavilhão existente para as aulas de educação física, ainda existem 2 funcionários que têm como função auxiliar todos os docentes, controlar as entradas e saídas do pavilhão, limpeza do pavilhão, entre outras.

Desde o primeiro dia que me senti integrada neste grupo, nunca sentindo que era “apenas” estagiária, pois sempre fui tratada como uma professora como todos os outros. Salientar também o facto de já conhecer alguns dos professores, bem como os funcionários, pois já trabalhavam na escola aquando da minha passagem por lá enquanto aluna. Nos primeiros dias foi um pouco estranho para mim, uma vez que passei a ter como colegas os docentes que um dia chamei de professores, mas rapidamente isso fui superado.

Importante referir que a direção da escola sempre se mostrou disposta a colaborar em qualquer tarefa/atividade por nós realizada, abrindo-nos sempre as portas para o que fosse necessário. Salientar também as funcionárias da escola, nomeadamente a funcionária da

reprografia que sempre nos atendeu com uma simpatia impressionante, as funcionárias do bar que ao longo de todo o ano nos trataram como todos os outros professores e sempre com um sorriso no rosto, e também a recepcionista que foi, muitas vezes, um elo de ligação e que sempre nos auxiliou quando era necessário seja numa mera informação, seja para estabelecer contacto com outros docentes. E ainda todos os funcionários da secretaria que sempre, em qualquer situação, nos auxiliaram e forneceram as indicações que necessitávamos.

E por mim, mas não menos importante, refiro os docentes com quem tivemos o privilégio de contactar, que sempre se disponibilizaram para ajudar no que fosse necessário em qualquer atividade ou em qualquer outro momento.

De uma forma global, durante a minha passagem enquanto professora estagiária por esta escola, sempre senti um bom ambiente entre o núcleo de estágio e todos os que foram mencionados ao longo deste tópico. Esta boa convivência fez com que encarasse o estágio sempre com pensamento positivo e com bastante vontade de aprender com todos, pois como já referi nunca me senti como sendo “apenas” uma estagiária, mas sim como mais uma professora da comunidade escolar. Como é lógico, criou-se uma maior relação com os restantes professores de educação física, principalmente, por conviver mais com eles e onde tive a oportunidade de aprender com a sua experiência e conhecimento. Para concluir, todo este clima positivo, entre todos os que fazem parte desta escola em questão, foi importante para a minha evolução enquanto professora de educação física, tendo dado um saldo bastante positivo nesta experiência e com boas memórias nesta última etapa do mestrado que foi o estágio.

3.4. Recursos Materiais

A Escola Secundária Quinta das Palmeiras tem diversas infraestruturas e materiais que possibilitam a todos os alunos uma boa aprendizagem nas diferentes áreas e a todos os docentes as condições necessárias para uma lecionação favorável ao sucesso dos alunos.

No que diz respeito às infraestruturas, já foram referidas algumas no tópico referente à caracterização da escola, contudo, existe material específico para as aulas de educação física. Relativamente a este material, há uma grande diversidade do mesmo para que haja possibilidade de abordar as diferentes modalidades que o programa de educação física refere, para que possamos dar aos nossos alunos uma maior variedade de vivências e experiências nestas aulas.

Especificamente para esta disciplina a escola oferece aos seus docentes seguintes infraestruturas:

- 1 Pavilhão desportivo, onde há marcações de badminton, andebol, basquetebol, voleibol e futsal nos espaços existentes.

- 1 Ginásio com material próprio para as aulas de ginástica, marcações para aulas de badmínton.
- 1 Sala de professores, onde há o kit de primeiros socorros para qualquer eventualidade e ainda um balneário apenas para ser utilizado pelos docentes;
- 2 Campos exteriores com marcações de basquetebol (existindo 8 tabelas o que se traduz em 4 campos para esta modalidade), voleibol, futsal e andebol;
- 2 Caixas de areia no exterior para a prática de atletismo;
- 2 Balneários, um para cada género, onde em cada um se subdivide em 2 para as raparigas e 2 para os rapazes.
- 1 Arrecadação com todo o material desportivo para as diferentes modalidades;

Menciona-se de seguida o material que os professores de educação física têm ao seu dispor para a lecionação das diferentes modalidades abordadas ao longo do ano letivo nos diferentes ciclos de ensino. Assim sendo, existe o seguinte material: Coletes de diversas cores; Cones; Sinalizadores; Cordas; Arcos; Bolas de borracha; Bolas de basquetebol, futsal, voleibol, andebol e ténis; Redes de voleibol e badmínton; Postes para voleibol e badmínton; Raquetes de ténis e badmínton; Volantes; Cestos de corfebol; Barreiras; Balizas; Bancos suecos; Cronómetros e apitos; Testemunhos; Pesos; Discos; Vortéx; Dardos; 2 Aparelhagens; Fita métrica; Quadro de registo com apagador.

Todo material referido encontra-se em bom estado e existe em número suficiente para as várias aulas (máximo 3 por bloco) que decorrem ao mesmo tempo. No entanto, salienta-se que o número de coletes, sinalizadores e cones poderia ser maior, permitindo assim uma maior utilização dos mesmos em cada turma. Nos armários existentes na arrecadação, há material novo que pode ser usado sempre que for necessário substituir algum dos referidos anteriormente.

3.5. Direção de Turma

Numa das primeiras reuniões com o nosso orientador de estágio foi feita a distribuição do núcleo de estágio pelas funções da direção de turma. Como este ano, ao nosso orientador, não lhe foi atribuída nenhuma direção de turma, este pediu a uma professora se nós a poderíamos auxiliar neste contexto para que pudéssemos ter a noção de quais as funções e o que é exigido a um diretor de turma. Nesse sentido, ficamos a ser orientados, neste tópico, pela professora Goretti Martins, que foi, neste ano letivo, a diretora de turma do 12ºD. A distribuição dos professores estagiários para esta função ficou da seguinte maneira: 1º Período, Maria Martins; 2º Período, Joana Costa e João Silva; e 3º Período, Samuel Guerra.

As minhas funções na direção de turma ocorreram no 2º período, até sensivelmente a meio do mesmo, uma vez que depois foi tempo do meu colega João passar por esta experiência. Como já referi anteriormente, tive a oportunidade de acompanhar a direção de

turma do 12ºD, turma a quem dei aulas no 3º período. Com esta vivência e colaboração com a professora Goretti pude observar que este tópico é uma das diversas tarefas que um docente pode assumir numa escola, desde que lhe seja atribuída uma turma para esse efeito. Neste sentido, um diretor de turma tem um contacto direto com os encarregados de educação dos alunos, um conhecimento mais aprofundado do percurso escolar da turma, bem como é o “responsável” por solucionar diversos problemas da turma.

Ao longo do 2º período reuni-me com diretora de turma às segundas-feiras das 11h45min até sensivelmente perto das 13h00min. Se houvesse mais assuntos a tratar seria agendada outra reunião para quarta-feira à tarde, o que não se veio a verificar.

Logo no primeiro encontro com a diretora de turma, fui informada de quais as principais tarefas a ter em conta ao longo do 2º período, quais as tarefas levadas a cabo no 1º período, bem como um breve resumo de como tinha sido o desempenho da turma nesse mesmo período. Assim sendo, as principais tarefas que tive de realizar foram as seguintes: verificar a assiduidade dos alunos às diversas disciplinas, de maneira a fazer-se um controlo das mesmas, para caso fosse necessário se entrar em contacto com o encarregado de educação a fim de lhe transmitir a situação do seu educando; Reunir toda a informação pertinente, que se juntou de todas as informações que os professores do conselho de turma forneceram aquando da reunião de final do 1º período, para se realizar a reunião com todos os encarregados de educação de forma a lhes serem transmitidas essas mesmas informações; Acrescentar a informação reunida na reunião de final do 1º período, a fim de melhorar e atualizar o PAP;

Nessa mesma reunião foi-me explicado como funciona o programa dos diretores de turma, para que sempre que necessário, nas reuniões futuras, ser eu a trabalhar com este programa. Este programa permite-nos aceder ao registo de assiduidade dos alunos, quer de uma forma global (por disciplina) quer de uma forma individual (por aluno), e podem ver-se esses registos por semana ou por mês, para se ter diferentes perspectivas.

Ao longo de todo o meu tempo como “diretora de turma assistente” só não estive presente na reunião que a professora Goretti fez com os encarregados de educação, contudo, na segunda-feira seguinte a essa reunião fui informada de todos os pais que estiveram presentes bem como todos os assuntos tratados.

Ainda referente a este tópico, saliento que estive presente em todos os conselhos de turma realizados no final de cada período letivo. Nestes conselhos de turma foquei-me no que disse respeito à minha passagem pela direção de turma. Assim sendo, nessa reunião foi seguida a seguinte ordem de trabalhos: Informações (contacto com os encarregados de educação); confirmação das avaliações atribuídas por cada professor; preenchimento e/ou reatualização dos planos de recuperação dos alunos com níveis inferiores a 10; apreciação global da turma quanto ao seu desempenho e comportamento; avaliação do desempenho dos

alunos durante os apoios e o ensino pré- universitário (EPU); completar o PAP; confirmação das horas que cada disciplina solicitou para o plano da educação sexual da turma.

De uma forma global, esta experiência permitiu-me ter uma noção de todas as tarefas de um diretor de turma e do grau de exigência de cada um, possibilitou-me uma experiência bastante positiva, onde vivi e senti o outro lado do diretor de turma, ou seja, tudo o que tem de “controlar”, de organizar, de elaborar, de reportar e sobretudo de partilhar com os encarregados de educação e com os restantes professores da turma. Foi mais uma vivência a juntar a todas as outras no decorrer do estágio aumentando a minha prática docente e que me permite, essencialmente, ter uma base para o futuro, caso seja necessário intervir nesta área da docência.

3.6. Atividades não letivas

3.6.1. Atividades de tempos livres (ATL)

3.6.1.1 Caracterização ATL

No âmbito do estágio pedagógico foi solicitado aos estagiários que, uma vez por semana dessem, uma aula de EF às crianças que estão no ATL existente na escola. Como trabalhar com as crianças também é uma das vertentes existentes na nossa área foi de bom grado que se aceitou o desafio e se trabalhou com este pequeno grupo. É no ATL que as crianças ficam após o término da sua carga horária escolar, onde realizam os trabalhos de casa e outras atividades sempre acompanhados por uma auxiliar.

O grupo de alunos era constituído por 12 alunos, 5 raparigas e 7 rapazes, com idades compreendidas entre os 9 e os 10 anos, encontrando-se todos no 4ºano de escolaridade nas escolas da Covilhã. A aula decorria uma vez por semana, às quintas-feiras, com a duração de, aproximadamente, 45 minutos - das 16:30 até às 17:15.

3.6.1.2 Planeamento ATL

Ao longo do segundo período e em semanas alternadas com o meu colega João Silva, tive de lecionar aulas de EF ao grupo de alunos pertencentes ao ATL da escola.

Comecei o meu contacto com esta “turma” logo na primeira semana de aulas do 2º período, onde realizei a minha apresentação e eles puderam efetuar a sua, de maneira a que nos ficassemos a conhecer. Estabeleci, também, algumas normas de funcionamento das nossas aulas para que ficasse explícito como desejava que tudo corresse e pudéssemos criar uma boa relação. Estas aulas decorreram ora no exterior - sempre que as condições climatéricas o permitissem - ora na sala própria para o ATL, onde os alunos realizavam as suas atividades.

Como para estas sessões não foi necessário elaborar nenhum planeamento anual (à semelhança do que foi feito para as turmas do ensino secundário), uma vez que não tinha de ser seguida nenhuma ordem ou restrição de modalidades. Para me poder orientar no momento de planear cada aula, e com a experiência adquirida em anos anteriores a trabalhar com esta faixa etária nas atividades de enriquecimento curricular, fui seguindo os pressupostos apresentados no programa de EF para o 1º ciclo. Assim sendo, fui dando mais ênfase a exercícios que permitissem trabalhar a manipulação de bola, coordenação, equilíbrio, jogos pré-desportivos, trabalho de equipa e introdução dos jogos coletivos.

De uma forma global, estas aulas correram bem, com os alunos motivados e empenhados na sua grande maioria em quase todas as atividades. Salientar que nesta faixa etária a competição é um factor que os motiva a fazer mais e melhor, pois querem sempre ganhar aos seus próprios colegas e amigos.

3.6.2. Desporto Escolar

A passagem pelo desporto escolar, enquanto docente, é um dos parâmetros que fazem parte do leque de experiências vividas no decorrer do estágio.

Analisando o programa do desporto escolar de 2013 até 2017 (Artigo 5.º - “Definição”, Secção II - “Desporto Escolar”, do Decreto-Lei n.º 95/91, de 26 de fevereiro) pode-se observar que este apresenta como principal objetivo proporcionar aos alunos um “conjunto de práticas lúdico-desportivas e de formação com objeto desportivo, desenvolvidas como complemento curricular e de ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escola, integradas no plano de atividades da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo”.

Tendo em conta o referido anteriormente, o grupo disciplinar de educação física, de maneira a promover o gosto pela prática da atividade física, como forma de lhes transmitir a importância de criarem hábitos de vida saudável (que passa inevitavelmente pela prática ativa de desporto), oferece aos seus alunos uma panóplia de modalidades.

Numa das primeiras reuniões feitas com o nosso orientador tivemos conhecimento de quais as modalidades que lhe tinham sido atribuídas e que seríamos nós, enquanto núcleo de estágio, que iramos ficar responsáveis por lecionar. Essas modalidades dizem respeito às multiatividades de ar livre e ao badminton. Na tabela seguinte apresenta-se a distribuição destas modalidades pelo núcleo de estágio ao longo de todo o ano letivo.

Tabela 4_Distribuição das modalidades do desporto escolar pelo núcleo de estágio.

Modalidade	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3º Período
Multiatividades	Joana Costa e João Silva	Maria Martins e Samuel Guerra	Encerraram as atividades

Badminton	Maria Martins e Samuel Guerra	Joana Costa e João Silva	Todos os professores estagiários
------------------	----------------------------------	-----------------------------	-------------------------------------

1. Multiatividades de ar livre

No início do ano letivo, o professor orientador Nuno Rodrigues “passou-nos a pasta” do desporto escolar, ficando, deste modo, os professores estagiários com a responsabilidade de planear e operacionalizar os dois grupos equipas.

No 1º período, juntamente com o meu colega João Silva, fiquei responsável pelo grupo equipa das multiatividades ao ar livre, ficando os estagiários Maria Martins e Samuel Guerra com o badminton, havendo uma troca de funções no início do 2º período, para que todos passássemos pelas mesmas experiências e desta maneira ter a oportunidade de enriquecer a nossa formação. Já no 3º período tivemos, apenas, de elaborar a convocatória para o encontro regional onde a nossa equipa foi em representação do distrito.

