



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico

Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira.

Pedro Miguel Barata Araújo

Relatório para obtenção do Grau de Mestre na especialidade de
Ensino de Educação Física no Ensino Básico e Secundário
(2º ciclo de estudos)

Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

Covilhã, Junho de 2013



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico

Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira

Pedro Miguel Barata Araújo

Relatório para obtenção do Grau Mestre na especialidade de
Ensino de Educação Física no Ensino Básico e Secundário

Orientador: Professor Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

“...O Desporto faz parte da herança de todos os homens e mulheres e a sua ausência nunca poderá ser compensada...”

Pierre de Coubertin

Agradecimentos

Sendo que este trabalho é um marco final no término desta importantíssima etapa, esta tem reflexões a todos os níveis desde o pessoal, académica e profissional. Assim pretendo aqui deixar alguns agradecimentos às pessoas que de uma forma ou outra contribuíram para o sucesso da mesma. Com o finalizar deste percurso e aquisição de novas experiencias existem sempre pessoas que vão deixar a sua marca pela positiva.

Pretendo então agradecer ao meu Orientador de Escola Carlos Vieira, inicialmente por ter aceitado este cargo e depois pelo seu contributo, linhas orientadoras e correções efetuadas na intenção de melhorar o meu processo pedagógico.

Seguidamente agradecer ao Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira que foi a Escola que se disponibilizou para que eu efetuasse o meu estágio pedagógico. De referir que dela fazem parte a direção, professores, funcionários e em especial a todos os Professores que compunham o grupo de Educação Física pois eles foram um grande apoio durante esta etapa. Conseguiram-me ajudar e facilitar as coisas para que tudo corresse da melhor forma, dando as suas opiniões, críticas e até mesmo correções, mas no final sempre uma palavra amiga como incentivo.

Agradecer ao meu colega de Estágio Didier Santos pois mostrou-se sempre disponível para colaborar em tudo, revelando-se um grande pilar no êxito deste ano letivo.

Ao Professor Doutor Júlio Martins, orientador pedagógico da Universidade da Beira Interior, pelos seus muitos ensinamentos transmitidos e pelo acompanhamento prestado ao longo destes dois anos do 2º ciclo de estudos.

Agradecer também aos Professores Aldo Costa e Daniel Marinho pelo acompanhamento e auxílio em todas as tarefas adjacentes à cadeira de Seminário I e II.

O meu agradecimento estende-se também aos meus amigos Hugo Dias, Ivo Salgueiro, Marcelo Louro e João Vala por esta amizade e companheirismo demonstrado ao longo do percurso académico.

O meu agradecimento à Ana Roxo pois ela mostrou-se sempre compreensível e motivadora no sentido de eu lutar por um dia seguinte melhor.

Agradecimento especial aos meus pais João Araújo e Lurdes Araújo por serem um exemplo de vida para mim e por me transmitirem todas as atitudes e valores necessários para vencer esta “batalha”. A eles um muito obrigado pois mostraram-se sempre disponíveis e compreensivos a todos os níveis (afetivo, emocional e financeiro).

Por fim deixar a todos os que de forma direta ou indireta me apoiaram e auxiliaram nesta caminhada em busca do sucesso, um muito Obrigado.

Resumo

Capítulo 1

Em suma do trabalho efetuado no ano letivo 2012/2013, no âmbito do Estágio Pedagógico em Ensino de Educação Física realizado no Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira foram abordados e exercitados certos conteúdos previstos nos objetivos do mesmo.

O objetivo principal deste relatório é descrever todo o percurso efetuado durante o ano letivo 2012/2013, procurando demonstrar todas as minhas atividades de carácter pedagógico desenvolvidas. De salientar o facto que todas as atividades foram desenvolvidas com o maior rigor, de forma a efetuar os melhores procedimentos enquanto Professor Estagiário, percebendo claramente que após algumas falhas existentes estas poderiam e deviam ser melhoradas. Seguidamente falo dos planeamentos e estratégias a adotar com cada ciclo de ensino, visto que lecionei um 7º ano e um 12º ano. Consecutivamente faço uma breve descrição de todas as atividades não letivas realizadas, algumas delas pertencentes ao grupo de Educação Física e outras exclusivamente ao núcleo de estágio. Por fim faço um breve balanço do que foram os pontos positivos e negativos identificados ao longo do ano letivo.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Educação Física, Professores, Lecionação, Escola.

Capítulo 2

No contexto educativo a avaliação é sempre um problema pela sua grande dificuldade. Os elementos ou ações que pretendemos avaliar até poderão ter os critérios bem definidos, mas esta será sempre condicionada por quem a vai fazer. Existem alguns fatores que poderão servir de justificação para estas ambiguidades, como é o caso dos anos de experiência do Professor, o conhecimento mais ou menos profundo da modalidade que está sob avaliação, o poder observacional que cada professor tem para descodificar a informação pertinente das ações entre outros fatores. Desta forma o objetivo deste trabalho foi averiguar o desempenho observacional para dois grupos de Professores (Estagiários e Experientes) sendo que os resultados destes poderiam ser sempre comparados com uns Especialistas da modalidade em causa. O teste foi feito em alunos de 7º ano e 12º ano. Assim realizou-se um vídeo numa situação de basquetebol 3x3, em que os diferentes grupos iriam preencher uma grelha de avaliação obedecendo aos critérios de êxito retirados do programa de Educação Física, atribuindo uma nota por ação e uma final. Foram calculados os valores da média de cada grupo, desvio padrão, critérios não identificados no filme, os critérios com mais peso na atribuição da nota final e análise estatística para verificar se existiam diferenças significativas entre os grupos. Com este estudo pretende-se esclarecer se a experiência dos

Professores poderá estar ligado ao desempenho observacional e ao rigor na atribuição das notas.

Palavras-chave: Desempenho observacional, Avaliação, Professores Estagiários e Experientes, Educação Física.

Abstract

Chapter 1

In short, in the work done in the school year 2012/2013, under the Teacher Training in Teaching Physical Education in Schools Group Jose Sanches and São Vicente da Beira, were discussed and exercised certain content provided on the objectives.

The main objective of this report is to describe the entire journey made during the school year 2012/2013, seeking to show all my pedagogic activities developed. To emphasize the fact that all activities were conducted with the utmost accuracy in order to make the best procedures as a teacher trainee, clearly realizing that after a few flaws they could and should be improved. Then I speak of the planning and strategies to adopt with each cycle of education, since I taught a 7th year and 12th year. After that I do a brief description of all activities not performed, some of which belong to the group of Physical Education and other exclusively to the core stage. Finally I make a small conclusion of what were the strengths and weaknesses identified during the school year.

Keywords: Teacher Training, Physical Education, Teachers, School

Chapter 2

In the educational context, the evaluation is always a problem for its great difficulty. The elements or actions that we intend to evaluate, they may have the criteria well defined, but this will always be conditioned by the person that do it. There are some factors that may serve as a justification for these ambiguities, such as the years of experience of the teacher, the more or less deep knowledge of the sport that is under evaluation, the observational power that each teacher has to decode the relevant information of the actions, among other factors. Thus the aim of this study was to evaluate the observational performance for two observational groups of teachers (Trainees and Experienced) and the results of these could always be compared with modality experts group. The test was done on students in year 7 and year 12. So we made a video of a basketball situation of 3x3 and different groups would fill an evaluation grid according to the criteria of success removed from the Physical Education program, assigning a grade per action and a final. We calculated the mean values

of each group, standard deviation, statistical analysis to determine whether there were significant differences between groups, criteria not identified in the film and finally the criteria with more weight in the assignment of the final grade. This study aims to clarify whether the experience of teachers can be linked to performance and the observational accuracy in the assignment of grades.

Keywords: Observational Performance, Assessment, Trainees and Experienced Teachers, Physical Education.

Índice

Capítulo I (Estágio Pedagógico)	1
1 - Introdução	1
1.2- Objetivos	2
1.2.1- Objetivos do Estagiário	2
1.2.2- Objetivos da escola e do grupo de Educação Física	3
1.3- Metodologia	4
1.3.1- Caracterização Geral da Escola, oferta educativa e caracterização geral da amostra	4
1.3.2- Lecionação	6
1.3.2.1- Caracterização da Amostra do Núcleo de Estágio	6
1.3.2.2- Planeamento	7
1.3.2.3- Descrição e Análise	9
1.3.2.3.1- Turma 7º C	10
1.3.2.3.2- Turma 12º A	13
1.3.3- Reflexão	16
1.4- Recursos Estruturais, Materiais e Humanos	17
1.5- Direção de Turma	20
1.6- Atividades não letivas	21
1.6.1. Desporto Escolar	21
1.6.2. Atividades do Grupo de Educação Física	23
1.6.3. Atividades do Grupo de Estágio	24
1.7- Reflexão (Pontos Positivos e Negativos)	27
1.8- Considerações Finais	29
1.9- Referencias Bibliográficas (Cap I)	30
Capítulo II (Seminário de Investigação em Ciências do Desporto)	31
2.1- Introdução	34
2.2.- Metodologia	36
2.2.1.- Amostra	36
2.2.2.- Procedimentos	36
2.3.- Análise Estatística	37
2.4.- Apresentação de Dados	38
2.5.- Discussão de Resultados	42
2.6.- Limitações do Estudo	44
2.7.- Conclusões	44
2.8.- Referências Bibliográficas	45
Anexos	47
Plano de Aula	48
Plano de treino do Desporto Escolar	50
Plano Anual do 7º C	51

Índice dos Quadros

Quadro 1: Tabela de avaliação dos alunos que não realizam a prática do 3º ciclo	12
Quadro 2: Parâmetros de avaliação do 3º Ciclo	12
Quadro 3: Tabela de avaliação dos alunos que não realizam a prática do Secundário	15
Quadro 4: Parâmetros de avaliação do Secundário	15
Quadro 5: Alunos distribuídos por Agrupamento	19
Quadro 6: Pessoal Docente distribuído por Agrupamento	19
Quadro 7: Pessoal Não Docente distribuído por Agrupamento	20
Quadro 8: Tabelas das médias das notas dos diferentes grupos de Professores	38
Quadro 9: Tabelas do Desvio Padrão dos diferentes grupos de Professores	39
Quadro 10: Tabela do Mann-Whitney Test para o 7º Ano	39
Quadro 11: Tabela do Mann-Whitney Test para o 12º Ano	40
Quadro 12: Tabela dos critérios “Não Identificados”	40
Quadro 13: Tabela dos “Critérios de êxito mais escolhidos”	41

Índice das Figuras

Figura 1: Fotos da minha participação nas atividades não letivas	23
Figura 2: Fotos da atividade “Compal Air”	26

CAPÍTULO 1 (ESTÁGIO PEDAGÓGICO)

1- INTRODUÇÃO

A seguinte reflexão procura analisar o trabalho desenvolvido no Estágio Pedagógico inserido no Mestrado em Ensino de Educação Física no 3º Ciclo e Secundário ao longo do ano letivo 2012/2013 em todos os seus campos. A parte à qual cabe ser Professor estagiário na disciplina de Educação Física, este foi efetuado no Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira.

Neste campo, o mais próximo da realidade que vamos encontrar enquanto futuros este é extremamente produtivo e marcante, pois vamos de passar de uma fase mais teórica para aplicabilidade no campo real de prática. Neste é onde verdadeiramente se descobre o que é o Ensino e onde se encontram as dificuldades do Professor, aí faremos uso dos nossos conhecimentos adquiridos ao longo dos anos de formação superior para os tentar resolver da forma mais correta.

No início desta etapa para além da grande motivação por darmos início à componente prática de lecionação também as expectativas, as dúvidas e os receios eram elevados. Com o passar dos dias e das aulas lecionadas o à vontade vai aumentando e com as ajudas/orientações do orientador e dos restantes docentes de Educação Física que iam dando as suas opiniões/ alguns exemplos de experiências vividas iam-nos abrindo algumas portas.

A prática pedagógica é mais do que a parte de lecionação propriamente dita, mas para que essa parte esteja bem estruturada/organizada e resulte num processo ensino aprendizagem bem sucedido é necessário que exista um conjunto tarefas como planeamentos anuais, de aula, relatórios, registos, atividades, atas que suportem e sustentem tudo o que será desenvolvido ao longo do ano letivo. O contexto “Escola” é complexo por isso exige uma grande responsabilidade, consciência e disponibilidade para quem exerce.

Desta forma e não tentando defraudar as expectativas criadas, apostando num ano bem-sucedido tive de me adaptar. A realidade da Escola é ligeiramente diferente da formação que tinha tido até ao momento o que fez que este não fosse um caminho passivo, mas sim ativo em busca de soluções.

Posso considerar que neste ano letivo foi um grande expositor de vivências e emoções pois puseram-me à prova naquilo que mais ambicione e batalhei nos anos de formação para um futuro risonho em termos profissionais. Neste ano de aprendizagem (Professor Estagiário) certamente foram abertos outros campos de visão relativamente ao processo ensino aprendizagem, estimulando uma componente análise diferente que faz com que sejamos ao mesmo tempo mais perfeccionistas e críticos daquilo que fazemos. Desta forma nesta reflexão do ano letivo pretende-se mostrar todos os aspetos principais de que foi composto a prática

pedagógica fazendo um resumo de todas as funções e atividades inerentes ao cargo de Professor Estagiário com uma fundamentação crítica e rigorosa.

1.2- OBJETIVOS

1.2.1. - OBJETIVOS DO ESTAGIÁRIO

O estágio pedagógico realizado durante um ano letivo é uma etapa extremamente importante na formação dos professores. Nesta etapa os professores estagiários exercitam sobre uma situação prática real. O estagiário é supervisionado por um orientador da Escola onde está inserido bem como um orientador da Universidade da Beira Interior, mais propriamente um docente do mestrado via Ensino de Educação Física. A estes intervenientes ainda se juntam toda a comunidade escolar principalmente o grupo de Educação Física, pois vai ser este que regulamenta atividades, define datas e aprova ou rejeita novas propostas de atividades.

De forma mais geral todo e qualquer docente tem como responsabilidade cumprir com regras de boa conduta pessoal, pontualidade, sensatez nas decisões porque o docente não o exerce só enquanto regente de uma disciplina específica mas também faz servindo de exemplo e de promotor de bons princípios, logo o professor Estagiário não foge à regra.

O Professor Estagiário efetivamente tem como objetivos desenvolver, aprofundar, aplicar e investigar conhecimentos adquiridos durante o 1º e 2º ciclo de estudos bem como formas de lecionar, procurando dar melhor e mais adaptada resposta na forma como a leciona (transmissão dos conhecimentos).

Sendo este um ano importante, o Professor Estagiário não perdendo o rigor e responsabilidade, deve procurar vivenciar o maior número de experiências possíveis, para que possa perceber quais os feedbacks/retrospectivas dados pelos alunos ou pelas análises feitas posteriormente às tomadas de decisão. Para Sarmento, P. (2004), estudar a aprendizagem significa pensar “situações de aprendizagem”, para que a multiplicidade de influências que se confrontam não permita supor que aprender é um simples fenómeno aleatório, fruto do acaso. O mesmo autor defende que a aprendizagem é uma variável não observável, mas que se manifesta pelo comportamento expresso.

Procura executar planificações a curto, médio e longo prazo, visto que elas podem ir desde planeamentos anuais a planeamentos de aula. Nestas planificações tem de se ter em conta não só apenas o cumprimento do currículo referente ao ano que realizamos a leção bem como o fator de motivação, gosto pela disciplina e o incentivo a hábitos de vida saudável.

As planificações têm de conter objetivos pedagógicos claros e pertinentes, não fugindo da linha de orientação que é exigida pelos programas de Educação Física. Assim procura-se definir metas atingíveis após uma análise cuidada das turmas a que vão leccionar, para que estes estejam adaptados ao contexto em que se insere.

