



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

**Relatório de Estágio Pedagógico:
Escola Secundária com 3º Ciclo Frei Heitor Pinto**

Marta Sofia Veríssimo Proença Batista

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

Orientador: Professor Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

Covilhã, Junho de 2013

Agradecimentos

As palavras que se seguem são o meu agradecimento sincero a todos aqueles que contribuíram para a conclusão deste ciclo de estudos. Sendo impossível referir todas as pessoas vou destacar aquelas que tornaram possível este percurso.

A todos os professores que contribuíram para a minha formação, destacando os professores Júlio Martins e Aldo Costa, pela orientação e atenção disponibilizada, pela partilha de conhecimentos e experiências proporcionadas ao longo deste ciclo de estudos.

Aos alunos, professores e funcionários da Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, que me acolheram de braços abertos e me proporcionaram a oportunidade de aprender e ensinar, contribuindo para a minha formação como ser humano através das dinâmicas estabelecidas.

Ao meu orientador de estágio, o professor Carlos Elavai Vieira, pela sua sabedoria, profissionalismo e rigor, mas sobretudo pela disponibilidade em partilhar e ensinar, tendo sido afável, motivador e conselheiro contribuindo positivamente para a minha aprendizagem e formação.

Aos meus colegas de estágio, André Oliveira e Pedro Gomes que foram amigos, companheiros, divertidos, motivadores, dedicados e proporcionaram um ano mais fácil e positivo. Obrigada pelas palavras de conforto e partilha de aprendizagens.

Ao Professor António Baptista, pela oportunidade, ajuda e partilha de experiências, proporcionando momentos de alegria e diversão.

Aos meus amigos, não destacando nenhum para não me esquecer de ninguém, pelas palavras de apoio e incentivo, pelos sorrisos e momentos de diversão, contribuindo para que fosse mais fácil esta caminhada.

À minha família, na qual destaco os meus pais por todo o amor, dedicação, força e apoio que me deram, como sempre fizeram ao longo da minha vida, fazendo-me acreditar que valeria a pena todo o esforço e dedicação.

O meu agradecimento mais profundo vai para o meu amigo e companheiro de vida, Rui Fernandes, que esteve sempre presente e me acompanhou ao longo deste percurso. Muito obrigada por teres sido o meu pilar, contribuindo com todo o amor, dedicação, ajuda, dando-me a força e a coragem necessária para tornar este caminho possível.

Resumo Capítulo 1.

O presente capítulo foi elaborado com o intuito de descrever e refletir o trabalho desenvolvido no âmbito do estágio pedagógico na área de educação física, realizado na Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, durante o ano letivo de 2012/2013. O objetivo primordial do estágio foi a conceção da habilitação profissional para exercer a função de professor de Educação Física, através da aplicação prática do conhecimento adquirido ao longo do percurso académico. Do ponto de vista metodológico descreve e analisa as atividades letivas desenvolvidas numa amostra de quatro turmas do ensino secundário, evidenciando o planeamento e as estratégias de intervenção para a lecionação; a direção de turma e as atividades não letivas desenvolvidas na escola, nomeadamente o desporto escolar. No término deste ano de trabalho, considero que o estágio pedagógico foi fundamental na aquisição de competências, na transformação de conhecimento e na operacionalização de diferentes ferramentas de trabalho, para a área da docência em Educação Física.

Palavras-chave:

Estágio pedagógico; escola; educação física; lecionação.

Resumo Capítulo 2.

A presente investigação visou estudar a importância atribuída pelos alunos a fatores motivacionais e avaliar de que forma características individuais e escolares, em particular, a área científica de estudo, contribui de forma diferenciada para os níveis de motivação dos alunos para a prática de atividade física, em contexto escolar. A amostra foi constituída por 149 alunos a frequentar o ensino secundário, numa escola da região da Cova da Beira, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, de diferentes áreas científicas. Foi utilizado como instrumento de recolha de dados o questionário Kobal (1996). Os resultados demonstraram que, em média, os alunos atribuem maior importância a motivos *intrínsecos* do que *extrínsecos* para se manterem motivados para as aulas de Educação Física. Registaram-se também diferenças, estatisticamente significativas, quando comparados os níveis médios de motivação segundo o género, envolvimento desportivo e área científica de estudo dos alunos. Os resultados do nosso estudo levam-nos a concluir que os alunos são motivados por diferentes fatores e existem também diferentes características, individuais e escolares, a interferir nesses níveis de motivação, sendo necessário que o professor compreenda essas diferenças e preveja no planeamento das suas aulas esta diversidade, de forma a manter e estimular a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física.

Palavras-chave:

Motivação intrínseca, motivação extrínseca, amotivação, educação física.

Abstract Chapter 1.

This chapter has been prepared in order to describe and reflect the work carried out in the field of teaching practice in Physical Education, performed in the High School with 3rd cycle Frei Heitor Pinto, during the academic year of 2012/2013. The most important aim of the work experience was the conception of professional qualification to perform the function of the Physical Education teacher, through the practical application of the knowledge acquired during the academic route. From the methodological point of view, it analyzes the academic activities developed in a sample of four classes of the secondary teaching, giving emphasis to the planning and intervention strategies to teaching; the class direction and the non academic activities developed in the school, particularly the school sport. At the end of this year's work, I take into account that the pedagogical teaching was essential in the acquisition of skills, in the change of knowledge and in the operationalization of different work tools, to the area of Physical Education teaching.

Keywords:

Pedagogical teaching training; physical education; teaching.

Abstract Chapter 2.

The present investigation aimed to study the importance attributed by students to motivational factors and assess how individual and academic characteristics, in particular, the scientific area of study, contributes differently to the motivation levels of students towards the practice of physical education in the school context. The sample was constituted by 149 students attending high school, a school in the region of Cova da Beira, aged between 15 and 19 years, from different scientific areas. The instrument used for the collection of data was the Kobal Questionnaire (1996). The results showed that, on average, students attach more importance to intrinsic than extrinsic reasons to stay motivated for physical education classes. There were also statistically significant differences when compared to the average levels of motivation by gender, sports involvement and scientific area of study of the students. The results of our study lead us to conclude that students are motivated by different factors and there are also different characteristics, individual and academic, that interfere with those levels of motivation, thus it's necessary that the teacher understands those differences and, when planning, provides in his lessons diversity, in order to maintain and stimulate students' motivation towards physical education classes.

Keywords:

Intrinsic motivation, extrinsic motivation, amotivation, physical education.

Índice

Capítulo 1 - Estágio Pedagógico	1
1 Introdução	2
2 Objetivos	2
2.1 Objetivos do Estagiário	2
2.2 Objetivos da Escola	3
2.3 Objetivos do Grupo de Educação Física	4
3 Metodologia	5
3.1 Caracterização da Escola	5
3.2 Lecionação	6
3.2.1 Amostra	7
3.2.1.1 Caracterização da turma 10ºA	7
3.2.1.2 Caracterização da turma 10ºB/D	7
3.2.1.3 Caracterização da turma 11ºC	8
3.2.1.4 Caracterização da turma 11ºF	8
3.2.2 Planeamento	8
3.2.2.1 Turma 10ºA	10
3.2.2.2 Turma 10ºB/D	12
3.2.2.3 Turma 11ºC	14
3.2.2.4 Turma 11º F	15
3.2.2.5 Reflexão da Lecionação	15
3.3 Recursos Humanos	17
3.4 Recursos Materiais	18
3.5 Direção de Turma	19
3.6 Atividades Não Letivas	20
3.6.1 Atividades do Grupo Disciplinar	20
3.6.2 Atividades do Grupo de Estágio	21
4 Reflexão	24
5 Considerações Finais	24
6 Bibliografia	25

Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto - “Motivação dos alunos nas aulas de educação física tendo em conta o género, idade, nível de escolaridade e área científica”.