No que diz respeito ao meu papel na modalidade de multiatividades de ar livre, este passou pela divulgação e captação de alunos para o grupo equipa, numa fase inicial, e posteriormente a organização de 2 atividades - uma vez que esta modalidade por não se basear nos moldes tradicionais, não tinha treinos semanais - que serviram de treinos para as competições a realizar no 2º período.

No que diz respeito aos 2 treinos planeados e operacionalizados, eu e o meu colega João tentámos sempre criar atividades estimulantes, lúdicas e sempre aliadas à competição, para que o seu empenho fosse maior e houvesse uma habituação para as competições distritais. Quisemos, com estas atividades, criar um espaço no seu horário onde os alunos pudessem conviver uns com os outros, vivenciar novas experiências e trocar experiências passadas, viver novas aventuras e sobretudo praticar desporto ao ar livre, coisa que nos últimos tempos tem vindo a ser mais difícil fora do contexto escolar.

Assim sendo, a primeira atividade que planeamos e operacionalizámos foi a caminhada da bolota, em colaboração com o grupo de biologia da nossa escola. Esta caminhada pela Serra da Estrela, de aproximadamente 7km, tinha incluída uma prova de orientação (fotopaper), onde os alunos, ao longo do percurso, teriam de identificar locais específicos, através de uma imagem e de pontos de referência, e fotografar esse mesmo local para que fosse validado esse ponto.

Já a segunda atividade organizada foi num contexto diferente. O treino decorreu no jardim do lago, durante a tarde, onde os alunos, em grupos, teriam uma prova de orientação, recorrendo ao uso da bússola para identificar os pontos pretendidos. Em cada ponto, havia uma letra que os alunos teriam de recolher e no fim formar uma só palavra, ganhando a equipa que terminasse primeiro com a construção da palavra certa.

Em ambas as atividades a adesão dos alunos foi bem notória, tendo estado sempre motivados e empenhados ao longo das mesmas. As 2 atividades foram um sucesso, onde os alunos deram um feedback bastante positivo e mostraram vontade em continuar a participar em eventos similares. Estas atividades são gratificantes de organizar e operacionalizar, uma vez que oferecemos oportunidades aos alunos de poderem experimentar outras modalidades que até então nunca tinham tido, como também proporcionar momentos de convívio não só entre os alunos da escola, mas como interescolar no momento das competições.

Penso que, ao longo do período, conseguimos criar um bom clima entre os alunos e entre professores - alunos, na medida que reinava sempre a boa disposição, havia empenho e motivação em querer fazer sempre mais e mais. Todos os alunos se mostraram bastante agradados com estas atividades, tendo até cativado mais alunos a quererem participar também.

O balanço que faço de toda a minha intervenção neste grupo equipa do desporto escolar é bastante positivo, pois tive em contato com diversos alunos, organizei atividades diferentes e interessantes para esta população, bem como tive a percepção das tarefas que eram necessárias realizar para que a atividade se pudesse concretizar. Com a minha participação nas multiatividades pude aumentar o meu leque de experiências enquanto professora, tendo uma boa base como proceder no futuro em atividades similares.

2. Badminton

No 2º período, juntamente com o meu colega João Silva, fiquei responsável pelo grupo equipa de badminton, ficando os estagiários Maria Martins e Samuel Guerra com as multiatividades de ar livre. No que diz respeito ao meu papel neste grupo equipa, tendo como principais funções o planeamento e a operacionalização de cada sessão de treino e pelas convocatórias para as competições nos diversos escalões. Salienta-se que os treinos decorriam todas as quartas-feiras das 14h15 até as 15:45 para todos os alunos da nossa comunidade escolar no escalão de infantis, iniciados e juvenis.

Ao nível de planeamento optámos por liderar uma semana cada um a sessão de treino, contudo, ambos teríamos acesso ao plano de treino antes de forma a que pudéssemos estar inteirados do que se ia passar no treino e também para que os alunos não sentissem diferenças entre ambos. Tentámos sempre agir e intervir como se fôssemos apenas um, de maneira a que os alunos não sentissem que tinham professores diferentes em cada semana e poder, assim, estabelecer um bom clima e boa relação com os alunos.

A nível pessoal, posso afirmar que antes de iniciar a minha operacionalização nesta modalidade, foi necessário realizar alguma pesquisa, para ter um melhor e maior conhecimento da modalidade, uma vez que esta não era de todo uma área em que me

sentisse completamente à vontade. Esta preparação prévia serviu para que me sentisse preparada para quando os alunos colocassem alguma dúvida ou questão ao longo dos treinos.

Tivemos também a preocupação de criar situações lúdicas e competitivas e dar muita ênfase a situações de jogo, de modo a que os alunos pudessem treinar estas situações para uma melhor preparação para as competições. Assim sendo, em todos os treinos havia um torneio entre os alunos e nós, docentes, que servia de preparação, tendo sempre o cuidado de acompanhar com maior cuidado no treino os alunos que iriam competir na semana seguinte.

O balanço que faço da minha participação no desporto escolar, nomeadamente no badminton, é um balanço muito positivo e enriquecedor. Positivo na medida que através dos nossos planos de treinos conseguimos observar a evolução dos nossos alunos. Essa evolução traduziu-se nos resultados obtidos nas diferentes competições. Resultados que são o fruto de muito trabalho e empenho por parte dos nossos alunos.

A nível pessoal permitiu-me aumentar os conhecimentos desta modalidade, pois como referi anteriormente esta não era uma das modalidades em que estivesse mais à vontade. Consegui, também, adquirir competências nesta vertente do desporto escolar, bem como entender e perceber as diferenças entre o desporto escolar e as aulas propriamente ditas. Foi uma experiência compensadora a vários níveis, ficando sem dúvida as boas relações estabelecidas com os diversos alunos. A nível profissional, o envolvimento nesta modalidade, fez com que aumentasse a minha bagagem de experiências vivenciadas ao longo de todo o estágio curricular bem como ganhar capacidades essenciais para o sucesso do badminton, sentindo-me apta a intervir em qualquer situação desta modalidade seja agora no presente, seja no futuro.

3.6.3. Atividades do grupo disciplinar de educação física

Ao longo de todo o ano letivo o grupo disciplinar de educação física planeou e organizou diversas atividades onde os principais objetivos passaram pela promoção da prática da atividade física, quer no contexto escolar, quer fora da escola, bem como promover hábitos e estilos de vida saudáveis. Foram também realizadas atividades no contexto do desporto escolar como forma de apurar alunos e/ou equipas para representar a escola nas fases distritais e/ou regionais. Na tabela seguinte apresentam-se todas as atividades realizadas por este grupo disciplinar.

Tabela 5_ Atividades realizadas pelo grupo disciplinar de educação física.

Atividade realizada	Data da realização
1.Corta-mato	16 Outubro 2013
2.Torneio de Badminton	16 Outubro 2013

3.Projeto comenius	17 Outubro 2013
4.Caminhada da Bolota	10 Novembro 2013
5.Megas	25 Fevereiro 2014
6.X, Y, Z- Corpo	18 Março 2015
7.IV Concentração de Multiatividades	30 Abril 2014
8.Torneio de basquetebol 3*3	7 de Maio 2014

De seguida apresentam-se as atividades realizadas pelo grupo disciplinar de educação física nos diferentes períodos letivos.

1. Corta Mato

No dia 16 de Outubro de 2013 realizou-se no espaço exterior da ESQP a prova de corta mato escolar. Nesta atividade participaram 29 alunos (estavam inscritos 35, mas não compareceram 6 no próprio dia), de vários escalões (infantis, iniciados, juvenis e juniores), sendo organizada por todos os professores do GDEF e que contou com toda a colaboração dos professores do núcleo de estágio da mesma disciplina.

Esta é uma atividade que já se realiza há vários anos e que tem como objetivo primordial a promoção de hábitos de estilo de vida saudável fora da escola. Com esta prova, pretendeu-se ainda realizar o apuramento dos alunos para a fase distrital do corta-mato, de maneira a irem representar a escola.

Realizadas as provas de cada escalão, e consoante o tempo de prova, apuraram-se os 6 melhores tempos e foi dada essa informação aos alunos, uma vez que só os 6 primeiros teriam acesso à fase distrital da prova. Este procedimento foi repetido para todos os escalões e géneros.

No que diz respeito aos aspectos positivos da atividade, menciono a motivação e empenhos dos alunos que participaram, nomeadamente no escalão de infantis (onde houve o maior número de inscrições) e também as 2 alunas juniores que mesmo sem estarem inscritas previamente, quiseram participar na prova. Outro aspecto a salientar foi a organização da prova que correu bem e teve um feedback bastante positivo por parte dos alunos. Por fim, mas não menos importante, é o bom funcionamento e empatia entre o GDEF, estando sempre dispostos a colaborar em todas as atividades e trabalhar em prol do mesmo objetivo.

2.Torneio de Badminton

No dia 16 de Outubro de 2013 realizou-se no pavilhão desportivo da ESQP o torneio de Badminton (torneio apenas de singulares), onde se contou com a participação de 29 alunos (havia mais alunos inscritos mas que não compareceram no próprio dia por motivos alheios à organização da atividade).

O motivo principal da realização desta atividade prendeu-se com a divulgação desta modalidade pelos alunos, uma vez que é uma das ofertas que se pode encontrar no desporto escolar da escola. Serviu, também, para captar novos alunos para o grupo equipa do desporto escolar da respectiva modalidade.

Os alunos foram distribuídos pelos respetivos escalões e género. Assim sendo, no género masculino houve 10 alunos no escalão de infantis, nos iniciados houve 7 alunos e nos juvenis houve 7 alunos, não havendo nenhum júnior; Relativamente ao género feminino, houve a participação de 4 alunas no escalão de iniciados e apenas 1 no escalão de juvenil, enquanto nos escalões de infantis e juniores não se registou nenhuma inscrição.

Finda a atividade, fez-se um balanço dos aspetos positivos e negativos da atividade. Como pontos positivos menciono a forte adesão dos alunos a esta atividade e o bom clima que se criou, pois é uma modalidade que nos últimos anos tem cativado os alunos. Posteriormente, o bom funcionamento e empatia entre o grupo de educação física, estando sempre dispostos a colaborar em todas as atividades e trabalhar em prol do mesmo objetivo. Relativamente aos pontos negativos, apenas refiro os alunos que se inscreveram de livre vontade e no dia falharam com o seu compromisso.

3. Projeto Comenius

No dia 17 de Outubro de 2013 decorreu no pavilhão desportivo da ESQP um conjunto de atividades direcionadas para os alunos de vários países da Europa que se encontram envolvidos no Projeto Comenius. O grande objetivo desta atividade prendeu-se com o facto de dar uma experiência desportiva a estes alunos.

Decidimos, entre o GDEF, que queríamos fazer algo de diferente do que uma manhã só de atividades. Assim sendo, optamos por dividir a manhã em tarefas distintas: uma hora para estações com diversas atividades e mais uma hora com uma aula de fitness, dada pelo Professor Bento, que pertence à equipa do ginásio Wellness na Covilhã.

Com a chegada dos alunos ao pavilhão, foi necessário fazer uma breve explicação da atividade bem como das regras de funcionamento da mesma, para que tudo ficasse esclarecido. Esta tarefa foi feita quer em Português quer em Inglês, para que todos os alunos pudessem perceber e se sentissem à vontade para colocar alguma dúvida que tivessem.

Enumera-se, de seguida, os aspectos positivos da atividade sendo eles o bom funcionamento e empatia entre o GDEF, estando sempre dispostos a colaborar em todas as atividades e trabalhar em prol do mesmo objetivo; a estratégia da descrição das atividades nas duas línguas (Português e Inglês), para que todos os alunos ficassem esclarecidos e percepcionassem o que era pretendido ao longo da atividade; a boa colaboração demonstrada por todos os alunos das turmas envolvidas nesta atividade, onde mostraram um bom sentido de se relacionarem com os outros, bem como das suas capacidades ao nível do inglês; e,

também, a boa dinâmica e clima existente na aula de bodycombat que o Professor Bento conseguiu estabelecer com os alunos.

4.Caminhada da Bolota

No dia 10 de Novembro de 2013 realizou-se a caminhada da Bolota, nos trilhos do Parque Natural da Serra da Estrela, com uma distância de aproximadamente 7km e uma dificuldade fácil/média, que durou toda a manhã, tendo como ponto de encontro as imediações do estádio de futebol Santos Pinto, pelas 9h. O objetivo desta caminhada prendeu-se com o facto de esta parte da serra ter sofrido com os incêndios que fustigaram esta zona durante o Verão e de ser necessário e fundamental reflorestá-la para voltar a dar vida a esta parque que tanto nos diz. E, para os alunos da escola (uma vez que a atividade era aberta a toda a comunidade), haveria juntamente com a reflorestação, uma prova de orientação organizada pelo núcleo de estágio de EF. Esta atividade contou com, aproximadamente, 120 pessoas sendo que na prova de orientação tivemos 25 alunos.

Como foi nossa responsabilidade organizar a prova de orientação que acabou por ser um fotopaper (prova de orientação onde cada grupo teria de fotografar os locais, com pontuações diferentes, consoante o grau de dificuldade, através de pontos de referência e de uma imagem), o núcleo de estágio teve previamente de realizar todo o percurso da caminhada, de maneira a fazer o reconhecimento do local, escolher todos os pontos, bem como retirar as pistas e fotografar os locais, para posteriormente se organizarem todos os pontos que os alunos teriam de identificar ao longo de toda a caminhada.

Terminada a caminhada, que não tinha como fator de competição o tempo de prova, para que todos tivessem tempo de semear as bolotas durante a caminhada pela serra, fez-se um balanço dos pontos positivos. Assim sendo, começo por realçar o espírito que os alunos conseguiram criar dentro do próprio grupo, bem como com o professor estagiário que os acompanhava, tornando assim a manhã de Domingo, numa manhã divertida com vivências a repetir; o facto de conseguirmos juntar 25 alunos a um Domingo de manhã, quando sabemos que é no fim-de-semana que têm as suas atividades extra curriculares e fora do ambiente escolar; e também, todo o bom funcionamento e entreaajuda dos professores do GDEF que estão sempre dispostos a colaborar nas atividades e a trabalharem em conjunto em prol do sucesso dos objetivos definidos.

5.Megas

No dia 25 de Fevereiro de 2014 realizou-se no complexo desportivo da Covilhã a atividade Megas, fase de escola. Esta atividade foi organizada pelos professores do GDEF, onde participaram, aproximadamente, 100 alunos dos diferentes ciclos de ensino.

O principal objetivo desta atividade foi o apuramento dos alunos para a fase distrital, onde foram representar a escola no próximo dia 7 de Março. A nível de objetivos secundários a atividade promovia o convívio entre os alunos, bem como a participação em diferentes

vertentes do atletismo, oferecendo assim aos nossos discentes uma manhã desportiva diferente do habitual.