Realizar, avaliar e criticar os planos de aula no que diz respeito à sua aplicação, para que sejam fundamentados cientificamente, garantindo que as escolhas feitas sobre os conteúdos a leccionar foram em consonância com o programa de Educação Física.

O tempo efetivo da aula não termina aos esta ser lecionada, posteriormente cabe ao estagiário elaborar um relatório dos pontos fortes e fracos como critica construtiva de forma que futuramente não efetue os mesmo erros.

Uma das tarefas dos professores é avaliar, este campo é bastante complexo pois há vários fatores que podem interferir com esta. O professor estagiário vai ter esta função e aqui certamente com muitas dificuldades, embora ele tenha a responsabilidade de efetuar avaliações de forma correta e justa.

O professor estagiário exerce ainda funções como membro “ativo” em cargos de direção de turma, reuniões de departamento e grupo.

Como complemento às aulas de educação física e como forma de garantir que todos possam praticar desporto competição existe o Desporto Escolar. Neste campo cabe aos professores de Educação Física como especialistas da área desenvolver e garantir o seu desenvolvimento em diferentes modalidades, assim o professor Estagiário exerce também funções nesse campo auxiliando um grupo de equipa.

Desta forma e com um número elevado de experiencias em diferentes campos do contexto escolar permite-nos dizer que o estágio pedagógico serviu alargar conhecimentos, desenvolver capacidades de liderança, comunicação, argumentação e raciocínio. Estas vertentes foram todas espoletadas no ato da didática disciplinar, em que fundamentamos as estratégias de ensino, prespetivando o trabalho de equipa como um fator de enriquecimento e de formação.

1.2.2 - OBJETIVOS DA ESCOLA

Os objetivos da escola onde estagiei, segundo o que apresenta o Projeto Educativo 2012/2013, este visa:

- Melhorar os resultados escolares dos alunos, especialmente nas áreas em que se registam maiores níveis de insucesso;

- Prevenir o insucesso e o abandono escolares;
- Incentivar a participação dos diferentes membros da comunidade na vida escolar, desenvolvendo sentido de pertença ao Agrupamento e ativando os mecanismos de projeção da sua imagem de qualidade;
- Melhorar a qualidade de vida dos intervenientes na comunidade escolar (alunos, funcionários, professores e famílias), promovendo hábitos e estilos de vida saudáveis, num ambiente saudável e seguro.

1.3 - METODOLOGIA

A metodologia utilizada neste relatório tem por base a intervenção na escola. Toda esta intervenção tem inserida a componente letiva e não letiva. Desta forma começarei por descrever um breve resumo do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira. Seguidamente farei uma caracterização das turmas que lecionei e uma descrição pormenorizadamente o planeamento aplicado a cada turma. Por fim farei uma análise das atividades não letivas que foram desenvolvidas por mim durante o ano letivo referente.

1.3.1 - Caraterização geral da Escola, oferta educativa atual e caraterização geral da amostra.

O meu estágio foi realizado no Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira. Este Agrupamento de Escolas está inserido na Direção Regional do Centro. A sede do Agrupamento de Escolas é em Alcains, uma vila situada no distrito de Castelo Branco e concelho de Castelo tem cerca de 8000 mil habitantes. As freguesias envolvidas no agrupamento/ território educativo são: Alcains (onde se situa a sede do Agrupamento), Cafede, Escalos de Cima, Lousa, Lardosa, Póvoa de Rio de Moinhos, Tinalhas e São Vicente da Beira.

O Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira insere-se numa orientação global da política educativa intimamente ligada ao novo regime legislativo de autonomia, administração e gestão dos estabelecimentos públicos dos vários níveis de ensino. Trata-se de uma unidade organizacional subordinada à existência de um projecto educativo comum, com vista a favorecer um percurso escolar sequencial e articulado dos alunos abrangidos pela escolaridade obrigatória na sua área geográfica de implantação. Ao formar-se o Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira pretendeu-se reforçar os laços pedagógicos entre estabelecimentos de educação até então dispersos, desde o Jardim de Infância à Escola Secundária, numa estratégia de valorização da sequencialidade das diversas etapas educativas envolvidas. Racionalizar meios e rentabilizar recursos administrativos,

materiais e humanos foram outros dos objectivos subjacentes à formação do Agrupamento de Escolas.

Inserida também como Escola onde efetuei algumas atividades do estágio nomeadamente o Desporto Escolar temos a Escola Básica Integrada de São Vicente da Beira, antiga sede de concelho, localiza-se junto à Serra da Gardunha, a Noroeste de Castelo Branco. Situada a uma altitude de 700 metros, a Vila de S. Vicente da Beira, dista cerca de 30 km de Castelo Branco e 23 km do Fundão, sendo servida pela estrada nacional nº 352.

O Agrupamento de Escolas de São Vicente da Beira, situado na vila que lhe deu o nome é constituído por uma Escola Sede, a E.B.I/JI., sendo que as restantes escolas do Agrupamento integram a Educação Pré-Escolar e o 1º Ciclo a funcionar nas seguintes localidades: Louriçal do Campo e Sobral do Campo.

A Escola Sede funciona desde 1997 num único edifício construído para o efeito, com ginásio e um campo de jogos exterior, de referir ainda que, leciona desde o Pré-escolar até ao 3º Ciclo do Ensino Básico. Neste edifício de três pisos, funcionam também os Serviços Administrativos, o Centro de Recursos/Biblioteca, o Refeitório, o Bufete, a Sala de Pessoal Não Docente, a Sala de Convívio dos alunos, a Papelaria, a Reprografia, o gabinete de Diretores de Turma/Sala de Reuniões, Gabinete de Trabalho do Ensino Especial, a sala dos Professores e os gabinetes do Diretor e da sua Equipa de Gestão.

Os estabelecimentos escolares do Agrupamento servem os seguintes aglomerados populacionais:

- São Vicente da Beira: Casal da Fraga, Casal da Serra, Mourelo, Paradanta, Partida, Pereiros, Tripeiro, Violeiro e Vale de Figueira.
- Alameda: Ribeira d`Eiras, Rochas de Cima, Rochas de Baixo, Ingarnal, Paiágua, Valbom, Padrão, Martim Branco, Lameirinha;
- Louriçal do Campo: Torre, São Fiel;
- Sobral do Campo: Quinta das Bedaneiras,
- Ninho do Açor.

Ainda de referir que, por ter também escola, a Casa de Infância e Juventude “Tapada da Renda” está referenciada como pertencente ao agrupamento.

Quanto há Oerta Educativa o Agrupamento apresenta a seguinte distribuição dos alunos:

- 10 turmas do 2º Ciclo do Ensino Básico Geral
- 13 turmas do 3º Ciclo do Ensino Básico Geral

- 4 turmas do Secundário do Ensino Científico Humanístico de Ciências e Tecnologias
- 3 turmas de Secundário em Cursos Profissionais uma de Técnico de apoio à Gestão Desportiva e duas turmas de Técnico de Turismo ambiente e rural.

1.3.2 - Lecionação

1.3.2.1 - Caracterização da Amostra do Núcleo de Estágio

Relativamente à amostra total anteriormente referida, apenas foi concedida a responsabilidade ao núcleo de estágio de efetuar o acompanhamento de duas turmas, uma de 7º ano e outra de 12º ano. O formato ficou definido com o orientador que seria metade do ano letivo um estagiário com uma turma e outro com a outra, chegando a meio do ano era realizada a troca. Esta mudança permitia uma maior experiência de lecionação em diferentes ciclos de ensino. Assim sendo passo a descrever numa análise pormenorizada as turmas constituintes do núcleo de estágio.

Turma 7º C

A turma do 7º C pertencia ao ensino básico regular, era constituída por 15 alunos, dos quais 11 eram rapazes e 4 raparigas. Ao nível socioeconómico esta turma apresentava um nível bastante heterogéneo, pois apresentava pais em que ambos se encontravam desempregados e apresentava outros que um deles era enfermeiro e outro funcionário de escritório embora de uma forma geral o nível socioeconómico era considerado médio.

As aulas desta turma eram lecionadas as quintas e sextas - feiras, sendo que nas quintas-feiras era apenas um bloco de 45 minutos e era dado entre as 11h05 e as 11h50, o bloco da sexta já era de 90 minutos e era dado entre as 12h00 e as 13h30. De uma forma sucinta e através das experiências vividas ao longo do ano letivo podemos caracterizar a turma na disciplina de Educação Física com um aproveitamento de uma forma geral bom, pois não houve nenhum aluno que apresentasse um resultado final negativo. Relativamente ao comportamento este de uma forma geral também é bom excepto dois alunos que por vezes se excedem quanto à brincadeira, desatenção e alguns comportamentos menos apropriados para uma sala de aula. Contudo e com algumas chamadas de atenção ou até mesmo com algumas sanções ao nível das ocorrências na aula estes acabam por melhorar o seu comportamento, facilitando/retomando o bom funcionamento da aula.

Turma de 12º A

A turma de 12ºA, da escola Secundária de Alcains, é constituída por 37 alunos: sendo que 26 estão inscritos à disciplina de Educação Física e 11 estão a realizar melhorias de notas e/ou melhorias de notas à outras de disciplinas tendo já realizado aproveitamento à disciplina

de EF, no(s) ano(s) anteriores. Sendo que dos 26 alunos que realizaram as aulas de EF, 15 estão inseridos no Curso científico e 11 no Curso Profissional de Desporto. De referir ainda, que no grupo dos alunos inscritos a disciplina de EF, 12 são do género Masculino e 14 do género feminino, e ainda que a média de idades é de 17, 67 anos. Nenhum aluno apresentou atestado de forma perante, tendo realizado as aulas de forma regular, apenas a uma aluna foi diagnosticada uma mal formação do menisco do joelho esquerdo em meados do mês de abril, sendo que não realizou mais aulas a partir dessa data.

Quanto aos encarregados de educação, na maioria é a mãe que assume essa responsabilidade (18 alunos), mas em 11 casos é o próprio aluno o seu encarregado de educação. De referir ainda que é 7 casos é o pai que assume as funções e 1 aluno tem por encarregado de educação 1 tio ou uma tia. Acerca das habilitações dos encarregados de educação somente 8, tem o ensino superior, sendo que 18 tem o 4º ano (1º ciclo de ensino), 11 tem escolaridade ao nível do 2º ciclo (preparatório), 16 o 3º ciclo e outros 16 ao nível do secundário (10º, 11º e 12º ano de escolaridade. A maioria dos pais dos alunos trabalham por conta de outrem, e só se verificaram 4 casos de desemprego, em que num caso é referente ao pai e a mãe de um aluno. As profissões são variadas, tendo uma maioria emprego na fabrica Dielmar que se situa na freguesia. Tirando a situação descrita anteriormente, os alunos não apresentam dificuldades socioeconómicas.

No item do aproveitamento dos alunos que frequentavam as aulas de EF (26), a maioria não apresenta dificuldades de aprendizagem, salvo alguns casos pontuais, apresentando negativas, sobretudo nas disciplinas de Português e Matemática.

Relativamente ao comportamento da turma, o Conselho de Turma considerou que era bom, para o curso geral e satisfatório em relação ao curso tecnológico de Desporto. Os alunos são de um modo geral, participativos, e salvo algumas conversas paralelas, são respeitadores dos professores e colegas. Foi considerado, ainda que os alunos do tecnológico de Desporto, tem maus hábitos de trabalhado sendo classificados de “preguiçosos” e a atenção nas aulas.

1.3.2.2 - Planeamento

O planeamento é o pilar da organização da didática letiva pois sem ela perdemos uma linha de orientada fidedigna que poderá nos levar para caminhos que não são os que pretendemos alcançar no final.

Metzler & Young (1984) verificaram que um planeamento eficaz pode melhorar o tempo potencial de aprendizagem, influenciando as oportunidades educativas dos alunos. Byra & Coulon (1994) verificaram que o planeamento parece ser um processo decisivo para a utilização de comportamentos de ensino eficazes na relação pedagógica.

Segundo Siedentop, D. (2008), a capacidade de preparar um programa estimulante e válido constitui um dos aspetos fundamentais de um Professor de Educação Física, sendo que uma preparação eficaz promove o empenho, o que proporciona que mais facilmente sejam atingidos os objetivos propostos.

A literatura destaca que as decisões de planeamento do professor têm reflexos sobre o processo de ensino. Assim, a forma como o professor estrutura e realiza o ensino, está intimamente relacionado com os seus processos de cognição e tomada de decisão e estes por sua vez com os comportamentos e os efeitos observáveis na turma. Neste sentido Bento, J. O. (1998), define planeamento como uma reflexão pormenorizada acerca da duração e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina, catalogando o plano como um modelo racional, na medida em que permite antecipadamente reconhecer e regular o comportamento atuante, tendo como função motivar e estimular os alunos para as aulas, transmitir vivências e experiências, racionalizar a ação e, simultaneamente, orientar e controlar toda a dinâmica inerente.

No dia 3 de Setembro de 2012 foi o dia da apresentação à Escola, este dia foi previamente ao início das aulas propriamente dito, pois foi necessário algumas reuniões com o Orientador de Estágio, com o objetivo de definir o que seria necessário desenvolver ao longo do ano e como iria ser feito o funcionamento da lecionação, planeamentos, que turmas, que horários, que atividades teríamos de desenvolver.

Desta forma e em concordância entre as partes e sobre algumas normas pela qual o Agrupamento se rege e por atividades inseridas no planeamento anual de atividades estes foram fatores que influenciam o planeamento anual de cada turma. Então foi efetuada uma reunião de Grupo - Educação Física no sentido de definir esse planeamento anual de atividades, objectivos dos grupos de equipa no Desporto Escolar, ponderações das avaliações para os diferentes ciclos e definição da rotação dos espaços físicos de aula para que cada professor soubesse o espaço que lhe competia. Após o conhecimento dos pontos anteriormente referidos foi feita a distribuição das turmas pelos Professores Estagiários e os grupos de equipa de Desporto Escolar a que cada um estaria responsável.

Posteriormente começaram as reuniões com o Orientador de Estágio de forma a definir alguns assuntos em termos de organização do ano lectivo. Então ficou definido que cada Professor Estagiário seria responsável por uma turma do nosso orientador e neste caso seria uma turma 7º ano até meio do ano e o outro com a de 12º ano, chegando ao meio do ano era efetuada a troca de turma para que ambos pudessem passar pela experiência de leccionar em diferentes ciclos de ensino. Cada estagiário ficava a auxiliar um Grupo de equipa do Desporto escolar e no acompanhamento da direcção de turma(um no 7º ano e outro no 12º ano), cada um teria de ser secretário nas reuniões, efetuando as atas das mesmas.

Após a distribuição das tarefas possibilitou-nos que cada um de nós efectuasse um planeamento a longo prazo com o planeamento anual de cada turma distribuindo pelos períodos as diferentes modalidades obrigatórias e com as aulas previstas que compunham

cada uma. Depois a distribuição das modalidades pelas aulas concretizou-se operacionalização das Unidades Didáticas, que Segundo Bento, J. O. (1998) são partes indispensáveis do programa de uma disciplina, na medida em que ostentam quer ao professor quer aos alunos, etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem, sendo nesta fase que decorre a maior parte da delineação e da docência do Professor. As unidades didáticas são elementos que possuem toda a informação importante sobre os domínios que devemos lecionar. Os domínios contemplam nas unidades didáticas são o psicomotor, cognitivo e sócio - afetivo.