1 Introdução	26
2 Metodologia	28
2.1 Amostra	28
2.2 Procedimentos	28
2.3 Instrumentos	29
2.4 Variáveis	29
2.5 Procedimentos Estatísticos	30
3 Resultados	30
4 Discussão	38
5 Conclusão	39
6 Bibliografia	41

Índice de Gráficos

Capítulo II

Gráfico 1 - Distribuição dos valores médios dos 32 itens do Questionário Kobal (1996) segundo fatores motivacionais 31

Gráfico 2 - Gráfico de barras para a apresentação dos intervalos de confiança para as médias 35

Índice de Quadros

Capítulo II

Quadro 1 - Estatísticas descritivas e teste de normalidade: <i>scores Motivacionais</i>	31
Quadro 2 - Comparação dos <i>scores</i> Motivação segundo Género	32
Quadro 3 - Comparação dos <i>scores</i> Motivação segundo Área Científica	34
Quadro 4 - Comparação dos <i>scores</i> Motivação segundo o Envolvimento Desportivo	35
Quadro 5 - Itens do Questionário Kobal que mostraram ter um efeito diferenciado segundo o género dos alunos	36
Quadro 6 - Itens do Questionário Kobal que mostraram ter um efeito diferenciado segundo a área científica que os alunos frequentam	36

Capítulo 1 - Estágio Pedagógico

1 Introdução

O Estágio Pedagógico está integrado no segundo ano de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário ministrado pela Universidade da Beira Interior. O Estágio tem como objetivo primordial a aplicação e articulação dos conhecimentos, provenientes do primeiro ano deste ciclo de estudos, em contexto escolar, bem como estimular e desenvolver competências nos domínios pedagógicos, sociais e relacionais.

Para que prática pedagógica seja possível, a Universidade da Beira Interior estabeleceu um protocolo de cooperação com as escolas que visa a iniciação da prática profissional. O decreto-Lei nº 43/2007 de 22 de Fevereiro, que regulamenta este mestrado, “valoriza a prática de ensino supervisionada, dado constituir o momento privilegiado, e insubstituível, de aprendizagem da mobilização dos conhecimentos, capacidades, competências e atitudes, adquiridas nas outras áreas, na produção, em contexto real, de práticas profissionais adequadas a situações concretas na sala de aula, na escola e na articulação desta com a comunidade.”

Desta forma, o Regulamento do Estágio Pedagógico de Educação Física elaborado pelo Departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior define como objetivos e domínios do estágio as seguintes áreas de atividades: ensino aprendizagem, direção de turma/relação com o meio, desporto escolar/intervenção na escola e atividades de carácter científico-pedagógico. Na operacionalização destes domínios, os estagiários deverão realizar entre quinze a vinte horas semanais de trabalho na escola.

Com o intuito de estabelecer os grupos de estágio e escolher as respetivas escolas para estagiar, com as quais a universidade tem protocolos de cooperação, no final do primeiro ano de mestrado, os alunos reunirão com um representante dos serviços académicos da Universidade da Beira Interior. O meu grupo de estágio, para além de mim, foi constituído pelos meus colegas André Oliveira e Pedro Gomes.

O Estágio Pedagógico foi realizado na Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, tendo sido orientado nesta instituição pelo Professor Carlos Elavai Vieira e com acompanhamento do Departamento de Ciências do Desporto, da Universidade da Beira Interior, através do Professor Doutor Júlio Martins.

No dia 3 de Setembro de 2012, apresentei-me com os meus colegas de estágio na Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, para iniciar o Estágio Pedagógico que terminaria a 31 de Maio de 2013. No entanto, permanecemos na escola até ao final do ano letivo,

participando em todas as atividades letivas e não letivas, concluindo o processo ensino-aprendizagem.

O presente relatório pretende evidenciar o trabalho realizado, durante o ano letivo 2012/2013, na Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, onde efetuei o Estágio Pedagógico. Embora considere difícil redigir, num documento, todo o trabalho desenvolvido ao longo do ano, procurarei com cuidado, rigor e objetividade, refletir todas as experiências e aprendizagens adquiridas no decorrer do Estágio Pedagógico.

Inicialmente irei mencionar os meus objetivos, os objetivos da escola e os do grupo de Educação Física. De seguida, farei a caracterização do meio que me acolheu. Após este enquadramento, vou expor sobre todas as atividades desenvolvidas, desde a lecionação ao planeamento efetuado nas quatro turmas, finalizando este ponto com a reflexão da lecionação. Posteriormente, vou apresentar os recursos humanos e materiais disponíveis na escola, bem como evidenciar as atividades desenvolvidas na direção de turma e as atividades não letivas realizadas ao longo do ano letivo. Por fim, vou refletir acerca das contribuições do Estágio Pedagógico na minha formação enquanto pessoa e futura professora de forma a tecer as considerações finais.

2 Objetivos

Os objetivos são o pulsar da nossa vida, determinantes para as nossas escolhas e orientação do nosso caminho. Sem eles torna-se difícil saber qual o rumo a seguir. Desde cedo, sempre pensei que não devemos parar, mas sim estabelecer metas a alcançar, para nos adaptarmos às transformações da sociedade em que vivemos e evoluir enquanto pessoas e profissionais. Deste sentimento, surge a procura de novos conhecimentos e a minha integração neste mestrado.

2.1 Objetivos do Estagiário

O propósito com que me inscrevi no segundo ciclo de Mestrado em Ensino de Educação Física partiu da minha vontade em aprofundar os conhecimentos e desenvolver competências para a lecionação na área do Desporto e da Educação Física.

A minha formação inicial advém da Licenciatura em Ciências do Desporto que me concede a habilitação própria para a lecionação na área do Desporto e Educação Física. Contudo, não me possibilita a profissionalização para a docência e como tal, não posso concorrer a nível nacional no concurso de professores, ficando limitada às ofertas de escola.

Durante este ciclo de estudos, o Estágio Pedagógico foi, sem dúvida nenhuma, o momento pelo qual eu mais ansiava no mestrado. Na minha perspetiva servirá como um veículo que me permitirá abrir as portas do ensino e este foi desde sempre o meu principal objetivo. Desta forma, tinha a expectativa de que o Estágio me iria dar “bagagem” para o meu futuro.

A escola seria o meio ideal para colocar à prova e pôr em prática todo o conhecimento científico-pedagógico adquirido ao longo de toda a minha formação curricular. Uma vez inserida no contexto escolar esperava tirar os maiores contributos para a minha formação enquanto pessoa e profissional. Por um lado, perspectivava estabelecer boas relações com toda a comunidade educativa, criar laços de amizade, vivenciar experiências, partilhar e cooperar com os outros. Por outro lado, desejava aprender muito, adquirindo instrumentos e metodologias de ensino nos domínios da organização, administração, observação e avaliação de conteúdos.