Toda a atividade foi dividida por 5 Megs diferentes: mega salto, mega voo, mega km, mega sprinter, mega lançamento. Todas as provas seguiram a ordem dos escalões existentes: infantis, iniciados e juvenis, onde em todos houve alunos a participar.

A atividade começou com o mega sprinter. Foi a primeira a ser realizada por ter um grande número de alunos a participar. Após esta prova, os professores dividiram-se pelas 3 provas que iriam decorrer em simultâneo: mega voo, mega salto, mega lançamento. Cada prova teve sempre 3/4 professores, para que todas as tarefas ficassem à responsabilidade de cada um e para que tudo estivesse controlado. Havia também um professor a representar o papel de “volante”, isto é, não estava em prova nenhuma específica e ia sempre auxiliando onde fosse preciso.

Posteriormente, realizou-se a prova do mega km que contou com a presença de todos os professores, uma vez que era a única que estava a decorrer. Nesta prova a distribuição dos docentes foi semelhante às provas anteriores, ficando cada um responsável por uma tarefa específica.

Com a conclusão da atividade fez-se uma reflexão sobre o que correu bem. Assim, enuncio a grande adesão dos alunos, bem como todo o empenho nesta atividade. Saliento também o bom ambiente existente entre os alunos, mesmo em condições adversas (frio e vento). Por fim, mas não menos importante, o bom funcionamento e empatia entre o GDEF trabalhando em prol do mesmo objetivo.

6. X,Y,Z - Corpo

No passado dia 18 de Março de 2014 realizou-se no pavilhão da nossa escola a atividade intitulada de “X,Y,Z-Corpo”, organizada pelo GDEF no âmbito da semana da leitura levada a cabo pela biblioteca escolar. Esta atividade teve inerentes os seguintes objetivos: promover e divulgar a leitura pelos agentes da comunidade escolar. A atividade contou com a participação de 16 turmas, que tinham educação física no seu horário neste dia da semana.

Cada docente ficou responsável por, com a sua turma, realizar a atividade, e sempre que necessários os outros professores auxiliavam.

Relativamente aos aspetos positivos da atividade destaco a boa adesão dos alunos à atividade, por ser uma aula diferente, e também por ter associado o fator competição entre as turmas, e ainda o bom funcionamento e empatia entre o GDEF trabalhando em prol do mesmo objetivo.

7. IV concentração de Multiatividades

No dia 30 de Abril de 2014, realizou-se no Jardim do Lago, na cidade da Covilhã, a IV Concentração de multiatividades de ar livre, que diz respeito ao desporto escolar desta

modalidade. Nesta concentração estiveram envolvidos, aproximadamente, 130 alunos, vindos de 7 escolas do distrito de Castelo Branco.

Esta atividade foi organizada pelo núcleo de estágio (em colaboração de todos os professores do GDEF), uma vez que esta era uma das modalidades atribuídas ao nosso professor orientador para este ano letivo 2013/2014.

O objetivo primordial desta atividade passou pela concretização da última fase das 4 competições existentes. A nível dos objetivos secundários, estes foram direcionados para oferecer aos alunos um dia com diversas atividades desportivas, convívio e troca de experiências entre todos os alunos das diferentes escolas e com idades distintas.

A atividade foi planeada em duas partes, seguindo os mesmos moldes das concentrações realizadas anteriormente, onde a primeira parte (realizada durante o período da manhã) dizia respeito à prova de orientação e a segunda parte (realizada no período da tarde) a várias atividades desportivas, sem incluir a competição existente ao longo de toda a manhã. Toda a atividade foi realizada com sucesso, onde todos os alunos se empenharam e se mostraram bastante motivados ao longo de todo o dia.

Como aspetos positivos da atividade menciono todo a organização da prova de orientação, onde se tinha pontos de controlo e pontos de tarefas que, como tinham tempo limite, fez com que as equipas tivessem de delinear uma estratégia antes da sua execução; o esforço do núcleo de estágio, que mostrou um ótimo trabalho de equipa, estando focado em trabalhar para o sucesso da atividade e o bom funcionamento e empatia entre o GDEF.

8. Torneio 3x3

No dia 5 de Maio de 2014 realizou-se, na ESQP, o torneio 3x3 de Basquetebol. Este torneio teve como principal objetivo apurar equipas para representar a escola na competição distrital do desporto escolar. Essa competição disputou-se no dia 8 de Maio, na cidade do Fundão.

Cada jogo do torneio, independentemente do escalão, teria a duração de 10 minutos, tendo os jogos começo e término em simultâneo nas 4 tabelas. Com a realização deste torneio, a nossa escola apurou 8 equipas para irem à fase distrital.

Com o fim da atividade foi importante fazer um balanço dos aspetos que correram bem e que permitiram que esta fosse um sucesso. Assim sendo, começo por referir a grande adesão dos alunos a este torneio, pois esta é uma das modalidades que mais gostam de praticar, quer na escola, quer em atividades extracurriculares, o convívio entre os alunos e o apoio uns aos outros, que demonstra o bom clima que se vive na nossa escola e o bom ambiente existente entre os alunos. Outro aspecto a salientar foi a organização do torneio, que correu bem e teve um feedback bastante positivo por parte dos alunos. Por fim, mas não menos importante, é o bom funcionamento e empatia entre o grupo de educação física, trabalhando em prol do mesmo objetivo.

3.6.4. Atividades do grupo de estágio

O núcleo de estágio de EF planeou diversas atividades integradas no projeto Palmeiras Mais e Melhor Saúde (PMMS - Pró lúdico), com o objetivo de continuar a proporcionar aos alunos dos diferentes ciclos de ensino (básico e secundário) novas experiências desportivas e de sensibilização. Ao planearmos as nossas atividades tentámos que estas se centrassem, principalmente, em duas vertentes: promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis e também a promover uma melhor inclusão dos alunos com necessidades educativas especiais, sendo que englobámos todas as nossas atividades no slogan “Pensa diferente, Vive o Desporto”. Neste sentido todas as nossas atividades foram aceites, quer pelo nosso orientador de estágio, quer pela direção da escola e encontram-se dentro dos objetivos definidos no plano anual de atividades da escola. Na tabela seguinte apresentam-se as atividades realizadas bem como as suas datas.

Tabela 6_Atividades realizadas pelo núcleo de estágio de educação física.

Atividade realizada	Data da realização
9.Segue a Onda	24 Outubro e 2 de Novembro 2013
10.Desporto 4 all	11 Fevereiro 2014
11.Saber para Vencer	13 Março 2014

De seguida apresentam-se as atividades realizadas pelo grupo disciplinar de educação física nos diferentes períodos letivos.

9.Segue a Onda

No dia 24 de Outubro de 2013 realizou-se no pavilhão desportivo da escola a atividade “Segue a Onda”, organizada pelo núcleo de estágio de EF, com a colaboração dos restantes docentes do GDEF. Esta atividade contabilizou, aproximadamente, a presença de 450 alunos, professores e funcionários da escola.

Esta atividade tinha como objetivo angariar fundos para proporcionar um dia diferente a crianças institucionalizadas no concelho da Covilhã que nunca tivessem visto o mar. Assim sendo, esta atividade dividiu-se em duas partes: a vinda do surfista Garrett Mcnamara à escola e posteriormente a deslocação das crianças institucionalizadas à Nazaré. Com a vinda do surfista quisemos oferecer à comunidade escolar uma tarde diferente, onde pudessem ouvir na primeira pessoa a importância de um estilo de vida saudável, aliado à prática desportiva e também sensibilizá-los para esta ação de solidariedade.

Um dos momentos altos desta atividade centrou-se no surfista Garrett McNamara a falar com e para os nossos alunos, onde lhes quis transmitir todo o seu percurso desportivo, a sua experiência a surfar as ondas gigantes da Nazaré, toda a sua preparação para esses

momentos, o seu gosto e paixão por esta modalidade, sempre tentando transmitir-lhes a importância de não desistirem dos seus sonhos, devendo sempre lutar para os alcançar.

No dia 2 de Novembro de 2013 realizou-se a ida à Nazaré, a segunda etapa da atividade. Nesta parte da atividade estiveram presentes cerca de 35 crianças/jovens institucionalizados no Abrigo de São José, acompanhados por dois monitores e uma psicóloga da instituição, onde puderam conviver com o surfista ao longo de toda a manhã.

Como aspetos positivos, destaco a amabilidade do surfista ao aliar-se a esta nossa causa e que sempre se mostrou preocupado com o desenrolar de toda a atividade, tendo mesmo trazido lembranças simbólicas para distribuímos a todos os alunos presentes na atividade; A boa adesão da comunidade escolar em ajudar-nos a levar as crianças/jovens até à Nazaré bem como em ouvirem tão atentamente o nosso convidado principal; O excelente comportamento de todas as 35 crianças/jovens ao longo do dia, tendo sido um comportamento exemplar e o grande respeito que mostraram, quer uns pelos outros, quer por nós enquanto organização desta atividade. Destacar também todo o esforço que o núcleo de estágio (e os restantes docentes) fez para levar a cabo toda esta atividade e ainda o bom funcionamento de todo o núcleo de estágio, onde houve sempre grande trabalho de equipa (como se tem vindo a verificar em todas as atividades) em prol do mesmo objetivo.

10. Desporto 4 all

No dia 11 de Fevereiro de 2014, decorreu no pavilhão da escola, durante o dia, a atividade denominada “Desporto 4 All”, organizada pelo núcleo de estágio de EF, tendo contado com a colaboração dos restantes professores do GDEF e pelo grupo de educação especial da escola. Esta atividade teve inerentes diferentes objetivos, sendo que os principais passaram pela sensibilização dos nossos alunos do ensino regular para a questão importante, nos dias de hoje, da inclusão de crianças com necessidades educativas especiais. Também quisemos proporcionar a estes alunos ditos “especiais” um dia diferente e único, onde o convívio e a superação das suas dificuldades estivessem patentes.

Esta atividade repartiu-se em duas partes, sendo a primeira no decorrer de toda a manhã e a segunda na parte da tarde. A parte da manhã contou com a participação de 40 alunos de 6 escolas - Campos Melo, Pêro da Covilhã, Teixoso, Serra da Gardunha, APPACMD e Quinta das Palmeiras, onde se realizaram torneios de boccia e futsal. Relativamente à parte da tarde, contou-se com a participação da turma do 10ºB, do ensino regular, da nossa escola, onde passou pela experiência do voleibol adaptado.

No que diz respeito ao dia da atividade propriamente dita e ao seu decorrer, não pude estar presente, uma vez que me encontrava doente e impossibilitada de comparecer na escola nesse dia. Contudo, pelo que me foi transmitido pelos meus colegas, toda a atividade se traduziu num grande sucesso, tendo todos os alunos se revelado bastante interessados e empenhados em toda a atividade, mostrando o desejo de querer repetir.

11.Saber para vencer

No dia 13 de Março de 2014, no auditório do Centro Tecnológico em Educação (CTE) da nossa escola, realizou-se, durante todo o dia, a atividade denominada de “Saber para Vencer”. A atividade foi organizada pelo núcleo de estágio de EF, no âmbito das atividades do “Pensa diferente, vive o Desporto”, contou com toda a colaboração dos restantes professores do GDEF e com o apoio das professoras coordenadoras do projeto da saúde da nossa escola. Esta atividade contou, no total, com a adesão de 270 alunos, havendo em cada painel de palestras, aproximadamente, 90 alunos.

Esta atividade teve como principal objetivo realizar diversas palestras, com diferentes temas importantes e de interesse para todos os alunos, das diferentes idades, para podermos, de forma direta e indireta, munir os nossos alunos de conhecimentos e competências com múltiplos temas, como hábitos e estilos de vida saudável, o valor do desporto na formação e ainda a educação sexual. Ao nível dos objetivos secundários, estes passaram por oferecer aos nossos alunos um dia diferente, com diferentes maneiras de aprendizagem, que os estimulasse para procurarem saber mais sobre os temas apresentados e também, para poderem esclarecer as suas dúvidas relacionadas com a saúde num ambiente mais privado, no gabinete de apoio ao aluno numa das salas do CTE.

O primeiro bloco da manhã teve como tema os Estilos de vida saudável, onde contámos com as apresentações da Doutora Elsa Silva (Nutricionista do centro de saúde local) e do Professor Doutor Júlio Martins (Docente da Universidade da Beira Interior). O segundo bloco de palestras, com o tema Importância do desporto, onde por motivos pessoais o segundo orador não pode estar presente, teve assim apenas a apresentação do Doutor Armando Riscado (Coordenador do desporto escolar do distrito de Castelo Branco). Já da parte da tarde, as palestras retomaram-se com o tema da educação sexual, a ser discutido com as enfermeiras e enfermeiro estagiários que estavam à responsabilidade das enfermeiras Delfina e Teresa, ambas enfermeiras no centro de saúde local. O último bloco, violência no namoro, também ficou ao encargo dos enfermeiros estagiários.

Com o término da atividade fez-se uma reflexão dos aspetos positivos e negativos da mesma. Como tal, começo por enumerar os aspetos positivos: o comportamento dos alunos ao longo de toda a atividade, onde se mostraram bastante interessados e motivados e onde alguns colocaram questões bastante pertinentes aos nossos oradores. Outro factor que merece destaque foi o bom funcionamento de todo o núcleo de estágio, onde houve sempre grande trabalho de equipa e muita união em prol do sucesso da atividade. Já nos aspectos negativos, salienta-se o facto de um dos oradores não poder estar presente e também o facto de nem todos os oradores terem operacionalizado uma componente mais prática.

4. Reflexão

Ao longo deste ano letivo foram muitos os momentos que me marcaram enquanto professora estagiária, na Escola Secundária Quinta das Palmeiras. Foi um ano de pura aprendizagem e de grande evolução, onde o saber ouvir, a partilha, a convivência, a união e a vontade de aprender fizeram com que todos os desafios/obstáculos fossem superados e que acima de tudo saísse deste estágio uma melhor pessoa, melhor profissional, e com uma bagagem cheia de boas experiências e de boas memórias.

Quando decidi que queria fazer o estágio pedagógico nesta escola, era evidente que os meus objetivos primordiais diziam respeito à aquisição de competências e conhecimentos que me permitissem evoluir enquanto profissional (e neste área há sempre tanto para aprender) e me dessem uma base essencial para poder exercer, futuramente, em qualquer escola, com qualquer nível de escolaridade. Com o término do estágio sinto que todos os objetivos por mim delineados foram atingidos e atualmente sinto-me capaz de desempenhar melhor este papel em qualquer situação. O estágio foi, sem dúvida, uma etapa fundamental no meu percurso académico, mas que não é o fim deste processo, uma vez que o ser-se professor exige uma formação constante.

Ao longo do estágio senti que desempenhei dois papéis: o de professora estagiária onde pude transmitir aos alunos diversos conhecimentos, e o de aluna onde aprendi bastante com os meus colegas, professor orientador e restantes professores do grupo disciplinar de educação física. Foram funções associadas onde o sucesso da aprendizagem enquanto aluna se refletiu enquanto docente.