Para se poder controlar se o processo estar a ser feito corretamente temos de efetuar as avaliações. Avaliar bem o desempenho de um aluno é tão importante como ensinar esse aluno, pois sem avaliação torna-se difícil compreender seu processo de aprendizagem e os efeitos positivos da prática docente” (Sebalch et al 2010, p. 147).

Segundo Siedentop (1998), as etapas importantes deste processo são: determinar os objetivos a atingir, voltar a formular estes objetivos como comportamentos, determinar critérios e níveis de êxito específicos, recolher dados sobre o nível base, atender aos objetivos utilizando estratégias específicas e medidas regulares e assumir a responsabilidade do seu próprio ensino, ou seja, detetar possíveis falhas no processo ensino aprendizagem. Assim podemos dizer que existem três tipos de avaliação, estas poderão ser diagnosticas, formativas ou sumativas. Desta forma podemos descrever cada uma destas avaliações individualmente, segundo Santos (2005) este diz que a avaliação diagnostico refere-se à identificação do nível inicial de conhecimento dos alunos numa determinada área, bem como a averiguação das características e particularidades individuais e grupais dos alunos. Assim esta veio facilitar o processo de planificação das unidades didáticas, pois facilitou a adaptação dos níveis dos alunos a diferentes graus de aprendizagem. Quanto à Avaliação Formativa esta segundo Almeida (2009) é aplicada no decorrer do processo ensino-aprendizagem e tem como principal objetivo informar os alunos sobre o seu rendimento e a sua situação perante a matéria que estão a executar, dando novos alinhamentos sobre o que têm de atingir. Por último, temos a Avaliação Sumativa que segundo (Siedentop, 1991) visa classificar os alunos segundo uma escala de níveis de aproveitamento de ensino-aprendizagem. Esta avaliação é baseada em três domínios fundamentais, Domínio Socio-afetivo (Assiduidade, Atitudes e Valores, Autonomia e Responsabilidade), Domínio Cognitivo (Aula, Trabalho e Teste) e o Domínio Psicomotor (as mais variadas modalidades através das ações técnico taticas

1.3.2.3- Descrição e Análise

A primeira semana de aulas efetivas das duas turmas constituintes do Núcleo de Estágio foi feita com uma breve apresentação do Docente Carlos Vieira e dos Estagiários Pedro Araújo e Didier Santos. Neste sentido pretendeu-se explicar que ele seria o professor regente da disciplina de Educação Física mas que ao longo do ano estariam sob as ordens dos Professores Estagiários que eles iriam assumir com todas as responsabilidades a turma. A partir desse momento inicial para a frente tudo foi orientado pelos Estagiários. Nessa mesma aula foram apresentadas as modalidades a lecionar, sistemas de avaliação e as regras de

funcionamento das aulas ao longo do ano. Isto foi o procedimento para a turma do 7º ano, para a turma de 12º ano as orientações não foram muito diferentes se bem que estes já têm uma palavra a dizer na escolha de algumas modalidades, assim foram-lhes apresentadas as possibilidades e eles por unanimidade escolheram as modalidades de preferência.

1.3.2.3.1- Turma 7º C

Dando seguimento ao efetuado na primeira semana cada estagiário ficou incumbido com a sua turma e mim na primeira metade do ano coube-me lecionar ao 7º ano. Então esta primeira aula de forma mais autónoma foi extremamente importante, pois serve para tentar conhecer os alunos individualmente e transmitir todas as regras, organizações e funcionamentos da aula. Nesta aula foi passado um questionário de caracterização individual dos alunos e dos seus Encarregados de Educação para poder ter acesso a uma informação mais precisa de cada um, ao nível socioeconómico, informação do encarregado de educação, habilitações, residência, naturalidade, número de irmãos, entre outras.

Quanto às modalidades que iriam ser abordadas no 1º período estas passariam pelos testes de aptidão física do FitnessGram (bateria de testes Fitnessgram (The cooper institute for aerobics research (2007) definido e usada pelo Agrupamento de Escolas), Andebol, Badminton e ainda algumas modalidades do Atletismo como a corrida de estafetas e salto em comprimento. Após as escolhas das modalidades e a definição do número de aulas por modalidade foi tentar inseri-las nas 36 aulas de 45 minutos disponíveis, distribuídas por 12 blocos de 90 minutos e 12 blocos de 45 minutos. Desta forma retirou-se 1 bloco de 90 minutos e um bloco de 45 minutos do plano por estas aulas se encontrarem em dias de atividades do planeamento anual do Grupo de Educação Física. Assim distribuí-se 2 blocos de 90 minutos mais um bloco de 45 minutos para a realização dos testes fitnessGram, 4 blocos de 90 minutos e 5 blocos de 45 minutos para o Andebol, 3 blocos de 90 minutos e 4 blocos de 45 minutos para o Badminton e por fim 2 blocos de 90 minutos mais um bloco de 45 minutos para o Atletismo. Esta distribuição foi feita a pensar no cumprimento do planeamento anual para que não faltassem ou sobrassem tempos de aulas a cada modalidade. Este planeamento foi cumprido na íntegra face às aulas previstas e às que foram dadas, sendo que as primeiras aulas estavam guardadas para as avaliações diagnóstico e as últimas para as avaliações sumativas.

Para uma facilidade e justiça na distribuição dos espaços físicos apropriados à prática de educação física foi elaborado um “Roulement” que de x em x tempo faz uma rotação pelos espaços, que são eles espaço 1: uma metade do pavilhão, espaço 2: outra metade do pavilhão e espaço 3: sala de ginástica ou campo exterior. O “Roulement” também influencia a construção do planeamento anual pois convém articula-las com o tipo de modalidade que vamos lecionar pois para que estas possam estar o mais possível adaptadas ao espaço definido, de forma a diminuir os constrangimentos ao nível da organização, gestão e recursos materiais.

No planeamento a curto prazo, ou seja o plano de aula este que tem de ter em conta os constrangimentos anteriormente apresentados. Foi então elaborado um modelo standard de ficha de aula para que a construção dos planos de aula fosse uniformizada pelo núcleo de estágio, sendo que esta ficha fosse de fácil leitura, prática na sua compreensão e operacionalização, contendo todas as informações pertinentes e necessárias que uma aula possa precisar.

Centralizando agora a construção dos planos de aula (plano a curto prazo) com base na informação retirada da Unidade didática (planeamento a médio prazo). Estes foram elaborados de forma a conseguir cumprir com o que é pedido no programa de educação física e com a informação recolhida da avaliação inicial (diagnostico) da turma, contudo por vezes o nível de exigência do programa é relativamente elevado para certos alunos. Assim adaptando ao nível da turma foi proposta um tipo de aula com um nível ligeiramente mais baixo, mas permitindo que todos se sentissem integrados e com a noção que os exercícios eram exequíveis, permitindo uma aquisição dos conhecimentos mais fácil, e sustentada ao longo da Unidade didática. Sempre estava a preocupação de fomentar o gosto pela educação física, assim fui propondo exercícios de aquecimento com jogos lúdicos, exercícios dinâmicos, competitivos e motivadores.

Acerca do planeamento a médio prazo (unidades didáticas) durante o 1º período foram realizados os planeamentos das modalidades de Andebol, Badminton, Atletismo e no segundo período até a troca de turmas foram ainda feitas as de Ginástica de solo e aparelhos e Tag Rugby como modalidade alternativa. Estas foram realizadas apenas próximo do início de cada modalidade pois as avaliações diagnósticos como foi referido atrás influenciam a construção da mesma.

A turma era homogénea no seu nível psico-motor não sendo este muito elevado, acusando alguma falta de coordenação em desportos de raquete, mobilidade e destreza de movimentos na ginástica, tendo apenas um ou dois alunos que se destacavam pela positiva na realização das atividades propostas. Desta forma e com os distintos ajustes elaborados nas Unidades didáticas foram criados exercícios para atingir os objetivos propostos pelo programa de Educação de Física, orientados sobre uma estratégia de reduzir um pouco as exigências, começando num nível mais baixo para que todos possam adquirir mais facilmente os conhecimentos básicos optando por uma logica evolutiva e de complexidade dos conteúdos.

Tendo em conta que no contexto escolar existem sempre questões temporárias ou pontuais relativamente a limitações de ponto de visto físico (doença, lesão) ou por não possuir equipamento necessário impeditivos de realizar as aulas, pretende-se que estes alunos estejam inseridos de forma a serem uteis e que consigam adquirir alguns conhecimentos. Nesta turma só houve situações do tipo pontuais sendo que estes alunos foram solicitados a elaborar relatórios de aula, auxiliares nas tarefas de arbitragem e arrumo do material.

Quadro 1: Tabela de avaliação dos alunos que não realiza a prática 3º ciclo

Básico	Assistente do Professor 15% Arbitragem 15% Relatórios 25% Trabalhos de Pesquisa 25%
---------------	--

No fim de cada unidade didática ou período os alunos estão sujeitos a avaliações. Segundo o que ficou definido na reunião do Grupo de Educação Física os diferentes ciclos e as diferentes dimensões vão ter pesos distintos na avaliação.

Quadro 2: Parâmetros de Avaliação 3º ciclo

Domínio	Competências	Parâmetros de avaliação	Básico
Psicomotor	Específicas	Conhecimento da história, regras e regulamentos técnicos das diferentes modalidades. - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de segurança e higiene. - Conhecimento das capacidades físicas e as formas de desenvolvimento das mesmas. - Fundamentos técnicos e táticos nas modalidades desportivas individuais e coletivas. - Aptidão física (Força; Velocidade; Resistência; Flexibilidade; Coordenação)	80%
Sócio afetivo	Pessoal e Social	- Assiduidade - Espírito de equipa e cooperação - Comportamento	20%

Então segundo o que foi definido pelo grupo de educação física estas foram as orientações sob as quais recaíram a avaliação.

1.3.2.3.2- Turma 12° A

Então como tinha ficado definido inicialmente a meio do ano ou seja 20 de Fevereiro de 2013 seria a data escolhida para a troca de turma. Assim partir da mesma coube-me a mim orientar o 12° A. Esta turma tinha dois blocos de 90 minutos sendo que um deles era nas terças-feiras das 8h30 as 10h00 e o outro era nas sextas-feiras das 10h20 às 11h50.

No início do ano letivo o Núcleo de Estágio tinha feito o planeamento anual das duas turmas. No 12° ano este com mais autonomia teve a possibilidade de optar por algumas modalidades, sempre decisões aceites por unanimidade na turma. Então a quando foi feita a troca de turma esta já tinha efetuado algumas modalidades. Na primeira aula com esta turma eu transmiti algumas regras de funcionamento, pois apesar de já terem tido aulas com o outro Professor Estagiário existe sempre regras, organizações que são do foro pessoal de cada Professor. Nessa primeira aula efetiva com autonomia da turma de 12° ano serviu para conhecer melhor os alunos, mas como o período letivo estava em curso não se pode perder tempo e nessa mesma aula foi começado a ser lecionada uma nova modalidade. Visto que até ao final do período letivo teria 5 blocos de 90 minutos para lecionar Andebol, 1 bloco de 90 minutos para lecionar os testes de aptidão física FitnessGram e outro bloco de 90 minutos que não pude dar aula, pois esta coincidia com atividades inseridas no planeamento anual de atividades. No 3° período o número de aulas disponíveis eram 18 blocos de 90 minutos. Destas foram distribuídos 6 blocos de 90 minutos para lecionar Futsal, 3 blocos de 90 minutos para lecionar Atletismo (Tripla salto e lançamento do Peso), 3 blocos de 90 para lecionar atividades de Exploração na Natureza (Caminhada e Orientação) , 2 blocos de 90 minutos para lecionar duas modalidades alternativas (Ténis e Natação/Hidroginástica), 2 blocos para lecionar os testes de aptidão Física FitnessGram e por fim 2 blocos dos quais não podemos exercer qualquer atividades pois coincidem com atividades do planeamento anual de atividades. No que diz respeito ao cumprimento do planeamento a longo prazo tudo bateu certo, ou seja, tanto as aulas previstas de modalidades coletivas como das individuais foram cumpridas na íntegra.

Novamente este planeamento anual definido no início do ano letivo teve em conta as rotações impostas pelo “Roulement”. A nível da Unidade Didática de Andebol e Futsal, esta foi planeada para o pavilhão, tendo em conta que as aulas de uma modalidade coletiva no espaço 1 ou 2 (metade de um campo de futsal) e para uma turma de 26 alunos eram mais exigentes em termos de operacionalização, o que acarreta outro tipo de gestão de aula e de recursos tanto humanos como materiais. Num dado momento do 3 ° período efetuei algumas trocas com outros professores de outras turmas para que se pudesse lecionar as aulas de atletismo num contexto mais apropriado. A época do ano em causa em que nos encontramos (Primavera) também facilitou as aulas de Exploração da Natureza, pois o sol primaveril favorece e despoleta nos alunos um sentimento de bem-estar neste tipo de aulas.

No planeamento a curto prazo, ou seja o plano de aula este que tem de ter em conta os constrangimentos anteriormente apresentados. Foi então elaborado um modelo standard

de ficha de aula para que a construção dos planos de aula fosse uniformizada pelo núcleo de estágio, sendo que esta ficha fosse de fácil leitura, prática na sua compreensão e operacionalização, contendo todas as informações pertinentes e necessárias que uma aula possa precisar.

Centralizando agora a construção dos planos de aula (plano a curto prazo) com base na informação retirada da Unidade didática (planeamento a médio prazo). Estes foram elaborados de forma a conseguir cumprir com o que é pedido no programa de educação física e com a informação recolhida da avaliação inicial (diagnóstico) da turma, contudo por vezes o nível de exigência do programa é relativamente elevado para certos alunos. Assim adaptando ao nível da turma foi proposta (pontualmente) um tipo de aula com um nível ligeiramente mais baixo, permitindo que todos se sentissem integrados e com a noção que os exercícios eram exequíveis, possibilitando uma aquisição dos conhecimentos mais fácil e sustentada ao longo da Unidade didática. Sempre estava a preocupação de fomentar o gosto pela educação física, assim fui propondo exercícios de aquecimento com jogos lúdicos, exercícios dinâmicos, competitivos e motivadores.

Acerca do planeamento a médio prazo (unidades didáticas) durante o 2º e 3º períodos foram realizados os planeamentos das modalidades de Andebol, Atletismo e Futsal e Exploração da Natureza. Foram ainda feitas unidades de Natação/Hidroginástica e Ténis como modalidades alternativas. De referir que estes planeamentos foram realizadas apenas próximo do início de cada modalidade pois as avaliações diagnósticos como foi referido atrás influenciam a construção da mesma.

A turma sendo composta por alunos de 12º ano estes apresentam uma autonomia e uma destreza motora elevada, mostrando-se também conhecedores básicos de todas as modalidades. A turma era homogénea e o seu nível psico-motor de uma forma geral era bom. Apresentando apenas alguma falta de coordenação em desportos de raquete. Desta forma e com os distintos ajustes elaborados nas Unidades didáticas foram criados exercícios para atingir os objetivos propostos pelo programa de Educação de Física, orientados sobre uma estratégia de reduzir ligeiramente as exigências, começando num nível mais baixo para que todos possam adquirir mais facilmente os conhecimentos fundamentais numa lógica evolutiva e de complexidade dos conteúdos.

Tendo em conta que no contexto escolar existem sempre questões temporárias ou pontuais relativamente a limitações de ponto de vista físico (doença, lesão) ou por não possuir equipamento necessário impeditivos de realizar as aulas, pretende-se que estes alunos estejam inseridos de forma a serem úteis e que consigam adquirir alguns conhecimentos. Nesta turma só houve situações do tipo pontuais sendo que estes alunos foram solicitados a elaborar relatórios de aula, auxiliares nas tarefas de arbitragem e arrumo do material.