2.2 Objetivos da Escola

A Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, ao longo dos 79 anos da sua existência e de acordo com os desafios do tempo, procura oferecer um serviço com qualidade e excelência, em prol do desenvolvimento harmonioso do Homem e do Cidadão, apostando numa formação contínua para a cidadania e para os valores.

Como tal, e de acordo com o Projeto Educativo de Escola 2011-2014 (PEE 2011-2014) a missão da escola privilegia quatro pontos fulcrais:

- ✚ Promover uma cultura de qualidade e rigor, de autoavaliação, reflexão e espírito crítico;
- ✚ Promover um ensino diferenciado que, fazendo uso das novas tecnologias, se baseie na aquisição progressivamente partilhada de conhecimentos e competências que despoletem uma construção mais positiva e consciente;
- ✚ Promover o sucesso, procurando a integração de todos os alunos assente nos valores de cidadania, tolerância e respeito pelos valores humanos e democráticos;
- ✚ Promover a abertura crescente à comunidade, estabelecendo diversas parcerias que contribuam para a formação de cidadãos autónomos, intervenientes e solidários.

No sentido de dar continuidade à qualidade do seu ensino e concretizar os seus objetivos fundamentais, sendo estes: a formação plena dos seus alunos e uma maior abertura e interligação com a comunidade envolvente, a escola procura promover um serviço educativo tendo em conta os parâmetros de exigência, rigor, qualidade, disponibilidade e imparcialidade que são exigidos por uma sociedade tecnologicamente evoluída e globalizada. Para tal, conta com a atividade de todos aqueles que, diariamente têm na escola o seu habitat natural.

No que respeita à formação dos alunos a escola pretende desenvolver os seus jovens nos domínios: psíquico, motor, científico, filosófico e tecnológico, para que no futuro possam ser

bons cidadãos e ótimos profissionais. Na concretização deste objetivo, a escola conta com um corpo docente qualificado em articulação com os diferentes órgãos da estrutura educativa escolar e todos os meios extraletivos que tem em seu dispor.

Na abertura e interligação com a comunidade envolvente, a escola canaliza os seus esforços na tentativa de cativar os encarregados de educação, no acompanhamento dos seus educandos e de todo o pulsar da escola, bem como estabelecer parcerias com empresas e entidades, que têm tido um papel fundamental para um ensino com qualidade.

A escola pretende ainda, contribuir para uma formação contínua e completa dos seus assistentes técnicos e assistentes operacionais, para melhorar práticas que sejam fundamentais.

Para explicitar os princípios orientadores referidos anteriormente, a escola definiu três áreas de intervenção (curricular, relacional/cidadania e organizacional) e as suas finalidades.

2.3 Objetivos do Grupo de Educação Física

O grupo de Educação Física segue as linhas orientadoras definidas no Programa Nacional de Educação Física e os objetivos do PEE 2011-2014. De acordo com os mesmos, e de forma a operacionalizar as estratégias de intervenção, o grupo de Educação Física criou um regulamento interno comum. Este documento tem como objetivo proporcionar o uso pleno dos equipamentos desportivos, definindo regras e atribuindo responsabilidades aos alunos, funcionários, professores e diretor das instalações.

No presente ano letivo, os deveres atribuídos aos professores foram:

- ✚ Ser responsável pelo local onde decorre a aula, por todos os materiais e equipamentos desportivos, utilizados ou não no decorrer da aula;
- ✚ Controlar todas as atividades dos alunos;
- ✚ Ser pontual na entrada das aulas e na saída das mesmas;
- ✚ Terminar a aula 5 a 10 minutos antes do toque de saída nos blocos de 90 minutos e 5 minutos antes do toque de saída, nas aulas de 45 minutos;
- ✚ Informar os funcionários, antes do toque de entrada, sempre que não seja necessário os alunos equiparem-se;
- ✚ Providenciar que o material didático, após ter sido utilizado, seja recolocado corretamente no respetivo lugar, uma vez que cada professor é responsável pelo material utilizado na sua aula, bem como pela sua arrumação;
- ✚ Comunicar ao delegado de instalações e ao funcionário sempre que se verificar qualquer danificação no material didático que tenha sido utilizado;

- ✚ Dar baixa do material danificado para que se proceda à sua reparação, substituição ou atualização do inventário.

Para além das responsabilidades definidas no regulamento interno, foram ainda aprovadas outras medidas de gestão e organização das instalações desportivas, para melhorar a qualidade das aulas de Educação Física.

Deste modo, para rentabilizar as instalações desportivas, não podem existir mais de 3 turmas em simultâneo a realizar as aulas de Educação Física, exceto casos pontuais em que são permitidas 4 turmas. Esta condição deve-se ao número de instalações desportivas existentes, bem como à incapacidade de resposta dos balneários, para acolher uma maior influência de alunos do que a referida.

Para otimizar os recursos existentes, o grupo de Educação Física decidiu abordar as modalidades específicas de acordo com os espaços atribuídos a cada turma. Assim, no início do ano são atribuídos a cada professor as instalações e a sua rotatividade ao longo dos três períodos, possibilitando ao professor um planeamento atempado.

Relativamente às modalidades abordadas, o grupo de Educação Física optou por lecionar uma ou duas modalidades durante cada período. Esta estratégia, defendida pelo grupo, pretende conceder aos alunos mais tempo para trabalhar os diferentes conteúdos da modalidade, possibilitando um conhecimento mais intenso e profundo das matérias lecionadas.

O grupo de Educação Física optou por não realizar os testes Fitnessgram. Por um lado, considera que estes não devem constituir um modo de avaliação dos alunos, uma vez que a avaliação deve apenas focar os conteúdos lecionados na aula e tendo em conta, o tempo disponível no ensino-aprendizagem. Por outro lado, o grupo considera que a intensidade e o tempo de prática nas aulas de Educação Física, não é o suficiente para conseguir ganhos significativos nos parâmetros avaliados pelos testes.

3 Metodologia

A metodologia utilizada diz respeito à minha intervenção na escola que está relacionada com a lecionação. Neste sentido, farei de seguida a caracterização e o enquadramento da escola. Efetuarei uma análise sucinta da lecionação e do planeamento para cada uma das turmas, finalizando com uma reflexão geral da lecionação. Referenciarei ainda os recursos humanos, os recursos materiais e por fim a direção de turma e as atividades não letivas desenvolvidas.

3.1 Caracterização da Escola

A Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto encontra-se localizada na avenida 25 de Abril na cidade da Covilhã e pertence à Direção Regional de Educação do Centro.

A origem da escola remonta a 20 de março do ano de 1934, data em que o Decreto nº 23685 criou o Liceu Municipal na cidade da Covilhã, uma vez que a “população era numerosa e de importante desenvolvimento”. A 7 de Agosto de 1934 a escola passou a ser denominada de Liceu Municipal de Heitor Pinto.