Durante todos estes meses da duração do estágio, o papel que o professor orientador Nuno Rodrigues teve foi fundamental para toda a minha aprendizagem e evolução nas diversas tarefas e funções, onde esteve sempre disposto para me orientar, esclarecer dúvidas e ajudar em tudo o que fosse necessário. Os meus colegas do núcleo de estágio também tiveram um papel importante, uma vez que a partilha diária de todo o estágio, as críticas construtivas, os elogios, o apoio, a ajuda, foi de extrema importância para a minha evolução enquanto docente.

No processo da lecionação tentei sempre estar preparada para transmitir os conhecimentos das diversas unidades didáticas, onde sempre que necessário tive a preocupação de aprofundar o estudo das modalidades onde não me sentia tão à vontade, como forma de poder esclarecer todas as dúvidas dos alunos, bem como estar a par das exigências dessas modalidades no que diz respeito às regras, aspetos técnico - táticos, entre outros. Já no que diz respeito ao desporto escolar, fiz tudo o que podia para que os alunos pudessem evoluir e essa evolução se traduzisse no sucesso nas diversas competições onde estavam envolvidos. Nas atividades desenvolvidas, quer pelo núcleo de estágio, quer pelo grupo disciplinar de educação física, onde tive o conhecimento de todas as tarefas

necessárias desde o momento da planificação até à sua execução. Estas foram uma parte bastante trabalhosa e desafiante deste processo todo, uma vez que foram inúmeras e de caracteres diferentes. As atividades organizadas, que permitiram que a bagagem fosse alargada e tivesse ficado com boas experiências, com bons momentos, com recordações dos tempos de aluna daquela escola, com uma base bastante forte para que no futuro, seja numa escola ou noutra entidade, me sinta capaz de planear e organizar atividades deste género para uma população alvo semelhante. Relativamente à direção de turma pude observar na primeira pessoa e desempenhar as funções que um diretor de turma tem ao longo do ano letivo, dando sempre o meu melhor e tentando apreender todos os ensinamentos transmitidos. Esta experiência revelou-se bastante positiva, permitindo ampliar a minha formação, aprendizagem ao longo do estágio, tendo servido de base para o futuro.

Terminada esta fase do mestrado, observo que são muitos os pontos positivos que guardo desta jornada, onde houve vários obstáculos e dificuldades, que também fazem parte deste estágio, sendo que foram estas adversidades que me permitiram crescer e aprender com os erros cometidos. Com tudo o que vivenciei ao longo destes meses, fica a vontade de querer continuar neste caminho de ser professor e aumenta o querer de ensinar aos jovens tudo o que fui aprendendo ao longo dos anos e transmitir os conhecimentos desportivos, o gosto pelo desporto e todos os seus benefícios. Com o culminar do estágio, fica a certeza de que é esta a profissão que quero (dentro de todas as possibilidades do panorama atual) exercer num futuro próximo, e sobretudo que é a profissão que me preenche e me faz feliz.

5. Considerações Finais

A realização do estágio pedagógico corresponde ao final de mais uma etapa da minha formação académica e que se traduz, essencialmente, na realização de um sonho de criança. Sei, perfeitamente, que a conclusão do estágio é apenas um pequeno passo para o futuro, pois apesar de o balanço ser extremamente positivo, tenho noção que o caminho a percorrer é bastante longo e moroso.

Este ano letivo, onde a palavra estágio fez parte do meu dia-a-dia, fez-me crescer tanto a nível pessoal como a nível profissional. Foram muitos os desafios colocados e superados, foram detetados erros e foi necessário arranjar estratégias para os solucionar, foram meses de trabalho exaustivo, mas que valeram a pena e em nada abalaram a vontade de ser Professora de educação física. Todos os momentos vividos na escola permitiram ter uma maior diversidade de respostas para diferentes situações e imprevistos que possam ocorrer. Toda a reflexão feita ao longo do estágio com o professor orientador e os meus colegas possibilitou essa aquisição. Este ano foi, sem dúvida, o ano de colocar em prática todo o conhecimento adquirido e possibilitar aos alunos a aquisição de várias ferramentas essenciais para o seu desenvolvimento.

Apesar de, na fase inicial, haver diversos receios sobre todo este processo, em nada me impossibilitaram de enfrentar este desafio com empenho, com vontade de aprender, com dedicação, com esforço para ser melhor a cada aula. Todos os receios se foram dissipando com todo o auxílio dos professores pertencentes ao grupo disciplinar de educação física, onde houve sempre uma grande partilha de experiências e de saberes e também com os meus colegas estagiários, os grandes companheiros desta aventura.

Findado este estágio posso afirmar que foi um ano marcante a nível pessoal e profissional, o crescimento e evolução foram notórios, onde começou realmente a vida profissional no contexto escolar enquanto professor. Esta continuará a ser, uma das áreas que tem um maior transere para diversas situações e que possibilita a todos os discentes ganharem o gosto pela prática desportiva dentro e fora da escola, bem como transmitir estilos de vida saudáveis para usarem no seu futuro.

Neste documento, tentei relatar tudo, ou praticamente tudo, o que vivi e senti ao longo destes meses (aproximadamente 10 meses) em que tive o privilégio de poder realizar o estágio pedagógico. Com tudo o que foi sendo referido ao longo do relatório, menciono que todos os objetivos definidos foram alcançados, bem como todas as expectativas superadas, sentindo agora que estou em condições de exercer esta profissão em qualquer lugar.

Um enorme bem-haja a todos, os que de forma direta e indireta, permitiram que hoje o sonho se tenha tornado realidade e por toda a esperança transmitida na dura batalha que se avizinha.

6. Bibliografia

- Bases Programáticas (2013) - Grupo Disciplinar de Educação Física, Escola Secundária Quinta das Palmeiras.
- Bento, J. (1998), *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª Edição, Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J., Garcia, R. & Graça, A. (1999). Contextos da pedagogia do desporto: Livros Horizonte.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (2004): *Desporto: Discurso e Substância*. Editora Campo das Letras, Porto.
- Brandão, D. M. R. (2002). *Espectativas e importância atribuída à disciplina de Educação Física: Estudo comparativo por género nos alunos do 12.º ano de escolaridade nas escolas secundárias do Concelho de Vila Nova de Gaia*. Universidade do Porto, Porto.
- Carreiro da Costa, F. (1988). *O Sucesso Pedagógico em Educação Física. Estudo das Condições e Factores de Ensino-Aprendizagem Associados ao Êxito numa Unidade de Ensino*. Dissertação de Doutoramento. Instituto Superior de Educação Física. Universidade Técnica de Lisboa. Lisboa.
- Cavalheiro, L., Contreira, C. B., Flores, P. P., Krüger, L. G., & Krug, H. N. (2008). Formação inicial: a opinião dos académicos sobre alguns elementos da prática pedagógica vivenciados na disciplina de estágio curricular supervisionado. *Semana académica integrada das licenciaturas e semana académica do centro de educação*, 1(14), 2008.
- Escola Secundária Quinta das Palmeiras (2013) - Contrato de autonomia. Acedido em: 1 de Março de 2014, em: http://www.quintadaspalmeiras.pt/site/index.php?option=com_wrapper&view=wrapper&Itemid=86
- Escola Secundária Quinta das Palmeiras (2010) - Projeto Educativo. Acedido em: 1 de Março de 2014, em: http://www.quintadaspalmeiras.pt/site/index.php?option=com_content&view=article&id=120&Itemid=75
- Ferreira, F. F. (2013). A reflexão na Prática de Ensino em Educação Física. *Kinesis*(21).
- Freire, P. (1996). *Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa*. 25ª Edição. Coleção Leitura. São Paulo.
- Gozzi, & Ruete. (2006). Identificando estilos de ensino em aulas de Educação Física em segmentos não escolares. *REMEFE-Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 5(1).

- Gozzi, & Ruy, M. P. (2008). Identificando estilos de ensino em aulas de Educação Física. *Movimento e Percepção*, Vol.9(13).
- Januário, G. (2008). O Estágio Supervisionado e suas contribuições para a prática pedagógica do professor. In: Seminário de história e investigações de/em aulas de matemática. (2008). Campinas. Anais: II SHIAM. Campinas: GdS/FE-Unicamp, pp. 1-8.
- Martins, A. I. M. (2011). *A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física*. Relatório de Estágio, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, Lisboa.
- Mesquita, I. (2005). *A pedagogia do treino: A formação em jogos desportivos coletivos* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Piletti, C. (1995). *Didática Geral*. 19. ed. São Paulo: Ática.
- Ribeiro, A. C. e Ribeiro, L. C. (1990). *Planificação e avaliação do ensino-aprendizagem*. Universidade Aberta. Lisboa.
- Regulamento de Estágio de Educação Física 2013 - Universidade da Beira Interior.
- Sidentop, D. (2008). *Aprender a enseñar la educación física* (2ª ed.). Barcelona: INDE Publicaciones.
- Sousa, J. (1991). *Pressupostos, princípios e elementos de um modelo de planeamento em Educação Física*. *Revista Horizonte*, Vol. VIII, n.º 46.
- Tannehill, D. (1994). Attitudes toward Physical Education: Their Impact on How Physical Education Teachers Make Sense of Their Work. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13(4), 406-420.
- Tomás, A. E. A. (2010). *Relatório final de estágio*. Universidade de Coimbra, Coimbra.

Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto

“Atitudes e Expectativas dos alunos face à Educação Física”

1. Introdução

Atualmente o ensino é encarado não apenas como uma transmissão e aquisição de conteúdos programáticos, mas como uma ferramenta fulcral para o desenvolvimento da personalidade dos alunos, sendo capaz de formar o seu comportamento moral, influenciar a sua atuação, os seus sentimentos, vontades e disponibilidade para se empenhar na realização das tarefas do seu dia-a-dia (Bento, 2003).

No que diz respeito à EF, Hardman (2008) refere que os principais objetivos do curriculum europeu desta disciplina têm de passar pelo desenvolvimento social e pessoal dos alunos. Verificando-se que o professor não tem apenas a função de transmitir conteúdos mas sim, a tarefa de ajudar na formação do indivíduo para a sociedade.

Neste contexto, as escolas juntamente com os professores deverão ter a capacidade de despertar o interesse pelo saber nos seus alunos. O processo ensino-aprendizagem deve estar focado nas suas expectativas para que o conhecimento adquirido tenha uma transferência importante, compreendida e útil para o seu quotidiano.

O programa de EF eficaz visa incutir nos alunos estilos de vida ativos ao longo da vida, através da transmissão de competências e conhecimentos que lhes permitam ter a sensibilidade para esta necessidade (Aktop & Karahan, 2012). Dado que para alguns alunos a aula de EF é o único espaço onde possuem contacto com o exercício físico e desporto (Gallahue & Donnelly, 2003; Graham, Holt/Hale, & Parker, 2004, citado em Subramaniam & Silverman, 2007), deste modo é de esperar que esta seja concebida de modo a espelhar os interesses e as necessidades dos alunos, com o intuito de garantir que todos tenham oportunidade de ser bem-sucedidos a nível motor (Tannehill & Zakrajsek, 1993).

Ao longo dos tempos, o valor atribuído às aulas de EF tem sido posto em causa, existindo, desde então várias alterações (Lee, 2002) no seu currículo e na atribuição da importância dada a esta disciplina (Bain, 1990 citado em Brandão, 2002). Este facto deve-se à relevância que disciplinas como a matemática e o português assumem no currículo escolar dos alunos, menosprezando o papel de unidades curriculares de carácter mais prático (Hardman, 2000, citado em Brandão, 2002), como é o caso da EF. Esta conceção tem-se transferido para os alunos, que apesar de admitirem a importância que esta disciplina apresenta na sua formação, não a consideram tão necessária em comparação com as outras (Hardman, 2000, citado em Brandão, 2002; Tannehill, Romar, O’ Sullivan,

England & Rosenberg, 1994). Talvez por isso temos assistido a uma redução a nível dos tempos lectivos e à progressiva escassez de recursos humanos e materiais (Bento, Garcia & Graça, 1999).

Pelo referido denota-se que, esta evolução negativa da disciplina de EF poderá colocar em causa os hábitos de prática de AF dos alunos. Este desenvolvimento já em 1987 era uma das preocupações de Sidentop, onde este afirmou que a EF com o passar dos tempos poderia ser uma disciplina em vias de extinção, isto porque já começava a existir uma falta de expectativas e de preocupação por parte dos alunos face a esta disciplina. Numa tentativa de combater este declínio da EF salienta-se a importância que o professor (Betti, 1995, citado em Betti & Liz, 2003) tem em alterar as expectativas dos alunos face à disciplina (Stelzer, Ernest, Fenster & Langford, 2004).

A aprendizagem do aluno pode ser influenciada por inúmeros fatores. Sendo importante conhecer e perceber a forma como estes afetam o desempenho, uma vez que é através do conhecimento destes que o professor poderá potenciar o processo de ensino-aprendizagem. Um dos fatores que poderá afectar a aprendizagem dos alunos é a sua atitude face à disciplina em questão (Solmon, 2003, citado em Subramaniam & Silverman, 2007).

Nos últimos anos, o número de investigações relativas às atitudes dos alunos face à disciplina de EF tem aumentado consideravelmente (Carlson, 1995; Ennis, 1996; Portman, 1995; Koca, Asci, & Demirhan, 2005), devido ao facto de ser importante conhecermos como as crianças percebem, sentem e vivenciam esta disciplina (Graham, 1995).

Sendo assim, é importante clarificar o conceito de atitude. No entanto, não parece ser de fácil definição, pois como nos diz Fishbein & Ajzen (1975) citado em Silverman & Subramaniam (1999) este é caracterizado por um grau de ambiguidade e confusão. Na literatura verifica-se que a palavra atitude refere-se a um estado de espírito ou sentimento sobre determinado objecto, pessoa, instituição ou AF (Nunnally, 1978, citado em Stelzer, Ernest, Fenster & Langford, 2004). Segundo Rikard & Banville (2006) este conceito nasce de crenças que as pessoas têm sobre determinado objecto ou pessoa, moldando e determinando o seu comportamento e o envolvimento em atividades.

Para Subramaniam & Silverman (1999), as atitudes não são um atributo fixo sendo difícil conseguir mudá-las nos alunos. As mudanças nas atitudes podem ser provocadas através do descobrimento de situações favoráveis ou desfavoráveis. Assim, caso ocorram situações que proporcionem experiências positivas e/ou negativas o aluno poderá transformar a sua atitude perante determinada ação, objeto. Desta forma, cabe ao professor enquanto pedagogo criar um ambiente de aprendizagem onde os alunos se sintam confortáveis e confiantes, como forma de lhes proporcionar atitudes positivas face à disciplina (Hagger, Chatzisarantis, & Biddle, 2002; Mitchell, 1993).