Quadro 3: Tabela de avaliação dos alunos que não realiza a prática do Secundário

Secundário	Assistente do Professor 15% Arbitragem 15% Relatórios 30% Trabalhos de Pesquisa 30%
-------------------	--

No fim de cada unidade didática ou período os alunos estão sujeitos a avaliações. Segundo o que ficou definido na reunião do Grupo de Educação Física os diferentes ciclos e as diferentes dimensões vão ter pesos distintos na avaliação.

Quadro 4: Parâmetros de avaliação Secundário

Domínio	Competências	Parâmetros de avaliação	Básico
Psicomotor	Específicas	<ul style="list-style-type: none"> -Conhecimento da história, regras e regulamentos técnicos das diferentes modalidades. - Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar as regras de segurança e higiene. - Conhecimento das capacidades físicas e as formas de desenvolvimento das mesmas. - Fundamentos técnicos e táticos nas modalidades desportivas individuais e coletivas. - Aptidão física (Força; Velocidade; Resistência; Flexibilidade; Coordenação) 	90%
Sócio afetivo	Pessoal e Social	<ul style="list-style-type: none"> - Assiduidade - Espírito de equipa e cooperação - Comportamento 	10%

Então segundo o que foi definido pelo grupo de educação física estas foram as orientações sob as quais recaíram a avaliação do 12º ano.

1.3.3 - Reflexão

No sentido de fazer uma pequena reflexão sobre o que foi a lecionação pode se dizer que foi uma experiência extremamente valiosa, e que possivelmente até superou as minhas expectativas a quando início do estágio. Quanto à lecionação propriamente dita e o facto de poder lecionar um 7º ano e um 12º ano tornou-se uma mais-valia, pois são duas turmas de ciclos diferentes permitiu-me ganhar uma maior experiência, percepções e estratégias diferentes de lecionar cada uma delas. Ambas as turmas mostraram sempre uma grande cooperação, colaboração na aquisição dos conhecimentos.

Iniciei o ano e prolongou-se até 20 de Fevereiro a lecionar o 7º ano uma turma com poucos alunos (15) o que facilita em termos de gestão e organização da aula.

Falando agora um pouco mais especificamente do que foi a lecionação de cada turma esta no 7º ano os alunos era relativamente bem comportada excepto um caso ou outro de alunos

Importante e desta forma houve em mais críticos, que com alguns avisos e chamadas de atenção, e até mesmo registos negativos na avaliação individual de cada um foram-se resolvendo os problemas. A turma possuía um nível cognitivo bom conseguindo adquirir toda a informação que lhes ia passando, contudo tinham um senão, pois eram pouco predispostos para a prática da Educação Física. Na lecionação referente ao 12º ano esta era uma turma que apresentava também um bom nível cognitivo, um bom comportamento e ambiente de aula e sobretudo uma excelente pré disposição para a prática, mostrando-se sempre prontos para qualquer atividade, inclusive em exercícios que possuíam autonomia não reduziam os níveis de empenhamento motor.

Os ajustes e adaptações a cada contexto é ambas as turmas perceber as virtudes e limitações para poder adaptar a lecionação ao contexto ensino aprendizagem, tentando melhorar o seu sucesso. A utilização de meios auxiliares de ensino, como apresentação de imagens e outras formas de simplificar a aquisição de conhecimentos mostra a minha preocupação na implementação de novas inovações pedagógicas durante as aulas, pois por norma, os alunos aderem muito bem a estas iniciativas o que aumenta notavelmente o nível de interesse pela nossa disciplina. A criação de exercícios motivantes desperta o interesse de todos os alunos aumentando os seus níveis motivacionais, pois, o eles gostarem por regra da nossa disciplina poderá não ser o suficiente.

Um breve resumo do que era a aula, esta iniciava-se com uma breve descrição do objetivo e conteúdo da mesma. Passando a enunciar o exercício de ativação geral e específica à medida que estavam inseridos no exercício eu fazia o controlo das presenças. Esta estratégia beneficiou a gestão do tempo de aula, pois não era tempo que perdia a fazer a chamada individual para o controlo das presenças. Na proposta da estrutura do plano de aula, este continha a divisão pelas diferentes fases da aula (Inicial, Principal e Final) bem como o a duração de cada exercício e os tempos de transição/explicação de cada um, visando uma estratégia de otimização do tempo útil de aula, aproximando este do tempo total de aula.

Algumas das estratégias aplicadas á aula foi por vezes a divisão da turma por grupos e por estações de forma que pudessem trabalhar mais a alunos ao mesmo tempo, aumento desta forma o tempo de empenhamento motor dos alunos. O meu posicionamento era escolhido estrategicamente para que conseguisse observar todos os alunos e sobretudo ficar mais próximo da estação que mostrasse ter maior perigo. Quanto à linguagem e transmissão de conteúdos este foi adaptada em função do ciclo de ensino que estava a lecionar, sendo que para o 12º ano este poderia ser mais complexa e com os nomes específicos dos elementos de cada modalidade. A grande preocupação neste ponto era que a linguagem clara, rigorosa e objetiva para facilmente ser apreendida pelos alunos, no caso de os alunos não entenderem o que lhe estava a transmitir apenas com a minha explicação recorria a exemplificação na maior parte das vezes por os colegas, acompanhada de uma explicação para os restantes colegas da turma.

Na organização das minhas aulas durante a execução dos exercícios caso pretende-se fazer alguma alteração/correção, a transmissão da informação era dada de forma geral, se depois eu percebesse que existia um ou outro aluno que não estava a executar o pedido fazia uma correção mais individual. Era privilegiada a autonomia dos alunos para perceber a sua aquisição dos conteúdos, responsabilidade, espírito de grupo e cooperação entre eles. Por vezes nos exercícios de mobilização articular e flexibilidade eram escolhidos um ou dois alunos aleatoriamente para lecionar alguns exercícios para os colegas. Também era de regra geral no trabalho de flexibilidade no final da aula alguns alunos serem questionados sobre alguns conteúdos dados na aula, de forma a perceber a sua atenção aquando a explicação dos mesmos.

Em síntese ao que foi a minha lecionação penso que tomei as melhores decisões que foram sempre fundamentadas pelos conhecimentos adquiridos no 1º ano do 2º ciclo de Estudos, fazendo o uso dos mesmos para otimizar e cumprir com as responsabilidades de um Professor. Sei que este ano serve de aprendizagem por isso muitas vezes a quando da reflexão da aula retifiquei e adaptei novas estratégias de Ensino de forma a melhorar as decisões para os diferentes momentos da aula. Neste minha tarefa tentei ser o mais minucioso relativamente aos pormenores da lecionação. O gosto por esta atividade permitiu também uma pratica enriquecedora para mim, visto que a cada dia que passava sentia-me mais rico em termos de conhecimento da lecionação.

1.4 - Recursos Estruturais, Materiais e Humanos

A Escola é um local de prática pedagógica mas para que essa pratica seja mais completa é necessário várias estruturas de auxílio às necessidades educativas de cada disciplina. Assim todos os alunos que frequentam a escola é exigido que seja num espaço agradável, dotado de conforto e especifico para cada atividade, podendo estes ir do local da

refeição ao local da prática pedagógica, a sala de aula. O Agrupamento José Sanches e São Vicente da Beira estão munidos de várias estruturas para os devidos efeitos, sendo mais precisos ao ponto de dizer que dispõe de :

- Salas de Aula - 30
- Biblioteca - 1
- Sala de Estudo - 1
- Sala de Professores - 1
- Gabinetes de Professores - 3
- Auditório - 1
- Bar dos Professores - 1
- Bar /Refeitórios dos Alunos -1
- Sala da Direção de Turma - 1
- Sala da Direção da Escola - 1
- Sala de Pessoal não Docente - 1
- Sala de Informática - 1
- Sala dos serviços administrativos - 1
- Sala da Papelaria - 1
- Sanitários - 3
- Laboratórios de Química, Biologia, Informática, Fotografia, Trabalhos Manuais, - 5
- Sala da associação de Estudantes - 1

Agora sendo mais preciso nos espaços / estruturas específicas da Educação Física temos:

- Pavilhão gimnodesportivo (45m, x 22m) - 1
- Sala de Ginástica (10m x 10m) - 1
- Campo exterior (45m x 22m) - 1
- Pista de Atletismo - 4
- Caixa de Areia - 1
- Balneários Masculinos e Femininos - 3
- Arrecadações do Material - 3
- Sala de Professores de Educação Física - 1

Desta forma é facilmente visível que em termos de recursos físicos o grupo de Educação Física não se pode queixar, pois a Escola está munida de vários recursos para que sejam dadas aos alunos e aos professores as melhores condições possíveis para lecionar. Mesmo nas situações mais adversas em que estão três turmas a lecionar ao mesmo tempo as condições oferecidas permitem uma boa distribuição das turmas pelos diferentes tipos de espaços. Todos estes espaços estão feitas e adaptadas para os ciclos de estudos que a Escola alberga.

Quanto aos recursos materiais específicos da disciplina de Educação Física também penso que sejam os suficientes, pois existe o suficiente número/quantidades de materiais necessários para as três turmas a lecionarem ao mesmo tempo. O material que existe na sua grande maioria mostra-se bem estimado e havendo ainda em salva guarda de alguma material novo em arrecadação para ser posto a uso aquando a degradação parcial ou total dos que estão à disposição dos professores.

Finalmente chegando aos recursos Humanos podemos apresentar que estes estão divididos desta forma. Este ano letivo com o Agrupamento da escola José Sanches de Alcains e a Escola Básica integrada de São Vicente da Beira, a população escolar diminui significativamente, sobretudo ao nível do pessoal docente e não-docente.

Quadro 5. Alunos distribuídos por Agrupamentos

Escolas / Anos	2011 - 2012	2012 - 2013
Alunos do Agrupamento de São Vicente da Beira	241	217
Alunos do Agrupamento Escola Secundária de Alcains	968	972
Total	1209	1189

Quadro 6. Pessoal docente distribuído por Agrupamentos

	Pessoal docente - São Vicente		Pessoal docente - ESA	
	2011/2012	2012/2013	2011/2012	2012/2013
Professores do Quadro de Escola (em exercício de funções na mesma)	27	29	92	93
Professores de Quadro de Zona Pedagógica	11	8	23	18
Professores Contratados	10	6	23	7
TOTAL	48	43	138	118

Como podemos verificar, a população docente diminui significativamente de um ano para ao outro, sem que essa tendência se tenha verificado na população dos alunos.

Quadro 7. Pessoal não docente distribuído por Agrupamentos

Pessoal Não docente	Pessoal docente - São Vicente		Pessoal docente - ESA	
	2011/2012	2012/2013	2011/2012	2012/2013
Assistentes Operacionais	19	18	36	35
Assistentes Técnicos	5	5	19	20
Outros - Ao Serviço da Junta de Freguesia	2	2	0	1
TOTAL	26	25	55	56

Verifica-se que a população não docente, não sofreu alterações significativas, o que me parece normal, devido ao número de alunos se manter praticamente o mesmo.

No que diz respeito aos professores de EF, são ao número de 8, distribuídos pelos dois Agrupamentos, 4 contratados, 2 em Quadro de escola e 2 em QZP.

Estes professores ainda desempenham funções dentro do grupo de educação física:

- Vice-Diretor do Agrupamento;
- Coordenador do Grupo de EF;
- Coordenador do Desporto Escolar;
- Coordenador do curso tecnológico de Desporto;
- Orientador de Estágio;
- Diretor de Instalações.

Podemos verificar, que apesar da atividade de docência e lecionação, tendo em conta a componente letiva e não letiva, os professores têm ainda de desempenhar tarefas que facilitem a organização estrutural da escola.

1.5 - Direção de Turma

Neste capítulo e visto que ao nosso Orientador de Estágio não lhe estava incumbida nenhuma direção de turma foi proposto por ele em conjuntos com os Diretores de turma das turmas a quem nós (núcleo de estágio) lecionávamos (7º C - Susana Campos e 12º A - Paula Beato) que seríamos auxiliares nestas funções e com a transição de turma a ser feita a 20 Fevereiro.

Na direção de turma o Diretor tem a função específica de comandar, orientar e solucionar tudo o que disser respeito aos seus alunos. Segundo Marques (1989), a atividade do Diretor de Turma é desenvolvida junto dos alunos, dos professores da turma e dos pais e

encarregados de educação, sendo os responsáveis pela promoção da integração escolar, do relacionamento com os pais e do desenvolvimento pessoal e social dos alunos. Assim, as três grandes áreas de intervenção da Direção de turma são o Conselho de turma, os alunos e os Encarregados de educação. Desta forma percebe-se que o diretor de turma serve como elo de ligação entre os Professores, alunos e Encarregados de Educação.

Uma das primeiras tarefas que nos ficou confiada foi fazer o tratamento estatístico das fichas de caracterização individual, para perceber algumas características próprias da turma. Algumas delas já foram visíveis anteriormente na caracterização da turma. Assim na primeira reunião de turma fiz uma pequena exposição oral para todos os Professores das características da turma. Depois desta tarefa coube-me a mim, nesta e em todas as restantes reuniões e conselhos de turma servir de Secretário de forma a fazer as atas das reuniões.

Nesta função deu para experienciar um pouco dos que é os “bastiadores” de uma turma, percebendo todas as regras, organigramas de melhorar, corrigir e solucionar certos problemas inerentes à turma ou a algum aluno de forma individual.

1.6 - Atividades não letivas

É de referir que a prática pedagógica não é so a componente de lecionação propriamente dita pois existem outras formas de transmitir conhecimentos, valores e atitudes que são vistos com atos pedagógicos. Nesse sentido acresce com grande valor o desenvolvimento de várias atividades e iniciativas de forma a fugir ligeiramente do dia-a-dia da escola e com uma estratégia de ensino um pouco diferente.

1.6.1.- Desporto Escolar

O Desporto Escolar são atividades desportivas não obrigatórias e não curriculares. Este serve de complemento às aulas de Educação Física pois as modalidades que são praticadas diferem de Escola para Escola e por vezes são modalidades que os alunos não têm a possibilidade de praticar com tanta regularidade nas respetivas aulas. Assim no Desporto Escolar fazem-se interações competitivas entre Escolas. Inicialmente começa-se numa fase escola, distrital, regional até chegar aos nacionais.

O Desporto Escolar permite a que todos os alunos do contexto escolar consigam praticar desporto competição sem custos monetários e promovendo bons hábitos de vida saudável. Segundo o Ministério da Educação em (2009) este diz que “a prática desportiva nas escolas, para além de um dever decorrente do quadro normativo vigente no sistema de ensino, constitui um instrumento de grande relevo (...) na melhoria da qualidade do ensino e da aprendizagem. Complementarmente, o Desporto Escolar promove estilos de vida saudáveis que contribuem para a formação equilibrada dos alunos e fomenta o desenvolvimento da prática desportiva em Portugal.” Neste sentido é facilmente perceptível que o Desporto Escolar é um grande auxílio à Educação. Este permite/facilita a inclusão, hábitos de vida saudável, integração social, abandono escolar e algum desenvolvimento pessoal do aluno.