Desde a sua criação, a escola tem sofrido alterações, em termos de edifício, cursos ministrados, população escolar e políticas educativas com o intuito de se adaptar e dar resposta às necessidades socioeconómicas, políticas e sociais. Ao longo da sua história desempenhou um papel importantíssimo na transmissão e difusão da cultura e da ciência, procurando desenvolver a personalidade e o espírito de tolerância, a responsabilidade e solidariedade necessários aos valores de democracia e cidadania.

Atualmente e no que concerne aos alunos, no ano letivo 2012/2013 frequentaram a escola 644 alunos, em que a maioria (81%) é do ensino regular em comparação com o ensino profissional/tecnológico (19%). Verifica-se uma predominância dos alunos do ensino secundário relativamente aos do 3º ciclo e uma ligeira maioria de rapazes na população discente.

A população escolar é muito heterogénea, fruto da escola diversificar a sua oferta educativa, tendo em conta as necessidades do sistema e dos jovens. Como tal, existem expectativas e dificuldades, diferenciando a evolução das aprendizagens, de motivações, atitudes, comportamentos, aumentando a complexidade do dia-a-dia escolar, nos domínios organizacionais, estratégicos e pedagógicos.

Os alunos da escola são oriundos de trinta e nove freguesias, algumas de outros concelhos que não o da Covilhã. Os alunos de fora do concelho da Covilhã frequentam CEF ou cursos profissionais/tecnológicos, como por exemplo o curso Tecnológico de Desporto sendo o único existente nas proximidades do concelho. Estes alunos levam um tempo significativo no deslocamento para a escola, constituindo este, um fator perturbador na rentabilização do tempo dedicado ao estudo.

3.2 Lecionação

A lecionação, que se encontra integrada na componente letiva, foi na qual orientámos a maior parte do nosso tempo e foi diferenciada em função dos períodos e das unidades didáticas abordadas, que irei referir mais à frente, para cada uma das turmas.

Nas primeiras reuniões com o orientador foi devidamente esclarecido, que a lecionação iria ser progressiva e evolutiva, de forma a proporcionar uma integração gradual no contexto escolar. Assim, no decorrer do primeiro período, a maioria das aulas foram lecionadas em conjunto pelo grupo de estágio.

No segundo período, o orientador disponibilizou uma maior autonomia para a lecionação individual das aulas, assumindo estas um carácter mais regular, na organização e orientação de diferentes conteúdos programáticos.

No último período cada um dos estagiários teve uma turma à sua responsabilidade, tendo total autonomia na condução da lecionação.

O grupo de estágio esteve sempre presente nas aulas das quatro turmas, independente se lecionava a aula ou não. Quando a aula era lecionada por um dos meus colegas, a minha responsabilidade era observar e registar num documento as competências ao nível da planificação, gestão, instrução e clima de aula, sobre as quais refletíamos depois das aulas com o orientador. Nesta análise evidenciávamos os aspetos positivos e negativos para que fossem feitos os ajustes necessários, com o intuito de corrigir as lacunas e potenciar as aprendizagens de forma a poder evoluir.

3.2.1 Amostra

A amostra foi constituída por cinco turmas, três do 10º ano e duas do 11º ano. As turmas 10º B e 10º D foram articuladas em algumas disciplinas, nomeadamente na Educação Física, tendo tido, durante todo o ano, aulas em conjunto. Como tal, vou referir-me sempre à turma do 10ºB/D.

3.2.1.1 Caraterização da turma 10ºA

A turma do 10ºA pertence ao Curso Científico-Humanístico de Ciências de Tecnologias e foi constituída por 23 alunos inscritos à disciplina de Educação Física no início do ano. Durante o 1º Período, um dos alunos que se encontrava a fazer melhoria à disciplina, anulou a matrícula, passando a turma a ter 22 alunos até ao final do ano. A turma é composta por 11 alunos do género masculino e 11 alunos do género feminino com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos. A maioria dos alunos frequentou a ESFHP no ano anterior e residem na Covilhã.

3.2.1.2 Caraterização da turma 10ºB/D

A turma do 10ºB pertence ao Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias e é constituída por 8 alunos, em que 4 são do género masculino e 4 são do género feminino, com idades compreendidas entre os 14 e 15 anos. Os alunos não frequentaram a ESFHP no ano anterior e são todos oriundos de aldeias do conselho da Covilhã, sendo estas: Barco, Erada, Pául e Tortosendo.

A turma do 10º D pertence ao Curso Científico de Ciências Socioeconómicas e foi constituída por 9 alunos no início do ano letivo. No final do 1º Período um aluno foi transferido para outro curso. No entanto, no início do 2º período recebeu um novo aluno, transferido de outro curso, passando a turma a ser novamente composta por 9 alunos, todos do género masculino com

idades entre os 14 e os 16 anos. A maioria dos alunos são oriundos de aldeias do concelho da Covilhã e não frequentaram a ESFHP no ano anterior.

3.2.1.3 Caraterização da turma 11°C

A turma do 11° C pertence ao Curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias e é composta por 21 alunos, em que 7 são do género masculino e 14 são do género feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos. Nesta turma existem duas alunas com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e uma aluna repetente no ano de escolaridade, que se encontra a fazer melhoria de nota a algumas disciplinas, nomeadamente na Educação Física. Os alunos frequentaram a ESFHP no ano passado e a sua maioria reside na cidade da Covilhã.

3.2.1.4 Caraterização da turma 11°F - Direção de Turma

A turma do 11° F frequenta o Curso Tecnológico de Desporto e é também a nossa direção de turma. A turma no início do ano letivo foi constituída por 21 alunos, dos quais 19 se encontravam matriculados na disciplina de Educação Física. No 1º Período, um aluno pediu transferência para outra escola, passando a turma a ter 19 alunos na disciplina de Educação Física. Durante o 2º Período um aluno anulou a matrícula à única disciplina em que se encontrava matriculado, a Matemática B. A turma é composta por 12 alunos do género masculino e 7 do género feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, sendo que o aluno mais velho, apenas frequenta a disciplina de Matemática B. No ano letivo atual existe um aluno repetente.

No tratamento dos dados biográficos realizados por nós como diretores de turma, no início do ano letivo, verificámos que todos os alunos frequentaram a ESFHP no ano letivo anterior e matricularam-se nesta escola por possuir a área vocacional que eles desejavam. A maioria dos alunos reside fora da cidade e leva em média entre 15m a 30m para se deslocar para a escola. As disciplinas em que os alunos revelaram ter maiores dificuldades foram a Matemática, a Psicologia e o Português.

Na maior parte dos alunos, os pais são os encarregados de educação, com exceção de três alunos, em que um é o próprio aluno e os outros dois são a tia e a avó. Os pais possuem na sua maioria o 2º ciclo de escolaridade e o 12º ano e apenas quatro pais possuem curso superior. Relativamente à situação de emprego dos pais verificámos que a maioria está empregada.

3.2.2 Planeamento

O planeamento do ano letivo e de cada uma das aulas constitui um instrumento de grande importância para o processo de ensino aprendizagem. Na conceção do planeamento é fundamental delinear as linhas orientadoras de trabalho a desenvolver para atingir os

objetivos definidos. Um bom planeamento permite obter, antecipadamente, uma margem de manobra na condução do ensino.