Uma atitude melhorada face à disciplina poderá influenciar a participação do aluno em futuras atividades (Silverman & Subramaniam, 1999), inclusive no que se refere à manutenção de um estilo de vida ativo fora da escola (Telama, Yang, Laakso & Viikari, 1997, citado em

Subramaniam & Silverman, 2007), permitindo produzir indivíduos educados fisicamente (Gallahue, 1996; Graham, Holt/Hale, & Parker, 1998, citado em Silverman & Subramaniam, 1999).

De facto vários autores, (Hagger, Chatzisarantis & Biddle, 2002, Biddle & Mutrie, 2008), afirmam que existe uma relação entre a atitude dos alunos e a intenção de participar em AF's. Segundo Stelzer, Ernest, Fenster & Langford (2004), a fase da adolescência é de extrema importância para a fomentação de atitudes e hábitos para a sua vida futura, pois se não forem, nestas idades, incentivadas as atitudes positivas em relação à disciplina de EF, provavelmente nunca conseguiram ser adoptadas pelos jovens.

Por tudo o supracitado, verificamos que a atitude é o agente e o catalisador que pode fazer da EF uma experiência educacional positiva (Stelzer, Ernest, Fenster & Langford, 2004).

Diversas investigações têm procurado saber mais sobre o que pode ou não influenciar estas atitudes em relação à EF (Rice, 1988). Luke & Sinclair (1991) identificaram o currículo da EF, ambiente das aulas, o professor, a auto - percepção e os recursos materiais, como alguns dos determinantes das atitudes dos discentes. Já Silverman & Subramaniam (1999) averiguaram que o sexo, idade e ano de escolaridade, também influenciam as atitudes dos alunos.

As atitudes dos alunos nas aulas de EF refletem-se na sua participação (Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg, 1994), onde o professor apresenta um papel importante no controlo de alguns dos determinantes supracitados (Luke & Sinclair, 1991). Assim, quando os alunos têm uma empatia com o docente e este lhe proporciona experiências positivas no contexto da disciplina, estes tendem a formar e a apresentar atitudes mais positivas, (Silverman & Subramaniam, 1999).

Por tudo o que foi sendo apontado, do nosso ponto de vista, parece ser importante obter uma visão dos alunos sobre a disciplina de EF, como forma de se puder compreender as suas atitudes, interesses e envolvimento em relação ao programa curricular da disciplina. Através da análise da literatura verifica-se que esta se centra nas diferenças entre ensino básico e secundário ligando estas variáveis com o género e idade. Deste modo, os objetivos deste estudo passam por investigar as atitudes e expectativas dos alunos, em relação à disciplina da EF, analisando diferenças entre género, nível de escolaridade e ainda saber o efeito dos níveis de atividade e aptidão física (Vaivém e IMC) nas atitudes.

2. Objetivos

Este estudo tem como objetivo geral investigar as atitudes dos alunos no ensino básico e secundário em relação à disciplina de EF, de acordo com o género e nível de escolaridade, reconhecendo ainda o efeito do nível de AF, do vaivém e do IMC (aptidão física).

Como forma de operacionalizar este objetivo, define-se os seguintes objetivos específicos:

- Descrever as percepções dos alunos quanto aos objetivos da disciplina;

- Descrever as percepções dos alunos quanto aos fatores de agrado e desagradado decorridos nas aulas;
- Descrever o grau de importância dada pelos alunos a esta disciplina em relação às outras;
- Conhecer o efeito do nível de AF, do vaivém e do IMC, na variabilidade das atitudes dos alunos;
- Descrever as diferenças das atitudes dos alunos em relação a esta disciplina tendo em conta o género e nível de escolaridade.

A análise destas atitudes permitirá perceber como os alunos encaram a EF, dados que serão importantes para refletir acerca do rumo que esta disciplina possa vir a seguir e também como forma de ser compreendida a relevância que esta disciplina tem para os mesmos. Por outro lado, a análise dos níveis de atividade e aptidão física (apenas Vaivém e IMC) torna-se um aspeto pertinente neste estudo, pois esta análise irá permitir perceber se esse nível tende a influenciar as atitudes dos alunos.

3. Método

3.1 Amostra

A amostra alvo do estudo foi formada por 749 (379 raparigas e 370 rapazes) alunos de uma escola do centro urbano da região da Beira Interior, do distrito de Castelo Branco, que frequentavam o ensino básico e secundário e estavam matriculados na disciplina de EF no presente ano letivo.

Esta amostra foi selecionada por conveniência (acesso facilitado à comunidade escolar), pela proximidade dos investigadores com os sujeitos e a escola propriamente dita.

Na totalidade da amostra foi considerado como critério de exclusão a retenção escolar em mais do que um ano letivo consecutivo ou intercalar, uma vez que esta retenção poderia influenciar os dados, na medida em que seriam considerados alunos com idades superiores no ciclo mais baixo. Por outro lado, os alunos deveriam ter respondido corretamente ao questionário e ainda ter realizado todos os momentos de recolha de dados.

Com efeito, a amostra final considerada para o presente estudo foi constituída por 555 alunos, sendo destes 309 pertencentes ao ensino básico (106 alunos do 7º ano; 100 alunos do 8º ano e 103 alunos do 9º ano) com idades compreendidas entre 11 e os 14 e 246 ao ensino secundário (88 alunos do 10º ano; 83 alunos do 11º ano e 75 alunos do 12º ano) com idades compreendidas entre 15 e 18. Dentro desta amostra total 282 alunos eram do género feminino e 273 do género masculino.

Considerando os objetivos definidos à priori procedemos à divisão desta amostra em 6 grupos, nomeadamente Básico Feminino (n=153), Básico Masculino (n=156), Secundário Feminino (n=129), Secundário Masculino (n=117) e amostra global feminino (n=282) e masculino (n=273).

3.2 Instrumentos

Para a concretização do objetivo da investigação foi necessário recorrer a alguns instrumentos que auxiliassem a recolha dos dados. A análise das atitudes e expectativas dos alunos face à disciplina de EF foi efetuada recorrendo ao questionário proposto por Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994). O nível de atividade física de cada aluno foi estimado de acordo com a proposta de Telama, Yang, Laakso & Viikari (1997) citado em Ledent, Cloes, Telama, Almond, Diniz, & Pizron, 1997). Já para a avaliação do nível da capacidade aeróbia e da composição corporal dos alunos, recorreu-se aos testes do vaivém e IMC derivados da bateria de testes do fitnessGram.

3.2.1. Atitudes e expectativas dos alunos face à Educação Física

Para responder a este tópico usou-se o questionário desenvolvido por Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994) traduzido e validado para língua portuguesa por Brandão (2002).

Este questionário, adaptado por Brandão (2002), é composto por 5 parâmetros em 42 questões. Nomeadamente, dados biográficos; objetivos, finalidades e valores da EF; perceção de interesse e de desagrado pela disciplina e perceção da sua importância na formação; apreço da importância e grau de preferência da EF comparativamente com outras áreas disciplinares; e atividades mais e menos preferidas do currículo de EF. O preenchimento deste questionário é executado, em algumas questões com base numa escala de linkert (1 a 5) e outras de carácter aberto.

Neste questionário apenas se procedeu a algumas alterações, nomeadamente em alguns aspetos da parte inicial referentes aos dados biográficos, acrescentou-se a turma e número do aluno e trocou-se a idade pela data de nascimento para podermos identificar os alunos e cruzar estes dados com os resultados do teste de vaivém.

3.2.2. Avaliação da capacidade aeróbia

Para avaliar este parâmetro utilizou-se o teste vaivém pertencente à bateria de testes Fitnessgram. Esta bateria foi criada com o intuito de avaliar a aptidão física, relacionada com a saúde dos jovens e crianças do ensino básico e secundário (Sardinha, 2008). A seleção deste teste recaiu no facto de nos permitir caracterizar de forma global os níveis de aptidão física da amostra em estudo, consistindo na realização de uma corrida progressiva de 20 metros (Sardinha, 2008).

Para analisar este parâmetro da aptidão física recorreremos aos quadros de referência que Sardinha (2008) apresenta. Este autor recomenda realizar a análise tendo em conta a idade e género de cada participante, onde para cada uma delas existe um valor mínimo e máximo de referência. No entanto tendo em conta a nossa divisão da amostra, para cada ciclo seleccionámos a idade média de onde foi retirado um valor que dividia o nível "Não Saudável" do "Nível Saudável".

Neste sentido, consideramos os seguintes grupos: Ensino Básico Feminino: Não Saudável <23 percursos; Saudável ≥ 23 percursos; Ensino Básico Masculino: Não Saudável <41 percursos; Saudável ≥ 41 percursos; Ensino Secundário Feminino: Não Saudável <32 percursos; Saudável ≥ 32 percursos; e ensino Secundário Masculino: Não Saudável <61 percursos; Saudável ≥ 61 percursos.

3.2.3. Avaliação da Composição Corporal- IMC

Para analisar este parâmetro recorreremos aos índices do IMC recomendados pela Organização mundial de Saúde que caracterizam a composição corporal dos alunos. Esta organização divide os índices de IMC em 6 categorias, no entanto por conveniência para a apresentação dos resultados agrupamos estas 6 categorias em apenas três.

Neste sentido, considerámos: Abaixo do nível Saudável <18.5; Saudável 18.5 a ≤ 25 ; e acima do Saudável >25.

3.2.4. Avaliação do nível de atividade física

Para avaliação dos níveis de AF dos alunos recorreu-se ao questionário desenvolvido por Telama, Yang, Laakso & Viikari (1997), que já foi aplicado à população portuguesa por Ledent, Cloes, Telama, Almond, Diniz, & Pizron, (1997). Este questionário é composto por 5 questões e procura identificar o índice de atividade física dos alunos, fora da escola.

Cada questão é executada com base numa escala de linkert. Neste questionário os alunos apenas podem escolher uma das opções sendo no final contabilizado o somatório delas, chegando assim ao índice de AF. Os alunos face ao valor obtido neste índice, serão posteriormente agrupados em quatro grupos: sedentários (índice =5); pouco ativos (índice entre 6 e 10); ativos (índice entre 11 e 15) e muito ativos (índice entre 16 e 22). Para procedermos à análise deste instrumento de avaliação agrupou-se os níveis dos alunos tendo em conta os grupos referidos, sendo construídos apenas 2 grupos para a análise dos resultados, onde os alunos que obtivessem um índice de atividade física até 10 seriam denominados como tendo baixo nível de AF, já os que tivessem de 11 até 22 seriam denominados como tendo alto nível de AF.

3.3. Procedimentos

Antes da aplicação do questionário aos alunos da escola, foi necessário obter uma autorização da direção, uma vez que todas as decisões e tarefas que se executem dentro da mesma devem ser do seu conhecimento.

Finalizada esta parte inicial, foi pedido a cada professor de EF que lecionava na escola o seu auxílio na aplicação do questionário aos seus alunos, de modo a que estes não se sentissem constrangidos com a presença dos professores estagiários, e também para evitar grandes perdas no tempo útil de aula.

Antes de se proceder à aplicação do questionário por parte dos professores, o questionário foi aplicado a cerca de 60 alunos a fim de se verificar quais os parâmetros que poderiam levantar maiores dúvidas. Após isto, de forma a assegurar o cumprimento do questionário foi realizada uma reunião com todos os docentes, que teve como objetivo a explicação do questionário e indicação de quais as questões mais problemáticas. E ainda informado que a participação na investigação era voluntária, sendo garantido o anonimato.

Nesta mesma reunião foi pedido ainda aos docentes que facultassem os dados recolhidos da bateria de testes- Fitnessgram- das suas turmas (IMC e Vaivém) durante o primeiro período. A aplicação dos testes de avaliação dos níveis de aptidão física seguiu um processo de uniformização, na medida em que todos os professores da escola têm vários anos de experiência na aplicação deste tipo de testes no contexto escolar.

Depois da reunião ficou definido que todos os questionários seriam aplicados nas aulas de EF durante os primeiros dez minutos de aula. Esta estratégia foi tida em conta, de maneira a evitar quebras no ritmo de aula. Não se optou por aplicar no final da aula, uma vez que a concentração dos alunos é diminuta e o seu pensamento já está no intervalo.

Para além disso, estes questionários foram todos aplicados até ao final do 1º período, como forma de a nota obtida pelos alunos no presente período letivo não influenciasse as suas respostas.

3.4. Análise estatística

Para análise estatística dos dados foi utilizado o programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para windows, versão 21.

Perante a amostra obtida para a investigação, procedemos à análise estatística utilizando os seguintes testes: Teste qui-quadrado (χ^2) para averiguar a relação entre variáveis, onde o nível de significância foi colocado em 0.05; e Anova uni e multi-fatorial para averiguar as interações existentes entre as variáveis estudadas (nível de AF, Vaivém e IMC) e as respostas sobre as atitudes dos alunos.

De maneira a se caracterizar a amostra deste estudo em termos de localização e de dispersão, utilizaram-se medidas de tendência central como, a média e a moda e medidas de dispersão absolutas como o desvio-padrão.

4. Resultados

Na tabela 7 apresentamos os resultados relativos às perceções do currículo desejado. No ensino básico verificou-se que existem diferenças significativas entre os géneros ($p=0.027$) no qual os rapazes tendem a concordar mais com a afirmação “Ensinar-me técnicas de desportos coletivos” (A2) do que as raparigas. Ainda neste ciclo de ensino observou-se que os rapazes para as questões “Ensinar-me técnicas de dança” (A6) e “Ensinar-me jogos recreativos” (A7) tendem a discordar mais do que as raparigas que estas devam ser englobadas no currículo de EF.

Comparando os dois géneros do ensino secundário, as questões “Ensinar-me a praticar desportos individuais” (A5), “Ensinar-me técnicas de dança” (A6) e “Ensinar-me jogos recreativos” (A7) apresentaram diferenças significativas e parecem ser afirmações nas quais as raparigas tendem a concordar ($p=0.011$, $p=0.000$ e $p=0.001$, respetivamente) que se devam enquadrar no currículo da disciplina. Quando analisada toda a amostra sem distinção entre ciclos de escolaridade, os géneros são significativamente distintos ($p=0.031$) na resposta à questão “Ensinar-me técnicas de dança” (A6) no qual o género feminino tende a concordar mais que este deverá ser um dos objetivos do currículo da disciplina.