Então esta foi mais uma das áreas que como Professor Estagiário tive o prazer orientar/auxiliar. Neste campo o nosso Orientador de Estágio tinha um grupo de equipa, era ele o futsal, no escalão de iniciados e do géneros masculino, pertencentes à Escola de São Vicente da Beira. Contudo na mesma lógica inicial da troca de turmas também aqui foi possível e por disponibilidade do Professor Cesar Louro, responsável pelo grupo de equipa da modalidade futsal, do escalão iniciados e do género masculinos, referente à Escola sede em Alcains. Então assim ficou definido que cada Estagiário iria ficar a auxiliar um grupo de equipa e à data de 20 de Fevereiro era feita a troca de equipas, com a mesma lógica de podermos vivenciar o maior número de experiencias. Os grupos de equipa funcionavam ambos às quartas-feiras, sendo que um era em São Vicente da Beira das 14h30 às 16h e outro em Alcains das 15h30 às 17h00. No horário do grupo de equipa da Escola de Alcains o pavilhão gimnodesportivo era partilhado com outro grupo de equipa de futsal do escalão juvenis e do género masculino. Assim eu inicialmente fiquei a auxiliar o Professor César Louro no seu grupo de equipa, sendo eu treinador de uma equipa de futsal júnior masculino a participar no Campeonato Distrital da Associação de Futebol de Castelo Branco esta foi uma tarefa relativamente fácil. Dado esse facto o professor responsável deu-me uma autonomia maior para eu poder trabalhar com os alunos aspetos mais complexos. Numa prespetiva de adaptação ao espaço disponível para os grupos de equipa, o professor do outro grupo equipa (Juvenis) sugeriu que pudéssemos trabalhar com as duas equipas em conjunto, sendo eu na maioria das vezes o orientador do respetivo treino. No meu grupo de equipa as competições iniciais eram organizadas com um campeonato entre quatro escolas com diversos jogos em casa e fora.

Chegando à data de 20 de Fevereiro efetuou-se a troca de grupos de equipa e aqui passei a ser eu o auxiliar do Orientador de Estágio no seu grupo de equipa em São Vicente da Beira. Aqui o processo dos treinos era idêntico em termos de orientação contudo tínhamos o espaço todo disponível para o nosso grupo equipa. As competições deste grupo eram em formatos de “Encontro” e no meu período de orientação tive de organizar o “ Encontro” em São Vicente da Beira. Nesta organização foi necessário fazer a requisição dos lanches para todos os participantes, ter as fichas de jogo referentes ao número de jogos e requisitar três alunos para exercerem as funções de arbitragem e secretaria ao jogo.

Por fim de salientar que ao nível de resultados o maior destaque vai para a equipa de futsal do escalão juvenis do género masculino ao conseguir alcançar o titulo de campeão distrital e ser vice- campeã regional

Em suma a este ponto de lecionação fora do contexto sala de aula / pavilhão gimnodesportivo este confere organizações e burocracias que nos fazem ter uma autonomia, organização e conhecimento mais alargado de que como é o Desporto Escolar, um Desporto competição mas com grande sentido de “Fair-play”.

1.6.2.- Atividades do Grupo Disciplinar

O grupo Disciplinar de educação Física, em reunião de grupo, por cada ano letivo elabora o plano anual de atividades. Neste documento fica registado as datas e as atividades propostas. A organização e operacionalização das atividades fica a cargo de todos os professores constituintes do grupo. Desta forma eu e o meu colega de Estágio fomos integrados como Professores e integramo-nos ativamente na organização e operacionalização das mesmas. Este organizar e operacionalizar de atividades faz-nos conhecer melhor as estratégias e organizações para elevados grupos de alunos. Pois existem diferenças quando planeamos para vinte ou para duzentos. Mas com espírito de aprendizagem e de cooperação mostrei-me sempre disponível para qualquer tarefa que me delineassem.

Enumerando agora as atividades em que participei estas foram o “Gira volei”, Corta Mato da Escola sede em Alcains, “Tag Rugby”, Encontro de “Multiatividades” em São Vicente da Beira e Passeio dos “Avós”. Todas estas atividades/torneios fazem-se com o principal objetivo de promover e fomentar o gosto pelo Desporto. Na maioria destas atividades o fator competição também está inserido e faz com que o espírito de “fair-play”, cooperação e respeito pelo colega/adversário estejam implícitos indiretamente.

No final penso que colaborei, cooperei e participei ativamente na dinamização, tarefas de gestão e controlo das atividades. De uma forma geral estas tiveram uma excelente organização e no final fazendo uma pequena reflexão faz-se um balanço extremamente positivo e pouco ou nada seria alterado àquilo que foi feito.



Figura 1: Fotos da minha participação nas atividades não letivas

1.6.3.- Atividades do Grupo de Estágio

Inseridas na atividades não letivas e para além das atividades anteriormente referidas do planeamento anual de atividades o Núcleo de estágio tinha ainda a responsabilidade de organizar três atividades de forma a promover ou apenas dar a possibilidade à comunidade escolar de praticarem alguma modalidade.

Neste planeamento o núcleo de estágio propôs ao Grupo de Educação Física a organização de três atividades em total autonomia em termos de preparação e apenas necessitaria do seu auxílio em termos de operacionalização. Assim as atividades propostas foram, a realização do “Corta Mato” fase de escola em São Vicente da Beira, o “Compal Air (basquetebol 3x3) em Alcains e umas “Danças Populares” em Alcains.

“Corta - Mato”

Então como primeira atividade que desenvolvemos foi o “Corta - Mato” fase escola em São Vicente da Beira e foi realizada no dia 11 de Janeiro servindo de apuramento para a fase distrital. Para início da atividade começamos elaborar um cartaz de promoção e as fichas de inscrições para que as pudéssemos distribuir pelas turmas. A população alvo foi toda a comunidade pertencente do 3º ano do 1º ciclo até ao 9º ano. Fomos então ao local para delinear um percurso com aproximadamente 1,5 km, sendo que este era composto por uma parte no interior e outra parte no exterior da Escola. Foram então escolhidos estrategicamente alguns pontos de controlo e segurança. Seguidamente elaboramos um ofício para a Guarda Nacional Republicana para que eles pudessem estar presentes no dia da atividade de forma a cortar algumas estradas para que garantissem a segurança dos alunos. Fizemos ainda outro ofício para uma Fábrica de águas “Fonte da Fraga” no sentido de nos fornecer gratuitamente duzentas garrafas de água, pedido que posteriormente foi aceite pela mesma.

Na continuidade da organização recebemos todas as inscrições dos alunos, sendo que estas estavam divididas por escalões e por géneros e a cada um era dirigido um número de voltas (distância) a percorrer. Tendo o número total de inscrições procedemos à elaboração dos dorsais de identificação de cada aluno. Na secretaria da Escola de São Vicente da Beira fizemos também a requisição do número total de lanches (uma sandes, uma barrinha energética, um chocolate e um chá) a distribuir no final da prova. Como forma de recompensa por mérito desportivo na prova seriam entregues diplomas e medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão. Com a lista de inscritos finalizada e distribuída pelos correspondentes escalões facilitou a distribuição dos dorsais e fichas de controlo de presenças.

No dia da atividade procedemos à delimitação do percurso com fitas para que a sua visibilidade fosse facilitada. Procedemos à distribuição dos Professores pelos diferentes locais de controlo ou segurança e com as suas respetivas funções. Então tivemos um total de 65 participantes num Universo total de 118, o que mostra que metade da população aderiu à atividade, o que consideramos positivo.

No final procedeu-se à entrega dos diplomas e medalhas para os três primeiros classificados de cada escalão.

Em suma e como reflexão dos feedbacks recebidos posteriormente ao evento foi que tinha corrido bem, os alunos tinham gostado deste formato do percurso metade interior, metade exterior e que os lanches foram bastante energéticos para que não houvesse problemas de hipoglicémia.

“Compal Air”

Esta atividade consiste em formar equipas de três elementos para competirem entre si numa situação reduzida de basquetebol. A data escolhida para a realização foi dia 15 de Marco e o local da mesma foi no pavilhão da Escola sede em Alcains, contudo a atividade foi aberta a toda a comunidade alvo do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira. A população alvo foi toda a comunidade do 2º ciclo, 3º ciclo e Secundário.

Novamente seguimos o principal instrumento de dinamização e promoção das atividades e elaboramos um cartaz de promoção e umas fichas de inscrições para que as pudéssemos distribuir pelas turmas. No período que antecedeu a receção de todas as inscrições procedemos à elaboração de uma planta do pavilhão para delinear os números de campos e a localização das mesas de secretariado. Numa reunião de Grupo de Educação Física fez-se um pedido ao coordenador do material escolar se como prémio para os primeiros classificados poderíamos oferecer umas bolas de Basquetebol, visto que na arrecadação do material novo havia um caixote cheio delas. Assim depois de aceite o nosso pedido ficou definido que seria este prémio para as equipas vencedoras. Com esta iniciativa tentámos fomentar o gosto pela modalidade e aumentar o número de praticantes da mesma dentro do espaço escolar.

Depois de recolhidas todas as inscrições tivemos um total de 85 equipas distribuídas por escalões e por género. Este número total de equipas gera um total de 250 alunos e cerca de 130 jogos que tivemos de distribuir pelos seis campos e no período das 9h00 até as 13h30. Então com estes números passámos à realização dos diferentes quadros competitivos, o que na nossa ótica foi a parte mais complexa visto que o número de equipas e jogos eram elevados.

No dia da operacionalização da atividade fizemos a montagem dos campos, afixamos os quadros competitivos/ calendário dos jogos, passamos a informação aos Professores onde iriam desempenhar funções e demos início ao torneio. No final da atividade foram entregues os prémios às equipas vencedoras.

Em resumo desta atividade de uma forma geral e visto o número de jogos e o criterioso calendário de jogos nada podia falhar de forma a não atrasar o torneio e não haver campos vazios. De um modo geral tudo funcionou como previsto apenas um ou outro atraso nos começos de jogos mas eram contingências já esperadas face ao número de alunos envolvido. Pela apreciação dos Professores e os feedbacks por parte dos alunos a atividade teve um aval bastante positivo, o que nos deixa satisfeitos pelo sucesso da mesma.



Figura 2: Fotos da atividade “Compal Air”

“Danças Populares”

Esta foi uma atividade pensada para a comemoração da “Semana do Agrupamento”. Foi agendada para o dia 7 de Junho com início às 8h30 e término às 13h30. Esta atividade consistiu em ensinar e posteriormente coreografar algumas danças populares, a população alvo eram todos os alunos do 2º e 3º ciclo de ensino. Esta atividade foi para toda a população do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira. Então a atividade foi em turnos de 45 minutos ter grupos de alunos para ensaiar e no final coreografamos todos juntos algumas danças Populares como o “Malhão”, “Lá vai Lisboa”, etc. Esta atividade não necessitou de inscrições prévias pois esteve inserida num programa de rotação de ateliês em que os alunos de 45 minutos iam mudando de ateliê. A conceção dos passos de dança foram construídos com base nos passos originais, se bem que foram feitas algumas alterações pois os alunos eram variados e o tempo era limitado. No total tivemos um total de 240 alunos envolvidos e o feedback foi positivo, pois a organização inicial em foi feita em pequenos grupos e depois aumentamos para o grupo toda provocando algum impacto visual pela sintonia de movimentos. Em termos das danças em si os alunos mostraram-se cooperantes e bastante divertidos durante a execução, e neste tipo de atividades este tipo de indicadores é suficiente para nos mostrar que a atividade teve sucesso.

Em reflexão as atividades pertencentes ao grupo de Estágio todas estas tiveram um peso bastante importante no nosso desenvolvimento, pois o facto de termos de tomar decisões em autonomia fez-nos pensar nos pormenores de forma mais crítica, o facto de

termos de decidir e bem nunca é um processo fácil e consensual, pois o desconhecido é de certa forma intimidatório. Mas face aos resultados, feedbacks, reflexões críticas estas mostram-nos que conseguimos atingir os objetivos a que nos propusemos.

1.7. - Reflexão (Pontos positivos e negativos)

Fazendo um balanço geral do que foi o estágio pedagógico posso dizer que correu bem pois atingiu integralmente as expectativas iniciais. O ano estágio permitiu-me adquirir conhecimentos e experiências para poder encarar as situações pedagógicas da Educação Física com outras bases. Um ano a lecionar pode-se considerar uma etapa com alguma dimensão, por isso, penso que o estágio é bastante importante e produtivo, pois o número de situações novas a cada dia são imensas. Este estágio serve de complemento à parte teórica que já tínhamos tido no 1º ano do 2º ciclo de estudos, fazendo equilíbrio de ambas as componentes consegue adquirir um maior enriquecimento de conhecimentos.

Relativamente às apreensões e inseguranças iniciais estas foram sendo ultrapassadas a cada dia de lecionação, pois o à vontade, confiança e maturidade para poder encarar as situações foram crescendo e deram-me abertura mais critica na prática docente. Os tipos de abordagem e estratégias a adoptar são específicas de cada contexto e pessoais de cada professor por isso não podemos dizer que uma coisa está completamente errada e outra completamente certa, temos de ser flexíveis para perceber o que melhor se adapta em cada situação. O facto de ter podido lecionar em ciclos diferentes (7º ano e 12º ano) tornou-se uma mais-valia pois concebeu-me um conhecimento maior quanto às estratégias, linguagens, transmissão de conteúdos a adoptar. Ao nível das competências científicas de cada modalidade penso que de uma forma geral consigo dominá-las, mas este era um medo inicial que possuía e que na minha perspectiva seria mais facilmente ultrapassável com mais componente prática durante o 1º ciclo de estudos. Contudo o nível que possuía permitiu-me responder a todas as situações, embora sabendo à priori que esta é uma profissão exige uma constante atualização dos conteúdos por parte dos Docentes.

Assim considero que de uma forma geral elaborei planificações coerentes, lógicas e direccionadas ao exigido pelo programa de Educação Física. No que concerne à operacionalização dos conteúdos houve sempre a preocupação de criar exercícios dinâmicos, competitivos e motivantes, dando grande ênfase ao tempo de empenhamento motor por parte dos alunos.

A aquisição de conhecimentos não foram só ao nível da lecionação pois a interação com todos os outros Professores fizeram-me perceber e conhecer melhor os organigramas e procedimentos gerais da profissão Professor. Estes conhecimentos surgiram das relações humanas que fui mantendo com os diferentes tipos de professores. No que diz respeito propriamente aos Professores de Educação Física estes serviram de apoio direto a algumas dúvidas mais específicas da disciplina e conselhos para melhor a prática pedagógica.

Quanto às atividades não letivas desenvolvidas pelo grupo de Educação Física e pelo núcleo de Estágio estas serviram-me para ganhar alguma autonomia e conhecimentos específicos direcionados para organizações de grande escala de alunos.

Muitas vezes somos surpreendidos por situações inesperadas, então neste tipo de atividades a frequência aumenta, desta forma consegui adquirir uma maior capacidade de resolução dos problemas, enriquecendo assim o meu currículo pessoal enquanto Docente.

Todo este vulto de experiências só foi possível com a aceitação e disponibilidade mostrada pelo Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira e pelo Orientador Carlos Vieira em receber-me para poder efetuar o meu Estágio Pedagógico.

Passando agora a enumerar alguns pontos negativos, estes comparativamente com os positivos foram em muito menor escala. Estes têm de ser vistos como pontos a corrigir, pois o erro faz parte da aprendizagem. Algumas destas situações apontadas como pontos fracos são em alguns casos são fatores adjacentes a uma falta de experiência na lecionação. Creio que com isto ao longo do ano e com as aprendizagens adquiridas estes foram corrigidos e o seu número cada vez menor.

Um ponto negativo que eu aponto, é o facto de o programa de Educação Física mostrar-se em algumas situações desajustado, pois na maioria dos casos as exigências são elevadas.

Outro ponto que eu acho negativo é a obrigatoriedade de lecionar varias modalidades por período, sendo o tempo de aulas semanais (dois blocos de 90 minutos) por vezes é insuficiente para se poder lecionar as modalidades com mais profundidade.