No decorrer do estágio pedagógico, efetuamos o planeamento em diferentes momentos temporais, tendo em conta os objetivos a longo, médio e curto prazo. De forma sequencial realizámos o plano anual (longo prazo), o planeamento de unidade didática (médio prazo) e o plano de aula (curto prazo). De seguida descreverei como foi realizado cada um deles.

Plano anual

O plano anual foi elaborado, no início do ano letivo, com o intuito de ter uma visão geral da organização dos três períodos letivos. Para a sua conceção foi necessário ter conhecimento do calendário escolar, das instalações desportivas e da sua rotatividade ao longo dos três períodos, dos objetivos do Programa Nacional de Educação Física, das decisões tomadas pelo do grupo de Educação Física, bem como o regulamento interno da escola. Com o conhecimento destes documentos, escolhemos as modalidades a abordar de acordo com o ano de escolaridade e efetuamos o planeamento anual onde estabelecemos os objetivos e as linhas orientadoras a longo prazo.

Tendo em conta que as instalações desportivas e as modalidades a lecionar seriam as mesmas, construímos o plano anual para as turmas do 10º A e 10º B/D (Anexo 1). Relativamente às turmas do 11º ano, o plano anual foi distinto, uma vez que as instalações atribuídas foram diferentes e como conseguinte, as mesmas modalidades foram abordadas em períodos diferentes.

De acordo com o plano previamente estabelecido pelo grupo disciplinar de Educação Física, que regulamenta a abordagem de uma ou duas modalidades por período, foi definido que nas turmas de 10º ano, as modalidades a abordar seriam a ginástica artística, o atletismo, o andebol e o voleibol. Para as turmas de 11º ano seriam abordadas as modalidades de ginástica artística, basquetebol e desportos de raquete (ténis e badminton).

Plano de unidade didática

O planeamento de unidade didática foi elaborado no início de cada um dos períodos e contemplou os objetivos gerais, os objetivos específicos e os conteúdos a abordar na unidade didática em questão. Para uma melhor operacionalização da lecionação efetuámos o estudo de cada unidade didática, de forma a ter um documento de suporte que pudéssemos consultar. O estudo da unidade didática contemplava um breve enquadramento da modalidade; as suas características e regras; as competências gerais e específicas; os conteúdos a lecionar, bem como as suas componentes críticas e erros mais frequentes; os recursos humanos, materiais e temporais; as progressões pedagógicas; a extensão e sequência de conteúdos (Anexo 2) e a avaliação. Assim, documentámos toda a informação relevante para atingir os objetivos da modalidade a lecionar, traçando as linhas de orientação com vista a otimizar o processo ensino-aprendizagem.

Na operacionalização da avaliação efetuamos os respetivos critérios de avaliação, pelos quais nos regemos na atribuição das notas dos alunos nas diferentes avaliações: diagnóstica formativa e sumativa (Anexo 3). A avaliação sumativa atribui uma ponderação de 80% no domínio cognitivo/motor e pondera 20% para o domínio sócioafetivo. Como tal, para além dos critérios de avaliação das modalidades abordadas, elaborámos também os critérios para o domínio sócioafetivo. Os alunos, no início do ano letivo, tiveram a possibilidade de escolher entre duas opções: opção 1 - avaliação prática ou opção 2 - avaliação teórica e prática. A avaliação sumativa dos alunos que escolheram a opção 2 contemplava três domínios: o cognitivo/motor - 60%, o teórico - 20% e o sócioafetivo - 20%.

A avaliação sumativa foi realizada individualmente por cada um dos elementos do grupo de estágio e pelo orientador. Após a aula, nós reuníamos e debatíamos no seio do grupo as notas, para atribuir a classificação final.

No início de cada período, foi também elaborada uma grelha de assiduidade, para cada turma, com o intuito de registar as respetivas presenças e faltas dos alunos.

Plano de aula

O plano de aula foi um dos instrumentos de planeamento utilizado a curto prazo, uma vez que foi realizado em função da aprendizagem dos alunos. Os conteúdos, as estratégias/metodologias de ensino e as situações de aprendizagem foram traçados, diariamente ou semanalmente, em função das dificuldades e potencialidades dos alunos, para que os mesmos atingissem os objetivos pretendidos. No planeamento das sucessivas aulas tive em consideração, a discussão efetuada no seio do grupo, bem como a minha reflexão individual (relatório de aula), com o intuito de dar resposta às necessidades dos alunos e permitir que a sua evolução fosse progressiva e positiva. O plano de aula constituiu um instrumento de grande importância e auxílio na minha lecionação.

Os planos de aula foram entregues ao orientador, com dois dias de antecedência, para que o mesmo tivesse o tempo necessário de corrigir possíveis erros e/ou sugerir outras situações de aprendizagem.

O planeamento deve, portanto, ser contínuo e flexível, para que se possa adaptar os conteúdos em função da aprendizagem, das condições existentes e dos imprevistos que possam surgir.

3.2.2.1 Turma 10ºA

A lecionação da primeira aula foi liderada pelo professor orientador, tendo sido realizadas as apresentações dos alunos, do professor e dos estagiários. De seguida, os alunos foram informados das regras e normas de funcionamento das aulas de Educação Física, dos critérios de avaliação, da organização e apresentação das modalidades a abordar durante o ano letivo e dos objetivos para as primeiras aulas.

As três aulas seguintes à apresentação foram lecionadas em conjunto pelos estagiários. Tiveram como objetivos que os alunos adquirissem alguma condição física perdida durante as férias e proporcionar motivação para a iniciação das aulas. Para concretizar os objetivos, organizámos as aulas com jogos lúdico-desportivos, que estimularam a cooperação entre os alunos ao mesmo tempo que foram trabalhadas capacidades gerais, tais como: força, precisão, velocidade, resistência, coordenação, equilíbrio, agilidade e destreza.

No seguimento destas aulas deu-se início à leção da unidade didática de ginástica artística que decorreu no ginásio 1. Nas primeiras duas aulas efetuou-se a avaliação diagnóstica, com o intuito de detetar e traçar as estratégias/metodologias de intervenção no processo ensino-aprendizagem desta unidade didática. Finalizada a avaliação, procedemos a uma aula teórica, na sala 29, com o objetivo de explicar os conteúdos a abordar, bem como salientar os erros mais frequentes observados, utilizando um powerpoint. No início do primeiro período, a leção das aulas foi realizada em conjunto pelos estagiários e orientador. As aulas foram organizadas por estações de trabalho e cada um de nós auxiliava e orientava uma delas. Posteriormente, os estagiários assumiram a leção das aulas, tendo eu dado uma aula de ginástica de solo. No final do período, realizámos a avaliação sumativa dos conteúdos lecionados. Para que a avaliação fosse mais precisa e justa, pedimos autorização aos encarregados de educação para filmar as aulas. Relativamente ao planeamento, o grupo de estágio com o parecer do orientador elaborou os respetivos referenciais de avaliação dos diferentes conteúdos a avaliar, bem como o planeamento a médio e a curto prazo.

No 2º Período o plano anual previa a leção de duas unidades didáticas: o atletismo e o andebol. Contudo, tendo em conta que choveu durante grande parte do período, não foi possível lecionar a modalidade de andebol.