Tabela 7_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções do currículo desejado.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	X^2 (1)	P	M±dp	X^2 (2)	P	M±dp	X^2 (3)	P
A1	Feminino	1,67±0,843	0,988	0,912	1,50±0,575	8,325	0,080	1,59±0,736	8,412	0,078
	Masculino	1,65±0,851			1,60±0,874			1,63±0,859		
A2	Feminino	1,63±0,706	10,933	0,027	1,66±0,765	2,349	0,672	1,64±0,733	5,512	0,239
	Masculino	1,59±0,796			1,60±0,810			1,59±0,801		
A3	Feminino	1,61±0,709	6,689	0,153	1,67±0,741	8,005	0,091	1,64±0,724	1,035	0,904
	Masculino	1,71±0,942			1,56±0,834			1,65±0,899		
A4	Feminino	1,76±0,770	4,778	0,311	1,80±0,744	6,618	0,158	1,78±0,757	2,470	0,650
	Masculino	1,70±0,869			1,85±0,952			1,76±0,907		
A5	Feminino	1,73±0,763	6,693	0,153	1,85±0,735	13,087	0,011	1,78±0,752	5,192	0,268
	Masculino	1,77±0,948			1,85±0,976			1,80±0,960		
A6	Feminino	2,65±1,275	93,885	0,000	2,38±1,126	81,132	0,000	2,52±1,214	10,627	0,031
	Masculino	4,16±1,084			3,92±1,146			4,06±1,115		
A7	Feminino	2,15±1,035	14,040	0,007	2,23±0,960	18,909	0,001	2,19±1,000	7,811	0,099
	Masculino	2,52±1,058			2,79±1,080			2,64±1,074		

Legenda: X^2 (1)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

X^2 (2)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

X^2 (3)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

A perceção dos alunos quanto ao currículo vivido consta na tabela 8. Os resultados para o ensino básico demonstram que nas questões “Ensinar-me técnicas de dança” (B14) e “Ensinar-me jogos recreativos” (B15) existem diferenças significativas ($p=0.000$ e $p=0.008$, respetivamente) entre os géneros, salientando-se assim que na primeira questão os rapazes tendem a discordar mais do que as raparigas, já na outra questão verifica-se que as raparigas concordam mais do que os rapazes. Analisando o ensino secundário verificou-se que as raparigas tendem a concordar mais do que os rapazes nas questões “Ensinar-me técnicas de desportos individuais” (B12) com um $p=0.024$, “Ensinar-me a praticar desportos individuais” (B13) com um $p=0.024$ e “Ensinar-me técnicas de dança” (B14) com um $p=0.000$.

Comparando apenas o género sem distinção de ciclo, registou-se diferenças significativas nas questões “Ensinar-me técnicas de desportos individuais” (B12) com um $p=0.003$, “Ensinar-me a praticar desportos individuais” (B13) com um $p=0.003$, “Ensinar-me técnicas de dança” (B14) com um $p=0.000$ e “Ensinar-me jogos recreativos” (B15) com um $p=0.004$ onde o género feminino tende a concordar com as afirmações.

Tabela 8_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X², P) relativo às percepções do currículo vivido.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	X ² (1)	P	M±dp	X ² (2)	P	M±dp	X ² (3)	P
B9	Feminino	1,48±0,690	4,515	0,341	1,58±0,715	6,298	0,178	1,53±0,702	7,599	0,107
	Masculino	1,50±0,815			1,79±0,876			1,63±0,853		
B10	Feminino	1,49±0,610	2,577	0,631	1,60±0,644	5,088	0,278	1,54±0,627	6,281	0,179
	Masculino	1,55±0,749			1,74±0,855			1,63±0,800		
B11	Feminino	1,51±0,621	6,151	0,188	1,63±0,650	4,707	0,319	1,56±0,637	7,063	0,133
	Masculino	1,52±0,716			1,69±0,835			1,59±0,773		
B12	Feminino	1,62±0,702	6,264	0,180	1,77±0,690	11,193	0,024	1,69±0,699	16,03 6	0,003
	Masculino	1,72±0,931			2,01±0,924			1,84±0,938		
B13	Feminino	1,61±0,675	7,887	0,096	1,81±0,686	11,205	0,024	1,70±0,686	15,93 7	0,003
	Masculino	1,71±0,911			2,00±0,927			1,83±0,928		
B14	Feminino	3,12±1,385	44,688	0,000	2,81±1,102	31,452	0,000	2,98±1,269	68,81 0	0,000
	Masculino	3,94±1,380			3,62±1,172			3,80±1,302		
B15	Feminino	2,32±1,107	13,729	0,008	2,56±1,007	5,471	0,242	2,43±1,067	15,63 3	0,004
	Masculino	2,42±1,207			2,79±1,095			2,59±1,172		

Legenda: X²(1)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

X²(2)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

X²(3)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

Na tabela 9 constam os resultados no que dizem respeito ao que agrada aos alunos nas aulas de EF. Verificou-se que existem diferenças significativas entre os géneros no ensino básico nas seguintes questões: “Serem aulas mistas” (C17) com um p=0.050, “Eu ter êxito nas atividades” (C22) com um p=0.012, e “Eu ter aulas bem organizadas” (C23) com um p=0.012, onde em ambas as afirmações o género masculino tende a concordar mais do que o género feminino.

Já no ensino secundário observou-se que há diferenças significativas entre géneros na questão “Eu ter êxito nas atividades” (C22) com um p=0.001 em que os rapazes tendem a concordar mais do que as raparigas e na questão “O processo de avaliação ser justo” (C24) com um p=0.000, onde se nota que os rapazes, ao contrário do que foi referido na questão anterior, não concordam tanto com a afirmação.

Comparando agora apenas o género observou-se, nas questões “Terem atividades diversificadas” (C18), “Eu gostar do professor” (C21) e “O processo de avaliação ser justo” (C24) diferenças significativas (p=0.047, p=0.033, p=0.000) onde o sexo feminino tende a concordar mais com as afirmações em relação ao sexo masculino. Em relação às questões “Serem aulas mistas” (C17), “Eu ter êxito nas atividades” (C22) e “Eu ter aulas bem organizadas” (C23), também se verificou diferenças significativas entre géneros (p=0.049, p=0.000 e p=0.012), no entanto com os rapazes a tenderem a concordar mais com as questões do que o sexo feminino.

Tabela 9_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X², P) relativo aos fatores de agrado dos alunos.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	X ² (1)	P	M±dp	X ² (2)	P	M±dp	X ² (3)	P
C17	Feminino	2,05±1,138	9,495	0,050	2,02±0,976	5,705	0,222	2,03±1,065	9,548	0,049
	Masculino	1,90±1,104			1,85±1,032			1,88±1,072		
C18	Feminino	1,37±0,548	6,571	0,160	1,57±0,759	4,706	0,319	1,46±0,659	9,628	0,047
	Masculino	1,55±0,817			1,78±0,924			1,65±0,870		
C19	Feminino	2,17±1,213	5,334	0,255	2,43±1,092	6,607	0,158	2,29±1,164	8,086	0,088
	Masculino	2,48±1,331			2,66±1,265			2,56±1,303		
C20	Feminino	1,48±0,680	5,764	0,218	1,66±0,786	5,242	0,263	1,56±0,734	7,620	0,107

	Masculino	1,51±0,871			1,91±0,987			1,68±0,941		
C21	Feminino	1,54±0,688	8,680	0,070	1,46±0,650	8,737	0,068	1,50±0,671	10,518	0,033
	Masculino	1,49±0,818			1,74±1,014			1,60±0,915		
C22	Feminino	1,89±0,960	12,807	0,012	2,24±0,882	18,674	0,001	2,05±0,940	28,871	0,000
	Masculino	1,57±0,827			1,84±0,910			1,69±0,873		
C23	Feminino	1,66±0,709	12,833	0,012	1,84±0,727	3,278	0,512	1,74±0,721	12,839	0,012
	Masculino	1,57±0,833			1,84±0,864			1,68±0,855		
C24	Feminino	1,57±0,741	8,371	0,079	1,77±0,704	22,120	0,000	1,66±0,730	26,525	0,000
	Masculino	1,59±0,884			1,96±1,147			1,75±1,019		

Legenda: $X^2(1)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

$X^2(2)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

$X^2(3)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

As percepções dos alunos quanto ao currículo vivido constam na tabela 10. No ensino básico registaram-se diferenças significativas nas afirmações “Eu não ter habilidade para o desporto” (D27) com um $p=0.000$, “Eu ser obrigado a tomar banho” (D30) com um $p=0.004$ e “As aulas serem desorganizadas” (D32) com um $p=0.007$, onde os rapazes discordam das mesmas quando questionados acerca do que lhes desagrada nas aulas de EF. Contudo, os rapazes concordam mais do que as raparigas quanto à afirmação “O tempo das aulas ser muito escasso” (D31) com um $p=0.002$.

Relativamente ao ensino secundário as respostas das raparigas são claramente discordantes e significativamente distintas da dos rapazes nas questões “O processo de avaliação ser injusto” (D25) com um $p=0.009$, “Eu não gostar do professor” (D28) com um $p=0.004$ e “O tempo das aulas ser muito escasso” (D31) com um $p=0.004$. Já os rapazes discordam mais do que as raparigas nas afirmações “Eu não ter habilidade para o desporto” (D27) com um $p=0.001$ e “Eu não gostar de me equipar” (D29) com um $p=0.006$.

Quando comparada toda a amostra para o mesmo grupo de questões (D), averigua-se que as raparigas não concordam tanto como os rapazes com as afirmações “O processo de avaliação ser injusto” (D25) com um $p=0.052$, “O tempo das aulas ser muito escasso” (D31) com um $p=0.000$ e “As aulas serem desorganizadas” (D32) com um $p=0.037$. Pelo contrário, os rapazes discordam mais das afirmações “Eu não ter habilidade para o desporto” (D27) com um $p=0.000$, “Eu não gostar de me equipar” (D29) com um $p=0.001$ e “Eu ser obrigado a tomar banho” (D30) com um $p=0.015$.

Tabela 10_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo aos fatores de desagrado dos alunos.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	$X^2(1)$	P	M±dp	$X^2(2)$	P	M±dp	$X^2(3)$	P
D25	Feminino	4,05±1,375	3,178	0,528	4,22±1,017	13,497	0,009	4,13±1,224	9,412	0,052
	Masculino	4,01±1,348			3,73±1,381			3,89±1,367		
D26	Feminino	3,96±1,301	3,182	0,528	4,12±1,036	4,054	0,399	4,03±1,187	1,942	0,746
	Masculino	4,15±1,183			4,04±1,180			4,10±1,181		
D27	Feminino	3,62±1,355	29,095	0,000	3,67±1,208	14,421	0,006	3,64±1,387	42,609	0,000
	Masculino	4,27±1,167			4,17±1,086			4,23±1,132		
D28	Feminino	4,41±1,035	9,136	0,058	4,71±0,654	15,110	0,004	4,55±0,891	8,696	0,069
	Masculino	4,37±1,212			4,28±1,056			4,33±1,147		
D29	Feminino	3,87±1,308	9,125	0,058	3,80±1,259	18,010	0,001	3,84±1,284	18,846	0,001
	Masculino	4,14±1,250			4,30±1,113			4,21±1,193		
D30	Feminino	3,75±1,425	15,621	0,004	4,47±0,864	6,005	0,199	4,08±1,252	12,412	0,015

	Masculino	4,14±1,290			4,33±1,122			4,22±1,222		
D31	Feminino	3,23±1,508	17,078	0,002	3,47±1,212	15,150	0,004	3,35±1,382	30,074	0,000
	Masculino	2,74±1,657			3,03±1,468			2,87±1,582		
D32	Feminino	4,15±1,259	14,125	0,007	4,51±0,869	7,631	0,106	4,31±1,109	10,205	0,037
	Masculino	4,19±1,307			4,28±1,005			4,23±1,185		

Legenda: $X^2(1)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

$X^2(2)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

$X^2(3)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

Analisando as atividades que o currículo oferece, os alunos do género feminino, quer do ensino básico quer do secundário tendem a referir o basquetebol como a modalidade que mais gostam de praticar. Já os rapazes tendem a enumerar o futsal como sendo a modalidade que mais apreciam, em ambos os ciclos de estudo. Por outro lado, os alunos do género feminino, em ambos os ciclos de estudo, apontam a modalidade de ginástica como a que menos preferem praticar. Já os rapazes no ensino básico seguem a tendência do género feminino, contudo no ensino secundário estes já referem a dança como a que menos gostam de praticar.

No que concerne à questão “Qual a importância da EF na sua formação” (questão 35) constatou-se que no ensino básico o género masculino tende a concordar mais do que género feminino ($p=0.020$) que esta disciplina é muito importante para a sua formação. Analisando agora os dois ciclos de ensino juntos, verificou-se que o género masculino continuou com a mesma tendência de resposta, onde considera que a disciplina é mais importante para a sua formação do que o género feminino ($p= 0.002$).

Já na questão “Escolheria a disciplina de EF se esta fosse de carácter opcional” (questão 36) no ensino secundário, observam-se diferenças significativas entre os géneros ($p=0.040$). Quando comparamos toda a amostra verifica-se que os alunos do género masculino tendem a escolher mais esta disciplina em comparação com as raparigas ($p=0.049$).

Tabela 11_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X^2 , P) relativo às perceções dos alunos quanto à importância da EF para a formação dos alunos, bem como se escolheria esta disciplina se esta fosse opcional.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	$X^2(1)$	P	M±dp	$X^2(2)$	P	M±dp	$X^2(3)$	P
35	Feminino	0,993±0,9068	9,876	0,020	1,186±0,8729	8,449	0,076	1,082±0,8951	16,927	0,002
	Masculino	0,788±0,8873			0,906±0,8108			0,839±0,8722		
36	Feminino	0,150±0,3586	0,503	0,478	0,219±0,4150	4,226	0,040	0,181±0,3861	3,884	0,049
	Masculino	0,123±0,3290			0,120±0,3260			0,121±0,3271		

Legenda: $X^2(1)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

$X^2(2)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

$X^2(3)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

Na perceção dos alunos quanto à questão “Qual a importância da EF relativamente as seguintes disciplinas” (questão 39) foram encontradas diferenças significativas quanto à educação visual, quando comparados os géneros no ensino básico ($p=0.019$) e no ensino secundário ($p=0.008$). Assim no ensino básico, as respostas do sexo masculino tendem a considerar a EF significativamente

mais importante do que o sexo feminino. Já no ensino secundário ocorreu o inverso na qual as raparigas consideram a educação física significativamente mais importante do que os rapazes.