Terminando assim a minha enumeração de alguns pontos negativos também é de referir que o facto de o Estágio Pedagógico não ser renumerado faz com que os Professores Estagiários que é o meu caso arranjem outras atividades em paralelo, fora do horário escolar para poder ter alguma fonte de rendimento. Assim esta atividade vai nos roubar algum tempo que de certa forma seria útil para um maior aperfeiçoamento dos conhecimentos e técnicas a adotar na lecionação.

Em forma conclusão refiro que o Estágio Pedagógico na sua maioria foi bastante positivo e com grandes ganhos ao nível do conhecimento do acto de lecionar, branqueando de certa forma todas estes pontos negativos enumerados. O ótimo ambiente vivido e experienciado ficará para sempre gravado na memória para ser usado como referência para as novas aventuras profissionais.

1.8. - Considerações finais

Usando este relatório de Estágio Pedagógico para descrever toda a minha atividade ao longo do ano letivo. Esta é uma etapa que eu considero bastante trabalhosa mas bastante produtiva. Pois o que consegui adquirir ao longo deste ano fará de mim certamente um melhor Professor na atividade de docência. Procurei ser minucioso, rigoroso e ter uma atitude de grande responsabilidade então todas as tarefas que me estavam incumbidas.

O estágio também foi importante para conhecer toda a orgânica de da Escola e todas as funções e responsabilidades que um professor deve ter, indo da lecionação, direção de turma, reuniões de Grupo ou até mesmo de Departamento.

Esta foi, sem dúvida, uma experiência muito gratificante e da qual guardo as melhores recordações. Não esquecendo exigência desta profissão fica o compromisso de não descorar angariação de novas competências, para que quando chegar o meu momento de exercer esta função eu esteja munido das melhores ferramentas de lecionação.

1.9. - Bibliografia

- BYRA, M & COULON, S (1994) The effect of planning on the instructional behaviors of preservice teachers. *Journa of Teaching in Physical Education*, 13, 123-139.
- METZLER, M. & YOUNG, J. (1984). The relationship between teachers preactive planning and student process measurs. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55, 356- 364.
- Sarmento, P. (2009). *Pedagogia do Desporto e Observação*. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana, Serviços de Edições.
- Costa, F. C. (1998). Condições e factores de ensino- aprendizagem e condutas motoras significativas: Uma análise a partir da Investigação realizada em Portugal. 427 - 454.
- Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª Edição. Lisboa: Livros Horizonte.
- MARQUES, R. (1989). *O Director de Turma, o Orientador de Turma, Estratégias e Actividades*. Lisboa: Texto Editora.
- Ministério da Educação (2009). *Programa do Desporto Escolar para 2009-2013*. Obtido em 1 de abril de 2012, de Direção Regional de Educação do Centro:http://www.drec.minedu.pt/repositorio/Programa_Desporto_Escolar_2009_2013.pdf.
- Sarmento, P. (2004). *Pedagogia do Desporto e Observação*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- Siedentop, D. (2008). *Aprender a Enseñar la Educación Física*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Programa Nacional de Educação Física (Reajustado) 2001.
- Programa Anual do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira
- Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira
- Oferta Educativa do Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira

CAPÍTULO 2 (Seminário de Investigação em Ciências do Desporto)

Desempenho Observacional dos Professores Estagiários e dos Professores Experientes

Observational Performance Of Teacher Trainees and Experienced Teachers

D. Santos, P. Araújo, P. Figueiredo

RESUMO

No contexto educativo a avaliação é sempre um problema pela sua grande dificuldade. Os elementos ou ações que pretendemos avaliar até poderão ter os critérios bem definidos, mas esta será sempre condicionada por quem a vai fazer. Existem alguns fatores que poderão servir de justificação para estas ambiguidades, como é o caso dos anos de experiência do Professor, o conhecimento mais ou menos profundo da modalidade que está sob avaliação, o poder observacional que cada professor tem para descodificar a informação pertinente das ações entre outros fatores. Desta forma o objetivo deste trabalho foi averiguar o desempenho observacional para dois grupos de Professores (Estagiários e Experientes) sendo que os resultados destes poderiam ser sempre comparados com uns Especialistas da modalidade em causa. O teste foi feito em alunos de 7º ano e 12º ano. Assim realizou-se um vídeo numa situação de basquetebol 3x3, em que os diferentes grupos iriam preencher um grelha de avaliação obedecendo aos critérios de êxito retirados do programa de Educação Física, atribuindo uma nota por ação e uma final. Foram calculados os valores da média de cada grupo, desvio padrão, critérios não identificados no filme, os critérios com mais peso na atribuição da nota final e análise estatística para verificar se existiam diferenças significativas entre os grupos. Com este estudo pretende-se esclarecer se a experiência dos Professores poderá estar ligado ao desempenho observacional e ao rigor na atribuição das notas.

Palavras-chave: Desempenho observacional, Avaliação, Professores Estagiários e Experientes, Educação Física.

ABSTRACT

In the educational context, the evaluation is always a problem for its great difficulty. The elements or actions that we intend to evaluate, they may have the criteria well defined, but this will always be conditioned by the person that do it. There are some factors that may serve as a justification for these ambiguities, such as the years of experience of the teacher, the more or less deep knowledge of the sport that is under evaluation, the observational power that each teacher has to decode the relevant information of the actions, among other

factors. Thus the aim of this study was to evaluate the observational performance for two observational groups of teachers (Trainees and Experienced) and the results of these could always be compared with modality experts group. The test was done on students in year 7 and year 12. So we made a video of a basketball situation of 3x3 and different groups would fill an evaluation grid according to the criteria of success removed from the Physical Education program, assigning a grade per action and a final. We calculated the mean values of each group, standard deviation, statistical analysis to determine whether there were significant differences between groups, criteria not identified in the film and finally the criteria with more weight in the assignment of the final grade. This study aims to clarify whether the experience of teachers can be linked to performance and the observational accuracy in the assignment of grades.

Key- words: Observational Performance, Assessment, Trainees and Experienced Teachers, Physical Education.

2.1-Introdução

A avaliação da aprendizagem em Educação Física inserida no contexto geral da educação, constitui um grande desafio para os professores, levantando diversas questões durante o processo avaliativo. Na realidade os professores confrontam-se com diversas dúvidas sobre as estratégias de avaliação do processo de aprendizagem. O processo de implementação das práticas avaliativas na intervenção pedagógica de professores de Educação Física, em todos os níveis de ensino, é cercado de dúvidas e contradições caracterizando-se como elemento gerador de inúmeras reflexões e discussões sobre o assunto (Evandra Hein Mendes, et al., 2007).

O principal objetivo da avaliação é o diagnóstico, identificando as principais dificuldades da aprendizagem e suas causas, e, este processo, quando bem conduzido possibilita ganhos significativos na Educação e na aprendizagem do aluno.

Assim, a avaliação surge como um instrumento fundamental para a regulação do processo de ensino aprendizagem, uma vez que o planeamento também depende da avaliação para se poder diagnosticar as capacidades dos alunos, conhecer o rendimento dos alunos, motivar e incentivar os alunos. Para além disso a avaliação deve ser sistemática, integrada no processo educativo e contínua para que se possa conhecer o aluno e o seu nível de progresso com vista a adequar o ensino e efetuar ajustes atempados ao planeamento.

“Avaliar bem o desempenho de um aluno é tão importante como ensinar esse aluno, pois sem avaliação torna-se difícil compreender seu processo de aprendizagem e os efeitos positivos da prática docente” (Sebalch et al 2010, p. 147).

Segundo Siedentop (1998), as etapas importantes deste processo são: determinar os objetivos a atingir, voltar a formular estes objetivos como comportamentos, determinar critérios e níveis de êxito específicos, recolher dados sobre o nível base, atender aos objetivos utilizando estratégias específicas e medidas regulares e assumir a responsabilidade do seu próprio ensino, ou seja, detetar possíveis falhas no processo ensino aprendizagem.

A análise do processo avaliativo levanta a reflexão sobre a responsabilidade de conduzir de forma coerente este processo, além disso, indica o caminho para que se faça um trabalho docente pautado e objetivo. O levantamento desta questão surgiu pelo facto de cada professor ter estratégias, pontos de observação diferentes e dessa forma podemos considerar que as avaliações poderão ser ambíguas.

De facto, a avaliação surge como utensílio fundamental para a regulação do processo de ensino-aprendizagem centrado não só no aluno, mas também no professor. Assim, a eficácia do processo avaliativo depende de vários fatores, tais como os objetivos da mesma, os critérios de êxito, as estratégias e situações critérios a utilizar para efetuar a avaliação, as características dos alunos e dos professores. Segundo Siedentop (1991), os professores têm

tido vários métodos de avaliar, o juízo intuitivo, a observação visual, os registos de notas, as listas e escalas de classificação. O juízo intuitivo implica que um professor experiente com conhecimentos sobre o processo de ensino aprendizagem faça uma observação e desde logo uma avaliação geral.

Na opinião de Fensterseifer (1998) os professores para avaliar devem procurar o que para eles é importante e o que procuram analisar no processo, através da escolha dos instrumentos que possam fornecer maior número de dados. Da mesma forma os dados mais significativos devem ser selecionados, enumerando os critérios de satisfação e insatisfação com os resultados da análise.

Qualquer que seja o instrumento adotado para a avaliação, este apresenta inúmeras limitações. Se for um instrumento quantitativo, logo se poderá perceber que a atividade humana é imensurável e que só poderá fornecer alguns dados que ajudem numa avaliação também qualitativa. Se for um instrumento qualitativo, faltar-lhe-á a objetividade, o que exigirá, de quem o aplicar, um conhecimento mais amplo do sujeito avaliado” (Freire, 1994).

Segundo Carvalho et al. (2000, p.212), “o professor deve ter clareza dos objetivos em cada ciclo aula, unidade, semestre, dos momentos avaliativos formais, das rotinas avaliativas, onde podem ser utilizados recursos coerentes que ampliem a capacidade de observação [...] e atenção a auto crítica para os momentos avaliativos informais”.

As características dos professores, como os seus conhecimentos, o seu comportamento, as suas competências e a sua experiência são fatores que podem influenciar a eficácia da avaliação. Inicialmente, as investigações sobre avaliação respaldavam-se nas características dos professores que eram considerados “bons”, com condutas decentes que influenciavam decisivamente o alcance dos efeitos desejáveis (Gonçalves, 1994). Nesta conceção, os traços da personalidade / características do professor eram o foco da investigação.

Mendes (2007) refere que os professores pouco experientes questionam-se como devem avaliar, isto é, que parâmetros devem ter em conta no processo de avaliação. Assim, cada experiência de cada professor conduz a estratégias de ensino e avaliação distintas, pontos de observação diferentes e dessa forma podemos considerar que as avaliações poderão ser ambíguas. No contexto particular da Educação Física, em muitos casos, a avaliação torna-se subjetiva e não contemplada da forma como deveria ser (Marques, 2010).

Nesta perspetiva, este estudo procurou analisar o desempenho observacional de professores estagiários e professores experientes em comparação com um quadro observacional de referência composto por especialistas.

Desta forma levantámos as seguintes hipóteses Ho - não existem diferenças estatisticamente significativas; H1 - existem diferenças estatisticamente significativas.

2.2.- Metodologia

2.2.1- Amostra

A amostra foi composta por um total 15 professores estagiários e 15 professores experientes de ambos os sexos e de 2 especialistas da modalidade de basquetebol, para podermos analisar o desempenho observacional e comparar as diferenças entre as respostas dos dois grupos e dos especialistas.

Os grupos de professores foram constituídos tendo em conta alguns fatores de exclusão, como o número de anos de serviço como professor e serem possuidores de formação em treino de basquetebol. Os professores com no máximo 5 anos de tempo de serviço foram incluídos no grupo dos estagiários e os professores com mais de 5 anos foram incluídos no grupo de professores experientes. No caso de haver algum professor com mais de 5 anos de tempo de serviço e formação no treino de basquetebol, este foi incluído no grupo de especialistas.

A escolha da amostra não teve um carácter aleatório, uma vez que foi necessário atender a algumas exigências de caráter ético:

- Pedir autorização à escola e aos pais dos alunos para que fossem realizadas as filmagens das situações de basquetebol;
- Informar os professores acerca do nosso estudo, garantindo toda a confidencialidade e anonimato dos dados obtidos (consentimento informado).

Neste estudo foi referenciado, novamente, na própria grelha de observação, a discussão dos objetivos do estudo com os participantes e colocadas duas questões que nos permitiram selecionar os professores para os incluirmos no respetivo grupo correto.

2.2.2- Procedimentos

Para realizar este estudo foram realizados 2 vídeos com situações de basquetebol 3*3, uma com alunos de 7º ano e outra com alunos de 12º ano. Foram preparadas duas grelhas de observação / avaliação com os critérios de êxito para cada situação, tendo em conta o nível e o ano de escolaridade.

Os vídeos e as grelhas de observação / avaliação foram distribuídos a cada um dos professores participantes com as grelhas a conter no seu cabeçalho os esclarecimentos sobre este processo de avaliação e estudo. Posteriormente, as grelhas de observação / avaliação foram recolhidas pelos pesquisadores.

Esta observação / avaliação é realizada através da visualização de dois exercícios de basquetebol onde se observam os gestos desportivos e/ou ações de natureza técnico-tática. Ambos os exercícios observacionais são correntes em processos de avaliação de alunos de Educação Física de diferentes ciclos de estudo. (Programa de 3º Ciclo e Secundário de Educação Física do Ministério da Educação, 2010)

Para este estudo foi produzida uma grelha de observação / análise com base nos critérios de êxito da situação prática em causa e o programa de Educação Física, definindo bem qual o ano e o nível do aluno.

Pretende-se que os professores efetuem as observações / avaliações nas mesmas condições, ou seja solicita-se que o tempo de visualização seja o tempo do vídeo, isto é cerca de 3 minutos, e que só seja visto por 2 vezes. Os filmes serão os mesmos para todos os professores não tendo sido possível, tendo em conta o tempo apertado, que o monitor onde foi feita a visualização do filme seja o mesmo.

Para o desenvolvimento deste estudo os participantes observaram o vídeo de uma situação de basquetebol 3*3 com alunos do 7º ano e outro com alunos do 12º ano durante 3 minutos, com um máximo de visualizações de 2 vezes. Nestes vídeos encontrava-se sempre um aluno com um colete de cor distinta, sendo a respeito desse aluno que foi feita a avaliação do seu desempenho nas habilidades técnico-táticas e gestos técnicos que, no tempo disponível de observação, foi efetivamente possível avaliar. Como tal, foram avaliadas apenas as habilidades técnico-táticas e gestos técnicos que os professores tiveram capacidade de observar, convenientemente, para atribuir uma classificação rigorosa.

Nesta avaliação, pretendia-se que essa classificação (na escala comum em contexto educativo - entre 1 e 5 valores) estivesse contextualizada às exigências de desempenho que habitualmente se considera para o respetivo ciclo de estudos e nível de estudos (alunos de 7º ano ou 12º ano). Depois era atribuída uma classificação final ao desempenho global do aluno no basquetebol. Por último, era ainda pedido que os professores indicassem por ordem decrescente a importância das 3 habilidades técnico-táticas ou gestos técnicos que consideraram mais relevantes para atribuir essa classificação final.

2.3.- Análise estatística

Os dados serão sujeitos a um tratamento quantitativo - numa escala de "Likert" fazer enumeração das notas atribuídas pelos diferentes tipos de professores face ao real e qualitativo - comparar os 3 pontos de observação mais importantes descritos pelos professores na avaliação feita. Nesta análise será efetuada a comparação dos pontos de observação mais

referenciados entre os diferentes tipos de professores em comparação com o grupo de especialistas para verificar qual se aproxima mais deste.