A metodologia utilizada na leção da modalidade de atletismo foi diferente. Cada estagiário lecionou dois conteúdos a cada uma das turmas e tinha como responsabilidade realizar o planeamento e organização dos mesmos. Os conteúdos que lecionei nesta turma foram a corrida de velocidade (três aulas) e a corrida de estafetas (quatro aulas).

No decorrer das aulas foi necessário efetuar algumas alterações no planeamento, uma vez que as condições climatéricas condicionaram a aplicabilidade do plano de aula, na medida em que a instalação disponível era exterior. Como tal, exigiu uma capacidade de adaptação e criatividade para conseguir lecionar os conteúdos. Como alternativa utilizei o ginásio 2 e átrios (espaços muito pequenos) e apesar das dificuldades sentidas pela limitação do espaço, os alunos revelaram-se sempre disponíveis e motivados para a aprendizagem.

Referente ao planeamento, efetuei a extensão e sequência de conteúdos, defini os procedimentos/estratégias a desenvolver, nomeadamente as progressões pedagógicas,

elaborei os referenciais de avaliação de cada conteúdo e construí os respectivos registos de observação/avaliação.

No 3º Período a turma foi atribuída ao meu colega Pedro Gomes, tendo ele lecionado a unidade didática de voleibol.

No entanto, no início do ano letivo, três alunos optaram pela avaliação teórico prática. Como tal, na avaliação da componente teórica, os alunos realizaram um teste com conteúdos da modalidade de voleibol e processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. Tendo em conta que também lecionei a modalidade de voleibol, na turma do 10º B/D, fui responsável por algumas perguntas no teste e realizei uma aula teórica de esclarecimento de dúvidas sobre a matéria.

3.2.2.2 Turma 10ºB/D

A aula de apresentação desta turma foi, à semelhança da turma anterior, ministrada pelo professor orientador, sendo que as três aulas seguintes foram da responsabilidade do grupo de estágio, com o intuito dos alunos recuperarem alguma condição física e proporcionar uma melhor integração com a turma, através de jogos de cooperação.

Na sequência destas aulas deu-se início da leção da unidade didática de ginástica artística e efetuou-se a avaliação diagnóstica. Tal como na turma anterior, foi realizada uma aula teórica para explicar os diferentes conteúdos a abordar e evidenciar os erros mais frequentes observados na avaliação diagnóstica. Numa fase inicial, as aulas foram lecionadas em conjunto pelos quatro professores e posteriormente os estagiários assumiram as aulas. Nesta turma fui responsável pela leção de duas aulas de ginástica de solo e aparelhos. Após a consolidação dos conteúdos gímnicos foi realizada a avaliação sumativa, onde também foi efetuada a filmagem da aula, permitindo ser-mos mais precisos na atribuição da nota. Relativamente ao planeamento, o grupo de estágio realizou em conjunto com o parecer do orientador, o planeamento a longo, médio e curto prazo onde foram estabelecidos os objetivos a atingir, bem como as estratégias a utilizar para o ensino-aprendizagem. A instalação utilizada para a leção da ginástica artística foi o ginásio 1.

No 2º Período, tal como na turma anterior, o plano anual previa a leção de duas unidades didáticas: o atletismo e o andebol. Na modalidade de atletismo, há semelhança da turma anterior, lecionei dois conteúdos e tive como responsabilidade realizar o planeamento a médio e curto prazo da corrida de barreiras e lançamento do peso. Neste período as condições climáticas nem sempre foram as desejadas (chuva) condicionando os espaços físicos exteriores, o que estimulou a minha capacidade de adaptação e exigiu, de mim, criatividade para ajustar o planeamento em função da realidade existente. Utilizei como alternativa outros espaços, nomeadamente o átrio e o G2. O planeamento anual também foi alterado, uma vez que não foi possível lecionar a modalidade de andebol, atendendo às más condições climáticas que impossibilitaram a utilização do espaço exterior, bem como o

envolvimento e participação dos alunos em outras atividades desenvolvidas na escola. Como tal, optou-se por lecionar todos os conteúdos previstos no atletismo em detrimento do andebol.

No 3º período foi-me atribuída a autonomia total da turma, tendo lecionado a unidade didática de voleibol, nos espaços B1, G1, átrio e sala 29. Inicialmente, efetuei o estudo e planeamento da unidade didática e construí o documento para a avaliação diagnóstica com o intuito de aplicar na primeira aula. A avaliação diagnóstica efetuada teve como finalidade observar os pré-requisitos dos alunos, isto é as suas capacidades/competências nos diferentes conteúdos avaliados. Após identificar as suas insuficiências e potencialidades organizei esquemas de ação no sentido de as superar, registando particularidades para conseguir o ensino individualizado. Como tal, incidi a aprendizagem nos conteúdos em que os alunos revelaram maiores dificuldades, utilizando estratégias de ensino diferenciadas que me permitissem corrigir os erros observados nesta avaliação. Saliento ainda que, os resultados obtidos por esta avaliação me serviram de base para a elaboração da extensão e sequência de conteúdos.

No seguimento da avaliação diagnóstica procedi ao enquadramento da modalidade de voleibol realizando uma aula teórica. Na mesma e com base na avaliação diagnóstica salientei os conteúdos em que os alunos revelaram maiores dificuldades e os aspetos técnico-táticos a trabalhar durante este último período. Inicialmente foi necessário trabalhar ao nível elementar, voltando um pouco atrás, para recuperar os alunos que revelaram alguns níveis de execução reduzidos.

Ao nível do planeamento finalizei os documentos de suporte à leção. Para tal, defini os procedimentos/estratégias a desenvolver, nomeadamente as progressões pedagógicas, elaborei os referenciais de avaliação e construí os respetivos registos de observação/avaliação.

Ao longo do período realizei também o planeamento a curto prazo, nomeadamente planos de aula, que foram realizados em função da evolução das aprendizagens adquiridas. Como tal, procurei definir os objetivos e conteúdos de acordo com as necessidades dos alunos, criando situações de aprendizagem lúdicas e de cooperação para potenciar os níveis de motivação na turma. A planificação das aulas obedeceu a uma sequência lógica de organização de conteúdos, sendo esta: transmissão/aprendizagem, prática, consolidação e avaliação.

No que concerne à avaliação formativa esta permitiu recolher indicadores da evolução dos alunos para poder adaptar o planeamento em função das suas limitações e potencialidades. Para uma melhor operacionalização da mesma, ao longo do período, realizei após cada aula um pequeno relatório. Nos diferentes pontos que o relatório contemplava (objetivos, organização/gestão do tempo de aula, conteúdos, metodologias/estratégias de ensino, considerações finais) salientei as principais dificuldades e potencialidades decorridas na aula.

O relatório permitiu-me ajustar estratégias de trabalho, nomeadamente as situações de aprendizagem e a criação de grupos de nível, para uma evolução progressiva e positiva de todos os alunos.

No decorrer das aulas existiram ocasiões em que alguns alunos não podiam realizar atividades físicas, uma vez que se encontraram doentes ou lesionados. Como tal, responsabilizei estes alunos pela distribuição e arrumação do material ou pela realização de um relatório de aula, com linhas de orientação definidas por mim.