Tabela 12_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X², P) relativo às percepções dos alunos quanto à importância da EF comparando com as outras disciplinas.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	X ² (1)	P	M±dp	X ² (2)	P	M±dp	X ² (3)	P
39 Mat.	Feminino	2,52±1,356	4,691	0,321	2,42±1,231	2,429	0,657	2,47±1,299	3,851	0,427
	Masculino	2,73±1,451			2,32±1,299			2,56±1,400		
39 Ciên.	Feminino	2,66±1,142	1,702	0,790	2,48±1,220	2,613	0,624	2,58±1,179	3,708	0,447
	Masculino	2,78±1,224			2,48±1,336			2,65±1,280		
39 Port.	Feminino	2,69±1,363	0,878	0,928	2,52±1,173	1,390	0,846	2,61±1,280	2,127	0,712
	Masculino	2,78±1,419			2,56±1,269			2,69±1,358		
39 Hist.	Feminino	2,68±1,088	5,358	0,253	2,95±1,260	8,923	0,063	2,80±1,170	5,452	0,244
	Masculino	2,81±1,205			2,87±1,430			2,83±1,302		
39 L.Estran	Feminino	2,70±1,356	3,647	0,456	2,79±1,330	4,939	0,294	2,74±1,343	1,903	0,754
	Masculino	2,88±1,294			2,61±1,302			2,77±1,302		
39 Ed. V.	Feminino	2,98±1,157	11,808	0,019	3,30±1,275	13,751	0,008	3,12±1,219	23,704	0,000
	Masculino	3,03±1,405			3,25±1,569			3,12±1,477		

Legenda: X²(1)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

X²(2)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

X²(3)- valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

Analisando agora a questão “Qual o seu grau de preferência da EF relativamente às outras disciplinas” (questão 40) resumida na tabela 13, verificamos níveis significativos na disciplina de Português (p= 0.025) e Educação visual (p= 0.034) quando comparamos os géneros no ensino básico. Para ambas as disciplinas verificou-se que o género masculino referiu que preferia mais a EF às disciplinas supracitadas, quando comparado com o género feminino. Por outro lado, quando analisamos o ensino secundário verifica-se níveis significativos nas disciplinas de Matemática (p=0.017) e educação visual (p=0.009). A amostra do género masculino quando comparado com a do género feminino, tende a responder que preferia menos a disciplina de EF à disciplina de matemática. Na disciplina de educação visual, o género masculino quando comparado com o género feminino, tende a preferir mais a disciplina de EF do que a de educação visual.

Comparando agora os géneros sem distinção de ciclo, analisou-se que os rapazes preferem mais a EF à matemática do que as raparigas (p=0.003), sendo registando também a mesma tendência para com a disciplina de educação visual (p=0.001).

Tabela 13_ Média (M), desvio-padrão (dp) e qui-quadrado (X², P) relativo às percepções dos alunos quanto à preferência da EF comparando com as outras disciplinas.

		Básico			Secundário			Básico + Secundário		
		M±dp	X ² (1)	P	M±dp	X ² (2)	P	M±dp	X ² (3)	P
40 Mat	Feminino	3,16±1,319	8,415	0,078	2,90±1,351	12,003	0,017	3,04±1,338	15,719	0,003
	Masculino	3,31±1,367			2,73±1,324			3,06±1,377		
40 Ciê	Feminino	3,05±1,199	8,676	0,070	2,85±1,311	3,102	0,541	2,96±1,252	7,843	0,097
	Masculino	3,35±1,248			2,76±1,355			3,10±1,325		
40 Por	Feminino	3,15±1,361	11,159	0,025	3,21±1,350	1,619	0,805	3,18±1,354	7,047	0,133
	Masculino	3,44±1,306			3,27±1,337			3,37±1,319		
40 Hist	Feminino	3,13±1,222	2,583	0,630	3,54±1,338	1,283	0,864	3,32±1,289	1,027	0,906
	Masculino	3,33±1,241			3,44±1,425			3,38±1,319		
40	Feminino	3,22±1,297	9,378	0,052	2,98±1,255	1,594	0,810	3,11±1,282	4,054	0,399

L.Estr	Masculino	3,35±1,195			3,07±1,269			3,23±1,232		
40	Feminino	3,23±1,255	10,43	0,034	3,20±1,341	13,405	0,009	3,21±1,291	19,494	0,001
Ed. Vis	Masculino	3,48±1,343	5		3,61±1,497			3,53±1,408		

Legenda: $X^2(1)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino básico.

$X^2(2)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros no ensino secundário.

$X^2(3)$ - valor do qui-quadrado obtido quando comparado os géneros.

Foi estudado o efeito dos fatores IMC, nível de AF e Vaivém nas respostas das atitudes e expectativas dos alunos face à disciplina de EF. Para tal considerámos os grupos formados até então sendo apenas analisados o Básico Feminino, Básico Masculino, Secundário Feminino, Secundário Masculino, Feminino e Masculino.

Através da tabela 14 verificamos que foram muitos os efeitos interativos das variáveis estudadas na variabilidade das respostas às questões. Havendo evidências para afirmar que os resultados destas variáveis não são iguais em todos os grupos estudados.

Tabela 14_ Efeito das variáveis IMC, Vaivém e Atividade física na resposta às questões do questionário, com níveis significativos.

Questão	Grupo	Efeito	P	F
A3	BF	Vaivém	0.026	5.070
A5	BF	AF x IMC	0.042	3.264
A5	BF	AF x Vaivém x IMC	0.049	3.097
A1	BF	Vaivém x IMC	0.012	4.546
A3	BM	Vaivém	0.023	5.285
A7	BM	Vaivém x IMC	0.004	5.633
A5	SF	Vaivém	0.025	5.147
A6	SM	AF	0.012	6.958
A3	F	Vaivém	0.014	6.160
A5	F	Vaivém	0.005	8.159
A5	F	IMC	0.034	3.427
A1	F	AF x IMC	0.021	3.900
A3	M	Vaivém	0.044	4.088
B14	BF	AF x Vaivém	0.044	4.142
B10	BM	AF	0.047	4.031
B11	BM	AF	0.005	8.205
B11	BM	IMC	0.032	3.543
B11	BM	AF x IMC	0.011	4.628
B11	BM	AF x IMC x Vaivém	0.019	5.613
B15	BM	Vaivém x IMC	0.040	3.291
B10	SF	Vaivém	0.026	5.066
B11	SF	Vaivém	0.022	5.374
B13	SF	Vaivém	0.038	4.407
B10	SF	AF x Vaivém	0.021	5.506
B11	SF	AF x Vaivém	0.036	4.515
B9	SM	Vaivém	0.013	6.442
B14	SM	AF x Vaivém x IMC	0.045	3.193
B10	F	Vaivém	0.003	9.077
B11	F	Vaivém	0.002	9.421
B13	F	Vaivém	0.016	5.837
B10	F	Vaivém x IMC	0.011	4.601
B14	M	AF	0.030	4.741
B12	M	AF x IMC	0.034	3.439
C20	BF	Vaivém	0.032	4.720
C20	BF	IMC	0.031	3.564
C21	BF	IMC	0.000	8.161
C23	BF	IMC	0.005	5.621
C24	BF	IMC	0.026	3.749
C22	BF	AF x IMC	0.043	3.220

C17	BF	Vaivém x IMC	0.012	4.607
C22	BM	Vaivém x IMC	0.050	3.062
C17	SF	AF x Vaivém	0.029	4.902
C22	SM	Vaivém	0.037	4.451
C19	SM	Vaivém x IMC	0.022	3.962
C17	F	AF	0.028	4.911
C20	F	AF	0.047	3.992
C24	F	AF	0.019	4.797
C21	F	Vaivém	0.010	6.678
C20	F	IMC	0.024	3.782
C21	F	IMC	0.002	6.294
C24	F	IMC	0.041	3.231
C22	F	AF x IMC	0.033	3.443
C17	F	Vaivém x IMC	0.002	6.367
C22	M	Vaivém	0.027	4.953
C18	M	AF x IMC	0.048	3.068
D25	BF	Vaivém	0.047	4.045
D28	BF	Vaivém	0.013	6.391
D27	BF	AF x IMC	0.015	4.362
D27	BM	AF x Vaivém x IMC	0.041	4.263
D31	SF	AF	0.012	6.499
D27	SM	AF	0.027	5.037
D27	SM	Vaivém x IMC	0.021	4.032
D27	SM	AF x Vaivém x IMC	0.017	4.268
D25	SM	Vaivém	0.022	5.440
D26	SM	Vaivém	0.012	6.543
D26	SM	IMC	0.023	3.918
D26	SM	Vaivém x IMC	0.048	3.120
D31	SM	AF x IMC	0.008	5.042
D32	SM	Vaivém	0.005	8.338
D32	SM	Vaivém x IMC	0.006	5.338
D32	SM	AF x Vaivém x IMC	0.018	4.202
D28	F	AF	0.030	4.768
D29	F	AF	0.035	4.480
D32	F	Vaivém	0.038	4.355
D28	F	Vaivém	0.022	5.302
D30	F	Vaivém	0.000	17.193
D25	F	Vaivém	0.011	6.547
D26	F	Vaivém	0.002	9.905
D28	F	IMC	0.010	4.743
D32	F	IMC	0.035	3.399
D30	F	AF x Vaivém	0.029	4.807
D25	F	Vaivém x IMC	0.046	3,111
D26	F	Vaivém x IMC	0.020	3,998
D27	F	Vaivém x IMC	0.005	5,459
D28	F	Vaivém x IMC	0.001	7,634
D29	F	Vaivém x IMC	0.015	4,302
D30	F	Vaivém x IMC	0.029	3,577
D32	F	Vaivém x IMC	0.038	3,314
D26	M	AF	0.011	6.508
D27	M	AF	0.001	10.668
D32	M	Vaivém	0.013	6.286
D25	M	IMC	0.029	3.604
D26	M	IMC	0.018	4.064
D32	M	AF x Vaivém	0.041	4.217
D27	M	AF x IMC	0.023	3.840
D31	M	AF x IMC	0.048	3.071
D26	M	Vaivém x IMC	0.021	3.950
D27	M	Vaivém x IMC	0.008	4.901
D32	M	Vaivém x IMC	0.002	6.190
D27	M	AF x IMC x Vaivém	0.002	6.675
D32	M	AF x IMC x Vaivém	0.004	5.723
Q35	SF	AF	0.016	6.013

Q35	F	AF	0.008	7.138
Q36	BF	AF	0.002	9.935
Q36	BF	IMC	0.022	3.951
Q36	BF	AF x IMC	0.006	5.382
Q36	BF	Vaivém x IMC	0.023	3.897
Q36	BM	AF	0.005	8.318
Q36	BM	IMC	0.024	3.856
Q36	SM	AF	0.000	13.806
Q36	SM	IMC	0.025	3.787
Q36	F	AF	0.000	13.179
Q36	M	AF	0.012	6.399
Q36	M	IMC	0.005	5.338
Q36	M	AF x IMC	0.012	4.490

5. Discussão

Este estudo tem como objetivo geral investigar as atitudes dos alunos no ensino básico e secundário em relação à disciplina de EF e de acordo com o género, reconhecendo ainda o efeito do nível de AF, do Vaivém e do IMC nas respostas obtidas

De acordo com os resultados obtidos no estudo de Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994) os alunos tendem a apontar que as aulas de EF deveriam estar mais direcionadas para os desportos coletivos e para atividades de condição física do que para o ensino da dança e jogos recreativos. Os resultados obtidos no nosso estudo vão de encontro com os resultados referidos, no entanto na nossa amostra podemos acrescentar que o género masculino em ambos os ciclos de ensino tende a apresentar uma discrepância maior em relação ao género feminino quando questionados se a disciplina deveria contemplar o ensino da dança. No género masculino dentro do ensino secundário a questão “Ensinar-me técnicas de dança” (A6) ainda parece ser influenciada pelos níveis de AF. Na mesma lógica dos dados obtidos, apesar de não serem tão díspares as diferenças, verificou-se que o ensino básico tende a mostrar maior discórdia do que o ensino secundário relativo à mesma questão. Para além disto ainda podemos referir que para o ensino secundário o género feminino acha que as aulas de EF devem contemplar mais atividades direcionadas para “Melhorar a condição física” (A1), do que as raparigas do ensino básico, onde neste se verifica que estas elegem os desportos coletivos (A2 e A3). Respostas que neste género e ciclo de estudo parecem ser influências pelos resultados obtidos no teste do vaivém.

Para Koca, Asci & Demirhan (2005) os rapazes e as raparigas apresentam diferentes padrões de participação desportiva. Diversas investigações que estudaram essas mesmas diferenças concluíram que os rapazes tendem a ser mais ligados a desportos coletivos, especialmente ao futebol, enquanto as raparigas preferem desportos individuais e mais ligados à componente estética, por exemplo, a natação (Scully & Clarke, 1997; Smoll & Schultz, 1980). Na nossa investigação os resultados não tendem a ir ao encontro das referências supracitadas, já que estes nos indicam que ambos os géneros tendem a desejar mais a prática e ensino de desportos coletivos (A2 e A3) do que os desportos individuais (A4 e A5). Mas corroboram os resultados obtidos por Luke e Sinclair (1991), por Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994) e por Tjeedsma, Rink, & Graham (1996).

Quanto ao currículo vivido verifica-se que ambos os géneros e ciclos de estudo tendem a referir que os objetivos das aulas passam mais por contribuir para melhorar a condição física (B9), ensinar e praticar desportos coletivos (B10 e B11) e individuais (B12 e B13) do que ensinar dança (B14) e jogos recreativos (B15). As respostas dos alunos do ensino básico do género feminino quanto à questão “Ensinar-me técnicas de dança” (B14) tenderam a ser influenciadas pela junção da variável nível de AF com o vaivém. Por outro lado, as respostas dos alunos do ensino básico do género masculino quanto às questões “Ensinar-me técnicas de desportos coletivos” (B10) e “Ensinar-me a praticar desportos coletivos” (B11) foram afetadas pela variável nível de AF. No estudo de Tannehill, Romar, O’Sullivan, England & Rosenberg (1994) os alunos referiram que as aulas de EF eram mais direcionadas para os desportos coletivos. Os nossos resultados acrescentam que as raparigas referem que as aulas contribuem mais para “melhorar a condição física” (B9) do que “ensinar técnicas e pratica de desportos coletivos” (B10 e B11).

Tannehill, Romar, O’Sullivan, England & Rosenberg (1994) observou no seu estudo que os alunos apontaram o facto de as aulas serem mistas como o fator de maior agrado nas aulas de EF. Já no estudo de Lee, Kang & Hume (1999) citado em Brandão (2002) verificou-se que os alunos referiram o aspeto das aulas serem diversificadas como sendo o que mais lhes agrada nas aulas de EF. Os resultados do nosso estudo confirmam os resultados obtidos por Lee, Kang & Hume (1999), citado em Brandão (2002), apenas para o género feminino no geral e para o género feminino no ensino básico, contudo, este género no ensino secundário aponta o facto de gostar do professor como sendo o que mais contribui para o agrado da disciplina; o mesmo se verifica para o género masculino nos dois ciclos de estudo. Contrariamente aos nossos resultados Tannehill e Zakrajsek (1993) e Tannehill, Romar, O’Sullivan, England & Rosenberg (1994) verificaram que para o género masculino os fatores de agrado centraram-se no ter êxito nas atividades propostas. No estudo de Koca, Asci & Demirhan (2005) a grande maioria dos rapazes e das raparigas apontou preferirem aulas mistas, porém no nosso estudo foram encontradas diferenças significativas, revelando que este fator parece ser de maior agrado para o género masculino do que para o feminino, quando comparados os sexos sem distinção de ciclos. Por sua vez, Lirgg (1993) citado em Arabaci (2009) concluiu que as raparigas e os rapazes do ensino básico preferem aulas de EF separadas por género, enquanto estudantes do ensino secundário preferem aulas de EF mistas, sendo que os nossos dados não vão ao encontro destas conclusões, uma vez que as nossas respostas foram bastante semelhantes entre os géneros dentro de cada ciclo.