Os dados recolhidos serão ainda sujeitos aos procedimentos estatísticos para analisar os dados de cada grupo e compará-los, através da média, desvio padrão e frequência. Para verificarmos se existiam diferenças significativas entre os professores estagiários e professores experientes recorreremos ao tratamento estatístico através do programa IBM SPSS Statistics 20. Para isso realizamos o teste da normalidade para ambos os grupos e para o 7º e 12º ano para verificar qual o teste adequado para ser aplicado aos grupos independentes.

Como a distribuição não era normal, tivemos de realizar um teste não paramétrico e uma vez que tínhamos 2 amostras independentes, o teste aplicado foi o Mann-Whitney Test.

2.4.- Apresentação de dados

Média:

Quadro 8: Tabela das médias das notas dos diferentes grupos de professores

Grupos	7ºano			12ºano		
	Estagiários	Especialistas	Experientes	Estagiários	Especialistas	Experientes
Média	3,3	2,5	3,6	4,2	3,5	4,3

Com a recolha dos dados conseguimos retirar algumas informações pertinentes para posteriormente serem tratadas e discutidas. Neste caso relativamente aos dados que retiramos da média das notas finais, verificamos que para os Estagiários o aluno do 7º ano em causa concluiu a avaliação com uma nota de 3,3. Para os Professores Experientes verificámos que o aluno obteve uma nota média de 3,6 e para os Especialistas estes obtiveram uma nota de 2,5 sendo que este grupo serviu de referência para a nossa comparação.

Para os alunos do 12º Ano a média das notas finais atribuídas foram 4,2 para o grupo dos Professores Estagiários, 4,3 para os Professores Experientes e 3,5 para o grupo de Especialistas.

Desvio Padrão:

Quadro 9: Tabela do desvio padrão dos diferentes grupos de Professores

Grupos	7ºano			12ºano		
	Estagiários	Especialistas	Experientes	Estagiários	Especialistas	Experientes
Desvio Padrão	0,46	0,71	0,51	0,41	0,71	0,49

Quanto aos dados recolhidos conseguimos verificar que o desvio padrão, ou seja o intervalo em que as notas variam para cima e para baixo. Na situação de 7º Ano, para o grupo de Professores Estagiários as notas tiveram um desvio padrão de 0,46. Nos Professores Experientes 0,51 e finalmente para os Especialistas estes obtiveram um desvio padrão de 0,71.

No caso da situação do 12º ano que estava sob avaliação o desvio padrão, para o grupo de Professores Estagiários, teve uma oscilação de 0,41. Para os Professores Experientes este teve uma oscilação superior, com o valor de 0,49. Finalmente para o grupo de Especialistas este apresenta um valor de 0,71, se bem que este valor pode ser elevado devido ao reduzido tamanho da amostra.

Mann-Whitney Test:

7º Ano

Quadro 10: Tabela do Mann-Whitney Test para o 7º Ano

Ranks

	Avaliador	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nota	Estagiários	15	13,00	195,00
	Experientes	15	18,00	270,00
	Total	30		

Test Statistics^a

	Nota
Mann-Whitney U	75,000
Wilcoxon W	195,000
Z	-1,811
Asymp. Sig. (2-tailed)	,070
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,126 ^b

Usando o Mann-Whitney Test conseguimos verificar que para o aluno do 7º ano as diferenças entre Professores Estagiários e Professores Experientes não são estatisticamente significativas pois elas possuem uma significância de 0,070 o que indica que não podemos excluir a hipótese Ho.

12º ano

Quadro 11: Tabela do Mann-Whitney Test para o 12º Ano

Ranks

	Avaliador	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nota	Estagiario	15	14,50	217,50
	Experientes	15	16,50	247,50
	Total	30		

Test Statistics^a

	Nota
Mann-Whitney U	97,500
Wilcoxon W	217,500
Z	-,812
Asymp. Sig. (2-tailed)	,417
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,539 ^b

Usando o Mann-Whitney Test conseguimos verificar que para o aluno do 12º ano as diferenças entre Professores Estagiários e Professores Experientes não são estatisticamente significativas pois elas possuem uma significância de 0,417 o que indica que não podemos excluir a hipótese Ho.

Crítérios Não Ocorridos:

Quadro 12: Tabela de critérios “Não Identificados”

Crítérios não identificados		
	7º Ano	12º Ano
Estagiários	15	16
Experientes	13	9
Especialistas	7	11

Nas listas de todos os critérios de êxito retiradas do programa de Educação Física tanto para o 7º ano bem como 12º ano seguramente na apresentação em vídeo alguns deles não ocorreram, dessa forma tentamos perceber qual seria o grupo que melhor fazia essa descodificação e observação coerente. Assim para o 7º ano o grupo de Estagiários identificou 15 critérios aos quais não conseguiram recolher informação, nos Experientes apenas 13 e por fim os Especialistas só em 7 dos critérios é que eles não conseguiram recolher informação.

No caso dos alunos do 12º ano os professores Estagiários não conseguiram identificar 16 dos critérios na visualização do filme. Os professores Experientes com um número mais baixo não conseguiram identificar 11 e por fim os Especialistas com um número ainda mais reduzido de apenas 9 critérios mostrando que o seu olho clínico e experiência nesta modalidade poderão ser importantes na descodificação das ações do filme.

Top 3 dos Critérios de êxito:

Quadro 13: Tabela dos “critérios de êxito mais escolhidos”

7º Ano			
	1º	2º	3º
Estagiários	Desmarcação/oferece linhas de passe	Drible	Lançamento
Experientes	Drible	Passe	Lançamento
Especialistas	Drible	Passe	Lançamento

12º Ano			
	1º	2º	3º
Estagiários	Lançamento	Desmarcação	Drible
Experientes	Desmarcação/oferece linhas de passe	Dribles	Posicionamentos
Especialistas	Lançamento	Passe e corte (desmarcação sem bola)	Ressaltos ofensivos

Na grelha de avaliação facultada os grupos de amostra tinham uma pequena pergunta em que teriam de escolher três dos critérios de êxito mais importantes para si no processo de avaliação, ao atribuir a nota ao aluno. Assim com este ponto tentámos perceber quais os

critérios que os professores focam / valorizam mais, ou seja, quais os critérios que na observação atribuem mais peso no momento em que dão a nota final.

Sendo assim para o 7º ano verifica-se que os professores estagiários optam por colocar a desmarcação - oferece linhas de passe no critério mais escolhido, drible em segundo lugar e o lançamento como a terceira opção. Para os experientes e especialistas estes colocam os mesmos critérios e com a mesma ordem de escolha sendo o drible em primeiro, passe em segundo e lançamento em terceiro.

No caso do 12º ano este mostrou uma maior variedade de escolhas, sendo que os Professores Estagiários mostraram uma prevalência no lançamento, desmarcação e como ultimo critério o drible. Nos professores Experientes as suas escolhas dos critérios mais importantes recaíam sobre a desmarcação - oferece linhas de passe, dribles e por último, os posicionamentos. Na ótica dos especialistas os critérios que têm mais peso na sua avaliação recaem sobre os lançamentos, passe e corte (desmarcação sem bola) e por último, ressaltos ofensivos.

2.5.- Discussão de resultados

O estudo será descritivo, pois vai descrever o desempenho observacional através das notas atribuídas nas avaliações feitas pelos diferentes tipos de professores e compará-las com a avaliação dos especialistas para perceber quem se aproxima mais de uma avaliação coerente. O estudo procura documentar os fenómenos de interesse, a importância dos pontos de observação escolhidos para dar uma determinada nota e a coerência dos comportamentos e atitudes dos professores face à avaliação.

Na discussão de resultados relativamente à média das notas obtidas no 7º ano podemos dizer que para ambos os grupos de Professores Estagiários e Experientes estes atribuíram uma nota relativamente superior à do grupo dos Especialistas. Nos Estagiários foi superior em 0,8 valores (3,3) e 1,1 valores nos Experientes (3,6). No caso das notas do 12º ano verificou-se também um aumento da média das notas finais tanto dos professores Estagiários quer dos Experientes relativamente às dos Especialistas, se bem que aqui com uma ligeira redução das diferenças face ao 7º ano. Isto poderá nos indicar que os Estagiários e Experientes têm um rigor e uma exigência inferior ao dos Especialistas. Com estes resultados as diferenças que conseguimos observar entre os grupos de Professores Estagiários e Experientes foram reduzidas, como foi provado através do Mann-Whitney Test em que as diferenças entre os Professores Estagiários e Experientes não foram estatisticamente significativas. As médias dos dois grupos posicionaram-se acima da média do nosso grupo controlo (Especialistas), demonstrando como era previsto uma exigência e rigor superior na avaliação face à dos restantes.

Nos dados retirados do desvio padrão estes poderão ser considerados inesperados, pois o grupo que mostrou ser mais coerente e com um desvio padrão inferior foi o grupo dos Estagiários, o que inicialmente não seria a nossa expectativa, mas sim o contrário.

Aqui poderemos dizer que o N=2 no grupo de Especialistas pode ter influenciado o desvio padrão deste grupo, sendo que se a amostra fosse maior este grupo talvez se aproximasse mais da nota média e teria um desvio padrão mais reduzido.

Após retirarmos os dados dos critérios não identificados verificou-se que o grupo de Estagiários tal como era previsto teriam um menor poder de observação e menor número de vivências das ações individuais ou coletivas existentes no vídeo. Este indicador poderá nos levar a uma menor descodificação destas mesmas ações. Assim visualizou-se pelo número de critérios que não foram identificados que os Professores Experientes conseguem-se aproximar mais do número de critérios vistos pelos Especialistas (11), deixando assim o grupo dos Estagiários como o grupo com menor descodificação das ações (16). Este indicador poderá significar que estes sentem mais dificuldade ao nível do desempenho observacional, devido à sua inexperiência tal como é sustentado por alguns autores que defendem que “aprender a realizar uma boa observação de movimentos é um dos aspetos importantes na formação de professores”. Uma das limitações advindas da inexperiência do docente encontra-se intrinsecamente relacionada com a avaliação (Rosado, Virtuoso e Mesquita, 2004).

Na grelha de observação eram pedidos os três aspetos mais importantes para que o professor tenha atribuído determinada nota, de forma a fundamentar a mesma, selecionando os mais significativos, tal como defende Fensterseifer (1998).

Neste item também se pretendia procurar algumas diferenças entre os critérios mais referenciados para o 7º e 12º ano. Os principais resultados obtidos foram que no 7º ano, os Professores Experientes e Especialistas tiveram a mesma escolha de critérios e com a mesma ordem de preferência, começando pelo drible, passe e lançamento. Os Estagiários colocaram como critérios mais escolhidos “desmarcação - oferece linha de passe”, drible e lançamento. Daqui podemos retirar que o critério que os Estagiários deram mais importância foi a desmarcação talvez por ser mais facilmente visível, em detrimento do passe escolhido pelos outros dois grupos, ou seja um critério mais de técnica individual. O facto de a preferência dos critérios serem os mesmos nos grupos Experientes e Especialistas mostra que eles têm um foco de atenção mais semelhante no momento da avaliação.

No 12º ano os resultados não foram tão semelhantes, verificando que no grupo dos Estagiários estes continuaram a ter preferência pelos mesmo critérios escolhidos no 7º ano, sendo que agora numa ordem diferente. Para os Experientes e Especialistas apesar de estes não serem concordantes nas escolhas, estes selecionaram escolhas diferentes das que tinham feito para o 7º ano, optando por critérios mais de ações coletivas (passe e corte, posicionamentos) e por ações individuais mais complexas (ressaltos ofensivos, lançamento).

2.6.- Limitações do estudo

Uma grande limitação do nosso estudo prende-se com a dimensão da amostra, em particular no grupo de controlo (especialistas), devido a especificidade do grupo e a dificuldade em encontrar participantes com as características pretendidas. O tempo disponibilizado para a realização deste trabalho, o tempo que envolve a realização de estudos desta natureza e a falta de preenchimento de algumas grelhas de observação por parte de alguns possíveis participantes no estudo também foi limitativo.

Os alunos que realizaram a situação prática de basquetebol 3*3 não tinham todo o mesmo nível, ou seja, constituíam um grupo heterogéneo e deveriam ser grupos homogéneos para que fosse mais fácil de identificar quem sabe e quem não sabe jogar. A situação reduzida de jogo 3*3 também nos dificulta ou retira a possibilidade de poder observar alguns critérios que estão presentes na grelha de observação.

Por último, na revisão da literatura não encontramos trabalhos similares ao nosso, que tenham tido situações de basquetebol como matéria de ensino, o que limita o nosso estudo, nomeadamente na parte da discussão dos resultados.

2.7.- Conclusões

Concluindo, tendo que a avaliação é um processo criterioso e próprio, cada professor poderá ter os seus mecanismos de avaliação. Desta forma e com base nos resultados obtidos, conseguimos verificar que não existem grandes diferenças significativas entre os professores estagiários e experientes.

Neste estudo, algumas diferenças detetadas foram na escola dos critérios de êxito mais importantes na atribuição de uma nota, sendo que os estagiários enumeraram critérios de ações individuais ou coletivas mais simples face aos experientes, que no 7º ano referiram critérios de êxito de ações individuais simples e no 12º ano, ações individuais ou coletivas complexas. Esta opção poderá estar ligada ao domínio de conteúdos e número de vivências que faz com que os professores experientes tenham um foco de atenção e um leque de conhecimentos mais vasto, permitindo uma maior descodificação das ações existentes no momento da avaliação.

Na Educação Física, assim como em contextos de treino desportivo, a observação assume-se como uma capacidade essencial para o uso, sendo fulcral na análise e avaliação das prestações dos alunos ou atletas, e como tal, na própria atividade do docente (Aranha, 2007).