No final do período e nas duas antepenúltimas aulas, realizei a avaliação sumativa dos diferentes conteúdos aprendidos, tendo em conta todos os parâmetros referidos anteriormente. Na última aula os alunos realizaram a autoavaliação e heteroavaliação.

3.2.2.3 Turma 11°C

Na turma do 11º C, à semelhança das duas turmas anteriores, a lecionação da primeira aula ficou a cargo do orientador e as três seguintes foram efetuadas em conjunto pelo grupo de estágio.

No primeiro período a unidade didática abordada foi a ginástica artística e foi lecionada no ginásio 1. Inicialmente foi efetuada a avaliação diagnóstica e uma aula teórica com os conteúdos a abordar. De seguida procedeu-se à exercitação, consolidação e avaliação dos diferentes conteúdos. Numa fase inicial, à semelhança das duas turmas anteriores, a lecionação e orientação foi efetuada em conjunto pelos quatro professores. Posteriormente, os estagiários assumiram a lecionação das aulas, tendo eu lecionado uma aula de ginástica de solo. O planeamento a longo, médio e curto prazo foi efetuado pelo grupo de estágio com aprovação do orientador. No final do período, realizámos a avaliação sumativa dos conteúdos lecionados. Para que avaliação fosse mais precisa e justa, pedimos autorização aos encarregados de educação para filmar as aulas.

A modalidade abordada no 2º Período foi o basquetebol e sempre que foi possível as aulas decorreram no espaço B1. No entanto devido às condições climatéricas (chuva), utilizámos frequentemente o A2, G2 e átrio, consoante a sua disponibilidade. Inicialmente foi realizada a avaliação diagnóstica e posteriormente a exercitação, consolidação e avaliação dos diferentes conteúdos. O orientador foi responsável pelo planeamento e organização das aulas. Durante o tempo da aula, o grupo de estágio efetuou o apoio nos vários exercícios e tivemos autonomia para corrigir e dar o feedback pedagógico nas diferentes situações de aprendizagem, para que os alunos corrigissem os seus erros e pudessem evoluir positivamente.

No 3º Período, foram abordados os desportos de raquete, tendo sido lecionadas as unidades didáticas de ténis e badminton. As aulas decorreram no espaço B2 e quando não foi possível recorreu-se ao átrio e G2. À semelhança do período transato, o orientador foi responsável

pelo planeamento e leção das aulas, tendo nós a autonomia para dar o feedback pedagógico, auxiliando o orientador nas diferentes situações na aula, com o intuito de proporcionar um ensino mais individualizado aos alunos.

3.2.2.4 Turma 11º F

A primeira aula desta turma, tal como nas turmas anteriores, ficou a cargo do professor orientador tendo sido realizada a apresentação dos alunos e dos professores. Tendo em conta que o orientador acompanhou a turma no ano letivo trasato, foi elegido o delegado e subdelegado de turma. A leção das três aulas seguintes foram da responsabilidade do grupo de estágio e foram realizados alguns jogos lúdico-desportivos.

No 1º período foi lecionada a unidade didática de basquetebol no espaço B1 e quando não foi possível devido à chuva e às condições do espaço, utilizou-se como alternativa o A2, G2 e átrio, consoante a sua disponibilidade. Inicialmente procedeu-se à avaliação diagnóstica e seguidamente à exercitação, consolidação e avaliação dos conteúdos. A leção e planeamento das aulas ficou a cargo do orientador e no decorrer do período cada um dos estagiários lecionou uma aula à turma.

No 2º Período foi abordada a modalidade de ginástica artística no ginásio 1. Inicialmente foi realizada a avaliação diagnóstica e no seu seguimento a exercitação, consolidação e respetiva avaliação. Após sensivelmente um mês o orientador deu-nos autonomia para assumir as aulas. Como tal, cada um dos estagiários foi responsável por três aulas sem contar com as de avaliação. Optámos por lecionar alternadamente, para ter contato com todos os conteúdos abordados, nomeadamente a ginástica de solo e de aparelhos e cada um foi responsável pela planificação das suas aulas. No final do período foi realizada a avaliação sumativa, tendo sido feita a filmagem da mesma, para ajudar na observação e por conseguinte facilitar a atribuição da nota.

No 3º período, o meu colega de estágio André Oliveira foi o responsável pela turma, tendo lecionado os desportos de raquete, nomeadamente o ténis e o badminton.

3.2.2.5. Reflexão da Leção

As minhas primeiras palavras vão para os alunos, porque são eles o motor e a alma da leção.

A expectativa que tinha dos alunos não era profundamente positiva. Tendo em conta a sociedade em que vivemos, em que o tempo e a disponibilidade parecem faltar para as pequenas coisas da vida, e em principal para os bons valores, tinha para mim que os alunos seriam imaturos, pouco ativos, faltando-lhes até a boa educação. Fiquei surpreendida pela positiva com os alunos. Na globalidade foram turmas empenhadas e disponíveis para a aprendizagem, revelaram interesse e motivação pelas aulas de Educação Física, cooperaram e

apoiaram-se nas diferentes atividades, incentivando e ajudando os colegas com maiores dificuldades.

Os alunos mantiveram uma relação de cordialidade com o professor orientador e com os estagiários. Respeitaram-nos, participando com interesse e empenho nos diferentes conteúdos programáticos. Hoje, no final do ano letivo, olho para os alunos com um sentimento muito positivo e confiante para a posteridade.

No que concerne à lecionação, durante o 1º Período, as aulas dadas pelos estagiários foram poucas. Na minha perspectiva foi importante que assim fosse, uma vez que permitiu uma melhor adaptação ao orientador, à escola, aos alunos e à logística do ensino.

No 2º Período, as aulas lecionadas assumiram um caráter mais regular, tendo tido a responsabilidade de ensinar diversos conteúdos, em todas as turmas, como já referi anteriormente. O processo de adaptação ao contexto escolar, no decorrer do período anterior, permitiu que neste período a lecionação fosse progressiva e evolutiva.

No 3º Período, foi entregue a cada um dos estagiários uma turma, tendo eu ficado com a turma do 10º B/D à minha responsabilidade.

A autonomia e responsabilidade total na lecionação dos conteúdos provocaram-me, por vezes, ansiedade e preocupação quanto ao sucesso da aprendizagem dos alunos. Tinha a percepção que a sua evolução era lenta e como tal, não os estava a preparar como devia. Contudo, dentro das minhas competências procurei dar o meu melhor. Após as aulas, levava para casa a responsabilidade de ajustar/adequar os objetivos, em função das necessidades dos alunos. Procurei criar situações de aprendizagem adequadas aos conteúdos a abordar, respeitando as progressões pedagógicas para conseguir uma aprendizagem mais individualizada, evolutiva e positiva.

Na minha perspectiva, a lecionação foi o maior desafio e a atividade que me deu mais prazer, proporcionando-me adquirir e melhorar competências no âmbito da planificação, gestão, intrusão e clima de aula.