Para Lee, Kang & Hume (1999) citado em Brandão (2002) os alunos demonstraram mais desagrado quanto ao facto de não gostarem de se equipar e de seguida quanto ao tempo das aulas ser escasso. Nos nossos resultados o maior fator de desagrado correspondeu ao facto de o “Tempo de aula ser muito escasso” (D31) isto tanto para o género masculino como o género feminino. No caso do género masculino as respostas foram afetadas significativamente pela interação do nível de AF com o IMC. Apesar de ambos os géneros demonstrarem maior desagrado nesta questão verifica-se que o género masculino tende a concordar mais que este é um fator de desagrado, estes resultados que vão ao encontro dos obtidos por Santos (2001) citado em Brandão (2002) onde o autor verificou

que os alunos consideram o tempo de aula insuficiente. Os fatores que de seguida registaram maior grau de desagrado para o género feminino foi o facto de “Não ter habilidades para o desporto” (D27) respostas estas influenciadas pela junção do vaivém com o IMC, e para o género masculino o fator do “processo de avaliação ser injusto” (D25) respostas estas que foram influenciadas pela variável IMC.

No estudo de Lee, Kang & Hume (1999) citado em Brandão (2002) e de Tjeedsma, Rink, & Graham (1996) os alunos apontaram o futebol como sendo a atividade de maior agrado nas aulas de EF. Estes resultados que vão ao encontro da nossa investigação sendo apontado pelos rapazes o futsal em vez do futebol. Na nossa amostra ainda se verificou que o género feminino em ambos os ciclos de ensino aponta o basquetebol como a atividade que mais lhes agradou nas aulas, estes resultados que não vão ao encontro dos obtidos por Tannehill & Zakrajsek (1993) uma vez que os autores verificaram a modalidade de voleibol como a mais referida pelas raparigas. No nosso estudo como modalidade menos apreciada os alunos do básico e secundário referiram a ginástica, exceto no género masculino secundário que referiu a dança.

Quanto à questão “importância da EF na sua formação” (questão 35) a grande maioria dos alunos referiu como sendo esta muito importante ou importante, o que vai de encontro aos resultados obtidos por Tannehill & Zakrajsek (1993) e contrários aos obtidos por Tannehill, Romar, O’ Sullivan, England & Rosenberg (1994) onde a maioria não escolheu estas duas opções. No entanto, no nosso estudo os alunos do ensino básico do género masculino consideram esta mais importante do que os alunos do mesmo género mas do ciclo secundário, o mesmo acontece com o género feminino quando comparados os ciclos. Nas raparigas do ensino secundário a sua resposta a esta questão foi influenciada significativamente pelo nível de AF. É importante ainda referir que quando comparados os géneros dentro de cada ciclo de ensino verificamos que os rapazes tendem a referir mais que esta disciplina é importante para a sua formação ao contrário das raparigas, este resultado que vai ao encontro do sucedido no estudo de Leal e Carreira da Costa (1997), citado em Brandão (2002), onde estes verificaram que os rapazes atribuem maior importância do que as raparigas a esta disciplina.

Relativamente à questão “escolheria a EF caso esta fosse de carácter opcional” (questão 36), os nossos dados vão de encontro aos dados obtidos por Stelzer, Ernest, Fenster, & Langford (2004) na qual verificaram que os rapazes demonstraram maior interesse pela disciplina. Além disso, na nossa amostra verificou-se que no género feminino, comparando o ensino básico com o ensino secundário, parece existir mais respostas negativas aquando de escolher a disciplina caso fosse opcional. Quanto ao ensino secundário existem diferenças significativas entre os géneros mostrando que os rapazes escolheriam mais esta disciplina. É importante salientar que as respostas dos rapazes no ensino básico foram afetadas pelo nível de atividade física e pelo IMC, bem como no ensino secundário.

No que diz respeito à “importância da disciplina de EF em relação às outras” (questão 39), verifica-se que na nossa amostra os alunos tendem a achar a disciplina de EF menos importante que todas as outras disciplinas, exceto a disciplina de educação visual no ensino secundário, pois no básico o grau de importância desta disciplina é semelhante à de EF. Quanto à disciplina que a nossa

amostra refere como a mais importante, os resultados indicam a Matemática em ambos os géneros e ciclos de estudo. Além disso, quanto às disciplinas de matemática, ciências e português verifica-se que o ensino secundário considera estas mais importantes que o básico.

Quanto ao nível de preferência da disciplina (questão 40) o cenário inverte-se, uma vez que a amostra masculina e feminina, sem distinção de ciclos tende a preferir a disciplina de EF em detrimento das restantes, exceto a disciplina de Ciências no caso do género feminino. Os resultados parecem ir ao encontro dos encontrados por Colley, Comber e Hargreaves, (1994) citado em Zeng, Hipscher & Leung (2001) que referiram que os rapazes preferiam a EF e ciências, mas a nossa amostra masculina apresenta como segunda opção a matemática e só depois ciências. Comparando os ciclos de estudo verifica-se que os alunos do secundário, em ambos os sexos, tendem a preferir mais as disciplinas de Matemática e Ciências. Os alunos do ciclo básico preferem muito mais a disciplina de EF em relação às de Matemática e Ciências do que o ensino secundário.

Os resultados aqui obtidos, questão 39 e 40, vão de encontro às considerações apontadas por Andrews (1995), citado em Brandão (2002), Hardman (2000) citado em Brandão (2002) e Tannehill, Romar, O'Sullivan, England & Rosenberg (1994) que referem que apesar dos alunos gostarem mais da EF atribuem maior importância às outras disciplinas, nomeadamente à Matemática e Ciências. Os nossos dados acrescentam ainda que os alunos do ensino secundário já não preferem a disciplina de EF em relação às disciplinas supracitadas.

Apesar dos resultados obtidos nos mostrarem as atitudes e expectativas deste grupo de aluno, face à disciplina de EF é importante considerar algumas limitações que puderam influenciar negativamente os resultados. Neste sentido, podemos destacar o facto de os alunos no preenchimento do questionário não refletirem a sua verdadeira opção. Por outro lado, o facto do questionário ser longo poderá ter levado a que os alunos nas respostas finais não as lessem com atenção e a sua resposta não refletisse o que sentiam em relação à disciplina. Ainda o facto de existirem inúmeros professores a retirar os dados do Vaivém e IMC poderão ter influenciado os resultados obtidos nestes testes, apesar de existir uma linha orientadora que todas seguiram. E por fim, o facto de não estarmos presentes durante o preenchimento dos questionários poderá também ter influenciado as respostas aos mesmos, apesar de termos feito uma reunião com todos os professores a explicar a essência do mesmo.

6. Conclusões

Após concluído o trabalho de investigação relativo às atitudes e expectativas dos alunos face à disciplina de EF, no panorama atual, e analisada a bibliográfica disponível acerca do mesmo tema, é importante refletir acerca das principais conclusões retiradas.

Neste sentido, quando analisadas as respostas às questões acerca daquilo que a disciplina deveria contribuir, em ambos os ciclos de ensino e géneros, os alunos referem a melhoria da condição física e o ensino de desportos coletivos em detrimento das restantes opções, sendo importante referir que a dança é a opção menos referida, com maior evidência no género

masculino. Por outro lado, é de destacar que as raparigas do secundário consideram que a disciplina deveria contemplar mais atividades direcionadas para a melhoria da condição física, enquanto as raparigas do básico referem preferência pelas atividades direcionadas para os desportos coletivos.

Relativamente à agradabilidade, o género feminino do ensino básico realça a importância das aulas serem diversificadas, ainda neste ciclo de ensino o género masculino aponta o facto de gostar do professor. Por sua vez, tanto o género feminino como o masculino no ensino secundário realçam o facto de gostar do professor como aspeto relevante para a agradabilidade das aulas.

No que diz respeito aos fatores de desagrado tanto o género masculino como o feminino apontou o facto de o tempo de aula ser muito escasso, isto sugere que os alunos apreciam os momentos em que se encontram em prática desportiva durante as aulas de EF.

Quando analisados os dados da questão importância da EF na sua formação, pode concluir-se que a maioria dos alunos a considera como muito importante ou importante para a sua formação, sendo que o género masculino tende a atribuir-lhe um grau de importância superior que o género feminino, que poderá estar relacionado com o maior envolvimento dos sexo masculino em atividades desportivas.

Questionando a amostra sobre o carácter hipoteticamente opcional da disciplina, os resultados revelaram que os rapazes optariam muito mais pela disciplina do que as raparigas. Além disso, notou-se que as raparigas quando transitam do ensino básico para o ensino secundário optam menos por esta disciplina.

Analisando a importância da disciplina de EF em relação às outras, a maioria dos alunos considera as restantes disciplinas mais importantes que a EF, exceto a disciplina de educação visual que é considerada com o mesmo grau de importância ou menos importante. No entanto quando questionados acerca do nível de preferência da disciplina, as respostas tendem a ser favoráveis para a disciplina de EF. Nota-se, porém entre os alunos do secundário de ambos os géneros uma tendência crescente para a preferir das disciplinas de Matemática e Ciências. Isto poderá estar relacionado com o facto dos currículos escolares atuais valorizarem mais estas áreas, assim face ao grau académico que se encontram e quase a envergar pelo ensino secundário estão cientes que estas serão muito mais importantes e valorizadas na sua formação.

Em jeito de conclusão, os resultados aqui obtidos permitem ter uma melhor perceção das atitudes e expectativas que os alunos têm da EF, dando-nos dados importantes que devem ser tidos em conta para uma maior valorização da disciplina. No geral os resultados são favoráveis à disciplina, todavia é fundamental estar atento ao ensino secundário, pois atualmente o facto da nota obtida na disciplina não ser contemplada para o cálculo da média final do aluno no ciclo de estudos, parece estar a provocar nos alunos um desinteresse para com a mesma, sendo fundamental rever o programar para conseguir captar o interesse desta população.

7.Referências Bibliográficas

- Aktop, A., & Karahan, N. (2012). Physical Education Teacher's Views of Effective Teaching Methods in Physical Education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46, 1910-1913.
- Arabaci, R. (2009). Attitudes toward physical education and class preferences of Turkish secondary and high school students. *Elementary Education Online*, 8(1), 2-8.
- Bento, J. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física (3ª ed.): *Livros Horizonte*.
- Bento, J., Garcia, R. & Graça, A. (1999). Contextos da pedagogia do desporto: *Livros Horizonte*.
- Betti, M., & Liz, M. (2003). Educação física escolar: a perspectiva de alunas do ensino fundamental. *Motriz, Rio Claro*, 9(3), 135-142.
- Biddle, S., & Mutrie, N. (2008). Psychology of physical activity: Determinants, well-being and interventions (2ª ed.): London: *Routledge*.
- Brandão, D. M. R. (2002). *Espectativas e importância atribuída à disciplina de Educação Física: Estudo comparativo por género nos alunos do 12.º ano de escolaridade nas escolas secundárias do Concelho de Vila Nova de Gaia*. Universidade do Porto, Porto.
- Carlson, T. (1995). We Hate Gym: Student Alienation from Physical Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(4), 467-477.
- Ennis, C. (1996). Students' Experiences in Sport-Based Physical Education: [More Than] Apologies are Necessary. *Quest*, 48(4), 453-456.
- Graham, G. (1995). Physical Education through Students' Eyes and in Students' Voices: Implications for Teachers and Researchers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(4), 478-482.
- Hagger, M., Chatzisarantis, N. & Biddle, S. (2002). A meta-analytic review of the theories of reasoned action and planned behavior in physical activity: predictive validity and the contribution of additional variables. *Journal of Sport & exercise psychology*, 24, 3-32.
- Hardman, K. (2008). The situation of physical education in schools: A European perspective (Vol. 9): *Human Movement* 9(1), 5-18.
- Koca, C., Asci, F., & Demirhan, G. (2005). Attitudes toward physical education and class preferences of Turkish adolescents in terms of school gender composition. *ADOLESCENCE-SAN DIEGO*, 40(158), 365.
- Ledent, M., Cloes, M., Telama, R., Almond, L., Diniz, J., & Piéron, M. (1997). Participation des jeunes européens aux activités physiques et sportives. *Sport*, 159/160, 61-71.
- Lee, A. M. (2002). Research Lecture: Promoting Quality School Physical Education: Exploring the Root of the Problem. *Research Quarterly for Exercise and sport*, 73(2), 118-124.
- Luke, M., & Sinclair, G. (1991). Gender differences in adolescents' attitudes toward school physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11(1), 31-46.
- Mitchell, M. (1993). Situational interest: Its multifaceted structure in the secondary school mathematics classroom. *Journal of Educational Psychology*, 85(3), 424.

- Portman, P. (1995). Who Is Having Fun in Physical Education Classes? Experiences of Sixth-Grade Students in Elementary and Middle Schools. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14(4), 445-453.
- Rice, P. (1988). Attitudes of High School Students toward Physical Education Activities, Teachers, and Personal Health. *Physical Educator*, 45(2), 94-99.
- Rikard, G., & Banville, D. (2006). High school student attitudes about physical education. *Sport, Education and Society*, 11(4), 385-400.
- Sardinha, L. (2008). *Fitnessgram: Manual de aplicação de testes (2ª ed.) FMH edições.*
- Scully, D., & Clarke, J. (1997). Gender issues in sport participation. In Kremer, J., Trew, K. & Ogle, S. (Eds.), *Young People's Involvement in Sport*, (25-56). London: Routledge.
- Siedentop, D. (1987). High school physical education: Still an endangered species. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 58(2), 24-25.
- Silverman, S., & Subramaniam, P. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: a review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19(1), 97-125.
- Smoll, F., & Schutz, R. (1980). Children's attitudes toward physical activity: A longitudinal analysis. *Journal of Sport Psychology*, 2, 137-147.
- Stelzer, J., Ernest, J. M., Fenster, M. J., & Langford, G. (2004). Attitudes toward Physical Education: A Study of High School Students from Four Countries-Austria, Czech Republic, England, and USA. *College Student Journal*, 38(2), 171.
- Subramaniam, P. R., & Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 23(5), 602-611.
- Tannehill, D. Romar, J., O'Sullivan, M., England, K., & Rosenberg, D. (1994). Attitudes toward Physical Education: Their Impact on How Physical Education Teachers Make Sense of Their Work. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13(4), 406-420.
- Tannehill, D., & Zakrajsek, D. (1993). Student attitudes towards physical education: A multicultural study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13, 78-8.
- Tjeerdsma, B., Rink, J. & Graham, K. (1996). Student perceptions, values, and beliefs prior to, during, and after badminton instruction. *Journal of Teaching in physical education*, 15, 464-476.
- Zeng, H., Hipscher, M. & Leung, R. (2011). Attitudes of high school students toward physical education and their sport activity preferences. *Journal of Social Sciences* 7(4): 529-537.