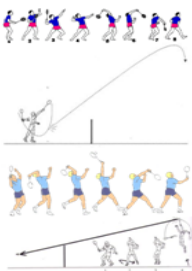
2.8.- Referências Bibliográficas

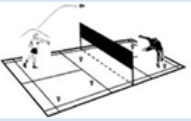

- Aranha, A. (2007). Observação de aulas de Educação Física. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Bratfische, S. Avaliação em Educação Física: Um Desafio. R. da Educação Física/UEM, Maringá. (2003).
- Corrêa, L. Avaliação da aprendizagem em Educação Física. (1994)
- Dudley, D.; Okely, A.; Pearson, P.; Cotton, W. A systematic review of the effectiveness of physical education and school sport interventions targeting physical activity, movement skills and enjoyment of physical activity. *European Physical Education Review*. October 2011 17: 353-378.
- FREIRE, João B. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. São Paulo: Scipione, 1994.
- Hardy, C.A. Perceptions of Physical Education Beginning Teachers' First Year of Teaching: are we doing enough to prevent early attrition? *Teacher Development*, Vol. 3, No. 1. (1999)
- Henriques, J. A avaliação autêntica em Educação Física - O problema dos jogos desportivos coletivos. (2012)
- Kingston, K.; Sproule, J. Effects of different teaching styles on the teacher behaviours that influence motivational climate and pupils' motivation in physical education. *European Physical Education Review*. October 2005 11: 257-285
- Kovac, M. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' views and future perspectives. *European Physical Education Review*. October 2008 14: 299-323,
- Mendes, E.; Nascimento, J. & Mendes, J. Metamorfoses na avaliação em Educação Física: da formação inicial à prática pedagógica escolar. (2007)
- Mendes, R; Clemente, F.; Rocha, R.; e Damásio, A. Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Exedra*, nº 6. (2012)
- Moreira, C. & Pereira, J. O ensino do conteúdo esporte na escola: o olhar dos professores iniciantes e professores experientes. (2008)
- Morgan, P.; Bourke, S. Non-specialist teachers' confidence to teach PE: the nature and influence of personal school experiences in PE. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol. 13, No. 1, January 2008, pp. 1-29

- Morgan, P.; Hansen, V. The relationship between PE biographies and PE teaching practices of classroom teachers. *Sport, Education and Society*. Vol. 13, No. 4, November 2008, pp. 373_391
- Pereira, F.; Mesquita, I.; Graça, A. A Investigação sobre a eficácia pedagógica no ensino do desporto. *R. da Educação Física/UEM Maringá*, v. 21, n. 1, p. 147-160, 1. trim. (2010)
- Pires, Denise. *Avaliação do desenvolvimento motor: uma análise acerca do conhecimento dos professores de educação física*. (2007)
- Rodrigues, G. *A Avaliação na Educação Física Escolar: caminhos e contextos*. (2003)
- Rosado, A., Virtuoso, L., & Mesquita, I. (2004). Relação entre as competências de diagnóstico de erros das habilidades técnicas e a prescrição pedagógica no voleibol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, 18(2), 151-157.
- Siedentop, D. *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Second Edition. Mayfield Publishing Company. (1983)
- Starc, G.; Strel, J. Influence of the quality implementation of a physical education curriculum on the physical development and physical fitness of children. *BMC Public Health* 12:61. (2012)

Anexos

Anexo 1: Exemplo de um plano de aula

Agrupamento de Escolas José Sanches e São Vicente da Beira														
Educação Física														
-Prof. Orientador: Prof. Carlos Vieira		Professores: Pedro Araújo		Turma: 7º C		Nº de alunos: 15								
Aula nº 26 e 27	Data: 23/11/2012	Hora: 12h00	Dia: Sexta-feira	Duração: 90'	Local: Pavilhão	Unidade Didática: Badminton								
Função didática: Avaliação diagnóstico														
Objetivos da Aula														
Habilidades Motoras: remete por cima (opp) remete por baixo (pp) serviço curto e longo deslocamentos. Condição Física: Velocidade, agilidade e flexibilidade. Conceitos psicossociais: Motivação, capacidade de esforço, iniciativa/entusiasmo, trabalho de grupo, autonomia, respeito, equidade, higiene e segurança.														
Sumário: Avaliação diagnóstica na modalidade de andebol.														
Fase	Objectivos Específicos	Material	Esquema	Descrição	Componentes do Exercício	Componentes Críticas/Critérios de Êxito								
Fase Inicial	Equipar, Controlo de Presenças, Entrada no Local, Informações, Criação de um Clima Pedagógico Favorável, Despertar a Disponibilidade de Exercitação.	---		Sentados nas bancadas de modo a que os Professores consigam visualizar todos os alunos. Explicação dos conteúdos a serem abordados durante a aula.	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Duração</td><td style="text-align: center;">5'</td></tr> <tr><td>Transição/Recuperação</td><td style="text-align: center;">NA</td></tr> <tr><td>Volume</td><td style="text-align: center;">5'</td></tr> <tr><td>Volume acumulado</td><td style="text-align: center;">5'</td></tr> </table>	Duração	5'	Transição/Recuperação	NA	Volume	5'	Volume acumulado	5'	
	Duração	5'												
Transição/Recuperação	NA													
Volume	5'													
Volume acumulado	5'													
Aquecimento geral, mobilidade articular e flexibilidade.	7 Coletes 4 Arcos 2 bolas de rugby e 5 marcadores		Pequena corrida à volta do campo com movimentos de mobilização articular. Organizam-se em 4 equipas duas de 4 elementos e duas de 3 elementos. Depois efetuam passes entre si até conseguirem introduzir a bola no arco. Alongamentos	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Duração</td><td style="text-align: center;">20'</td></tr> <tr><td>Transição/Recuperação</td><td style="text-align: center;">NA</td></tr> <tr><td>Volume</td><td style="text-align: center;">20'</td></tr> <tr><td>Volume acumulado</td><td style="text-align: center;">25'</td></tr> </table>	Duração	20'	Transição/Recuperação	NA	Volume	20'	Volume acumulado	25'	Pretende-se que os alunos realizem deslocamentos com mudanças de velocidade e direção.	
Duração	20'													
Transição/Recuperação	NA													
Volume	20'													
Volume acumulado	25'													
Fase principal	Realização de pequenas ações de batimentos no volante.	14 Raquetes 14 Volantes 20 Marcadores		Os alunos individualmente e deslocando-se livremente pelo meio campo têm contacto com a raquete e os volantes e vão executando diversos batimentos com a raquete o volante, sem que este caia ao chão. Pelo meio campo vão estar espalhados vários marcadores de forma a dificultar a tarefa dos alunos ao efetuar os deslocamentos pelo meio campo. A cada apito terão de efetuar uma troca de raquete de uma mão para a outra.	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Duração</td><td style="text-align: center;">15'</td></tr> <tr><td>Transição/Recuperação</td><td style="text-align: center;">1'</td></tr> <tr><td>Volume</td><td style="text-align: center;">14'</td></tr> <tr><td>Volume acumulado</td><td style="text-align: center;">40'</td></tr> </table>	Duração	15'	Transição/Recuperação	1'	Volume	14'	Volume acumulado	40'	Tipos de pega da raqueta (de direita e de esquerda) e utiliza-os de acordo com a trajetória do volante. Faz um "V" com as mãos. Posição base com os joelhos ligeiramente fletidos, com a perna direita avançada, regressando à posição inicial após o batimento, ficando logo preparado para o próximo batimento. Deslocamentos para conseguir o posicionamento correto dos apoios e uma atitude corporal que favorável ao batimento, antecipando-se à queda do volante.
	Duração	15'												
Transição/Recuperação	1'													
Volume	14'													
Volume acumulado	40'													
Executam ações de badminton, clear, lob, serviços, smash sem que o volante caia ao chão.	14 Raquetes 14 volantes e rede de badminton		Organizam-se 4 grupos de 3 elementos e um grupo de 2 elementos. Realizam entre si com uma distância de aproximadamente 5 metros diversas ações de badminton, clear, lob, serviços, smash sem que o volante caia ao chão.	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td>Duração</td><td style="text-align: center;">15'</td></tr> <tr><td>Transição/Recuperação</td><td style="text-align: center;">1'</td></tr> <tr><td>Volume</td><td style="text-align: center;">14'</td></tr> <tr><td>Volume acumulado</td><td style="text-align: center;">55'</td></tr> </table>	Duração	15'	Transição/Recuperação	1'	Volume	14'	Volume acumulado	55'	Clear – ao executar devolução do volante em trajetória alta - bate no volante num movimento contínuo, por cima da cabeça, à frente do corpo e finalizando este com uma rotação do tronco. Lob – ao executar a devolução do volante com trajetórias abaixo da cintura - bate no volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raqueta (em afundo), utilizando em conformidade os diferentes tipos de pegas de raqueta.	
Duração	15'													
Transição/Recuperação	1'													
Volume	14'													
Volume acumulado	55'													

	Realizam situação de jogo 1 contra 1 em campo reduzido.	1 rede de badminton 14 raquetes 7 volantes		Aproveitando os mesmo pares de alunos para iniciar o exercício deslocam-se para a rede e realizam jogo 1 contra 1 em campo reduzido e vão trocando os adversários a cada 4 ou 5'.	<table border="1"> <tr> <td>Duração</td> <td>22'</td> </tr> <tr> <td>Transição/Recuperação</td> <td>2'</td> </tr> <tr> <td>Volume</td> <td>20'</td> </tr> <tr> <td>Volume acumulado</td> <td>77'</td> </tr> </table>	Duração	22'	Transição/Recuperação	2'	Volume	20'	Volume acumulado	77'	Serviço: batimento do volante para iniciar o ponto. Este pode ser curto ou longo. Tem a característica de ter uma trajetória alta batendo num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco.
Duração	22'													
Transição/Recuperação	2'													
Volume	20'													
Volume acumulado	77'													
Fase Final	Arrumo do Material. Procedimento dos cuidados de higiene muda de roupa. Refletir sobre os conteúdos. Arrumo do Material. Procedimento dos cuidados de higiene e muda de roupa.			Os alunos colocados no centro do pavilhão e espaçados entre si, de forma a existir um controlo visual por parte do Professor, realizam os exercícios de flexibilidade e força propostos pelo Professor. Durante os exercícios o Professor fará questões quanto ao conhecimento adquirido. Arrumar do material.	<table border="1"> <tr> <td>Duração</td> <td>13'</td> </tr> <tr> <td>Transição/Recuperação</td> <td>NA</td> </tr> <tr> <td>Volume</td> <td>13'</td> </tr> <tr> <td>Volume acumulado</td> <td>90'</td> </tr> </table>	Duração	13'	Transição/Recuperação	NA	Volume	13'	Volume acumulado	90'	Realizam exercícios propostos pelo professor, e refletem sobre os conhecimentos adquiridos durante a aula.
Duração	13'													
Transição/Recuperação	NA													
Volume	13'													
Volume acumulado	90'													
Observações	Devido ao espaço reduzido o último exercício de confronto 1x1 estava algo confuso pela proximidade dos alunos.													

Anexo 2: Exemplo do plano de treino Desporto do Escolar



Época 2012/13
INICIADOS/JUVENIS

Desporto Escolar

SESSÃO: 3	LOCAL: Pavilhão	DATA: 17/10/2012	HORA: 15h30	DIA: Quarta-Feira	DURAÇÃO: 90 min
-----------	-----------------	------------------	-------------	-------------------	-----------------

OBJECTIVOS: Treino de técnica individual, transições, trabalho introdutório do sistema tático 3:1, por fim jogo formal.

MATERIAL: 7 bolas, 10 cones, 6 barreiras e 4 cones

	Objectivo	Esquema	Descrição	Componentes do Exercício														
Parte Inicial	- Aquecimento geral/Aquecimento		<ul style="list-style-type: none"> - Controlo de presenças, discurso inicial. - Jogo de aquecimento três equipas em que duas fazem posse da bola e a outra tenta recuperá-la. 	<table border="1"> <tr><td>Duração</td><td>15'</td></tr> <tr><td>Frequência</td><td>1x</td></tr> <tr><td>Tempo de Pausa</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Pausa entre Séries</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Volume</td><td>15'</td></tr> <tr><td>Recuperação</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Vol. Total</td><td>15'</td></tr> </table>	Duração	15'	Frequência	1x	Tempo de Pausa	NA	Pausa entre Séries	NA	Volume	15'	Recuperação	NA	Vol. Total	15'
				Duração	15'													
Frequência	1x																	
Tempo de Pausa	NA																	
Pausa entre Séries	NA																	
Volume	15'																	
Recuperação	NA																	
Vol. Total	15'																	
Parte Principal	- Transições ofensivas e defensivas em superioridade e inferioridade numérica. Sistema de jogo defensivo e ofensivo 3:1.		<ul style="list-style-type: none"> - Exercício de transições com inferioridade e superioridade numérica 2x1 e 3x1. - Introdução ao sistema de jogo defensivo e ofensivo 3:1 - Alongar e água 	<table border="1"> <tr><td>Duração</td><td>25'</td></tr> <tr><td>Frequência</td><td>1x</td></tr> <tr><td>Tempo de Pausa</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Pausa entre Séries</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Volume</td><td>25'</td></tr> <tr><td>Recuperação</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Vol. Total</td><td>40'</td></tr> </table>	Duração	25'	Frequência	1x	Tempo de Pausa	NA	Pausa entre Séries	NA	Volume	25'	Recuperação	NA	Vol. Total	40'
				Duração	25'													
Frequência	1x																	
Tempo de Pausa	NA																	
Pausa entre Séries	NA																	
Volume	25'																	
Recuperação	NA																	
Vol. Total	40'																	
Parte final	- Situação de jogo condicionado. (sair a jogar em segurança cantos, foras e livres)		<ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo 5x5 condicionado: má execução na recepção de bola original livre de 10m para a equipa adversária. - Esquemas táticos para sair a jogar de forma apoiado (cantos, foras e livres) 	<table border="1"> <tr><td>Duração</td><td>30'</td></tr> <tr><td>Frequência</td><td>1x</td></tr> <tr><td>Tempo de Pausa</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Pausa entre Séries</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Volume</td><td>30'</td></tr> <tr><td>Recuperação</td><td>NA</td></tr> <tr><td>Vol. Total</td><td>70'</td></tr> </table>	Duração	30'	Frequência	1x	Tempo de Pausa	NA	Pausa entre Séries	NA	Volume	30'	Recuperação	NA	Vol. Total	70'
				Duração	30'													
Frequência	1x																	
Tempo de Pausa	NA																	
Pausa entre Séries	NA																	
Volume	30'																	
Recuperação	NA																	
Vol. Total	70'																	
	-Retorno à calma		Feedback, reforço muscular e alongamentos e	<table border="1"> <tr><td>Duração</td><td>20'</td></tr> <tr><td>Vol. total</td><td>90'</td></tr> </table>	Duração	20'	Vol. total	90'										
Duração	20'																	
Vol. total	90'																	

Anexo 3: Exemplar do Planeamento Anual

Ano Letivo 2012/2013

7ª C

Dia Mês	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho		
Sábado				1							1	
Domingo	2				2							2
2ª	3	1		3				1		3		
3ª	4	2		4	1			2		4		
4ª	5	3		5	2			3	1	5	1	
5ª	6	4	1	6	3			4	2	6	2	
6ª	7	5	2	7	4	1	1	5	3	7	3	
Sábado	8	6	3	8	5	2	2	6	4	8	4	
Domingo	9	7	4	9	6	3	3	7	5	9	5	
2ª	10	8	5	10	7	4	4	8	6	10	6	
3ª	11	9	6	11	8	5	5	9	7	11	7	
4ª	12	10	7	12	9	6	6	10	8	12	8	
5ª	13	11	8	13 - Acti	10	7	7	11	9	13 - Acti	3	
6ª	14 - Apres	12	9	14 - Acti	11	8	8	12	10	14 - Acti	10	
Sábado	15	13	10	15	12	9	9	13	11	15	11	
Domingo	16	14	11	16	13	10	10	14	12	16	12	
2ª	17	15	12	17	14	11	11	15	13	17	13	
3ª	18	16	13	18	15	12	12	16	14	18	14	
4ª	19	17	14	19	16	13	13	17	15	19	15	
5ª	20 - Apres	18	15	20	17	14	14 - Acti	18	16	20	16	
6ª	21	19	16	21	18	15	15 - Acti	19	17	21	17	
Sábado	22	20	17	22	19	16	16	20	18	22	18	
Domingo	23	21	18	23	20	17	17	21	19	23	19	
2ª	24	22	19	24	21	18	18	22	20	24	20	
3ª	25	23	20	25	22	19	19	23	21	25	21	
4ª	26	24	21	26	23	20	20	24	22	26	22	
5ª	27	25	22	27	24	21	21	25	23	27	23	
6ª	28	26	23	28	25	22	22	26	24	28	24	
Sábado	29	27	24	29	26	23	23	27	25	29	25	
Domingo	30	28	25	30	27	24	24	28	26	30	26	
2ª		29	26	31	28	25	25	29	27		27	
3ª		30	27		29	26	26	30	28		28	
4ª		31	28		30	27	27	31	29		29	
5ª			29		31	28	28		30		30	
6ª			30			29	29		31		31	
Sábado							30					
Domingo							31					
											1 + 4	
											3 + 4	
											3 + 4	
											6 + 5	
											4 + 4	
											8 + 4	
											3 + 4	
											2 + 2	

1º Período : 12 blocos 90' e 12 blocos de 45'

2º Período : 11 blocos de 90' e 11 blocos de 45'

3º Período : 10 blocos de 90' e 9 blocos de 45'