No que diz respeito à planificação procurei definir os objetivos de forma adequada e precisa, selecionar os conteúdos e as atividades de aprendizagem, bem como utilizar as estratégias adequadas para atingir os objetivos. Relativamente à gestão, tive o cuidado de informar os alunos sobre os objetivos da aula, criar situações de aprendizagem adequadas e criativas, promover a segurança dos alunos, organizar os exercícios de forma progressiva e gerir os tempos das situações de aprendizagem. Quanto à instrução, procurei dominar os conhecimentos das matérias lecionadas, utilizar uma linguagem científica e apropriada ao nível dos alunos, efetuar o acompanhamento ativo das atividades, utilizar o feedback pedagógico e controlar as situações de aprendizagem. Por fim, relativamente ao clima de aula, tive o cuidado de motivar os alunos nas diferentes atividades, manter um ritmo de aula

equilibrado, estimular a cooperação dos alunos e controlar as situações disciplinares da turma.

Para finalizar, gostaria de salientar o acompanhamento efetuado pelo orientador, as reflexões realizadas no seio do grupo, bem como o trabalho de cooperação desenvolvido com os meus colegas de estágio, que proporcionaram a minha evolução na lecionação.

3.3 Recursos Humanos

População Docente

A escola possui maioritariamente professores de quadro (83%) com mais de quinze anos de serviço (71%) e licenciados (86,5%). A estabilidade do corpo docente permite ao professor dar continuidade nos projetos que constrói e no trabalho que desenvolve nas suas turmas, bem como uma maior consolidação do trabalho colaborativo.

População Não Docente

A população não docente é constituída por trinta e sete assistentes, sendo que 22% são técnicos e 78% são operacionais. Contudo, durante o ano letivo observamos que o número de funcionários revelou-se insuficiente para garantir um bom funcionamento nos diferentes serviços. Em algumas ocasiões, não tínhamos ninguém que prestasse auxílio junto das instalações, nomeadamente na abertura dos balneários, provocando o atraso dos alunos nas aulas.

Grupo de Educação Física

O grupo de Educação Física foi constituído por nove professores, cinco efetivos no quadro e quatro contratados. Ao longo do ano letivo, os professores do grupo, colaboraram connosco e auxiliaram-nos no que precisámos.

Grupo de Estágio

O grupo de estágio foi constituído pelo nosso orientador, o professor Carlos Elavai Vieira, por mim e pelos meus colegas de estágio, André Oliveira e Pedro Gomes.

O professor Carlos Elavai possui anos de experiência na docência, bem como na orientação de estágios pedagógicos. Ao longo dos anos que está na escola desempenhou diferentes cargos, nomeadamente na direção da escola, na avaliação de professores, na coordenação do grupo de educação física, bem como no acompanhamento dos grupos de ginástica, do desporto escolar. O colega André Oliveira, desempenha funções como treinador na formação do Sporting Clube da Covilhã e trabalhou nas atividades extra curriculares (aec's). O colega Pedro Gomes possui experiência ao nível do fitness e da natação. Relativamente a mim, desde que terminei a licenciatura em 2006, tenho lecionado nas AEC's e trabalho há alguns anos na área da restauração.

No final deste ano de trabalho gostaria de referir que, o professor Carlos Elavai Vieira, desde o início do nosso estágio e no decorrer do mesmo, foi sempre acessível, disponível, afável, amigo, motivador e conselheiro para com as diferentes atividades realizadas. Os objetivos e as tarefas a desenvolver foram devidamente transmitidas no tempo certo, para que pudséssemos trabalhar os diferentes conteúdos de forma evolutiva, dominando e compreendendo os diferentes instrumentos e metodologias de intervenção. Desta forma, os objetivos foram transmitidos de forma clara e concisa, com a informação relevante e acompanhados em todo o processo, pelo orientador, para adquirir progressivamente as competências desejadas.

Relativamente aos meus colegas de estágio, André Oliveira e Pedro Gomes, foram, sem dúvida nenhuma, amigos, companheiros, divertidos, trabalhadores e encorajadores. Em inúmeras ocasiões da vida se diz que “a união faz a força” e se “remar-mos para o mesmo lado é mais fácil” e na minha perspetiva, sem dúvida nenhuma que, estas palavras se adequam a nós. As diferenças existentes entre nós completaram-nos e fizeram com que os momentos mais difíceis fossem ultrapassados com sucesso, proporcionando um ano de trabalho bastante positivo.

3.4 Recursos Materiais

A escola dispõe de inúmeras infraestruturas para dar resposta às necessidades dos alunos e a todos os intervenientes no meio escolar, que refiro de seguida:

- Salas de aula - 24
- Salas de informática/TIC - 6
- Sala de estudo acompanhado - 1
- Sala de professores com bufete - 1
- Sala de diretores de turma - 1
- Sala do pessoal não docente - 1
- Sala da associação de pais - 1
- Sala de associação de estudantes - 1
- Gabinete de apoio ao aluno - 1
- Gabinetes de trabalho - 5
- Gabinete de serviço de Psicologia e Orientação - 1
- Biblioteca/Centro de Recursos Educativos - 1
- Laboratórios - 5

- Anfiteatro - 1
- Átrios - 4
- Clube de rádio/TV - 1
- Espaço ciência - 1
- Estufa - 1
- Bufete de alunos - 1
- Refeitório - 1

Para a lecionação da disciplina de Educação Física, a escola dispõe das seguintes instalações desportivas:

- Ginásios - 2
- Espaços exteriores - 2
- Balneários - 2
- Sala 29

No que concerne aos materiais desportivos, os mesmos permitem enquadrar os alunos nas seguintes unidades didáticas: andebol; atletismo (barreiras, corrida, estafetas, lançamento do peso, lançamento do dardo, triplo salto, salto em comprimento, salto em altura); badminton; basquetebol; corfebol; dança, ginástica artística (aparelhos e solo), acrobática e rítmica; escalada e orientação; ténis; voleibol e futebol.

Siedentop (2008) refere que o docente deverá avaliar as condições materiais existentes na escola para que possa cumprir com as exigências e objetivos do programa. Realizar um inventário dos espaços (exteriores e interiores) e dos materiais existentes, bem como das condições em que estes se encontram, permitem antecipadamente fazer uma boa gestão dos mesmos, para conseguir rentabilizar os meios de que a escola dispõe e otimizar a aprendizagem dos alunos.

3.5. Direção de Turma - 11º F

No decorrer do ano letivo tivemos à nossa responsabilidade a direção de turma do 11º F - Curso Tecnológico de Desporto. No 1º Período, o grupo de estágio, organizou e geriu todas as atividades da direção. Como tal, inicialmente os alunos preencheram as fichas biográficas e posteriormente, efetuamos o tratamento de dados e a caracterização da turma, que demos a conhecer na primeira reunião de conselho de turma. Esta análise permitiu-nos obter informações dos encarregados de educação (morada, contatos, situação profissional,

habilitações académicas), as disciplinas em que os alunos revelaram ter maiores dificuldades e o tempo necessário para se deslocar para a escola (em média 30-45 minutos). A maioria dos alunos é de fora do concelho da Covilhã e escolheu esta escola por ser a única, nas proximidades do concelho, que tem o Curso de Desporto. Como tal, os alunos têm que se levantar muito cedo para apanhar os transportes disponíveis para a escola. Os dados biográficos permitiram conhecer mais especificamente a realidade da turma e detetar áreas de intervenção. Durante o primeiro período, o grupo de estágio desempenhou em conjunto as funções da direção de turma.

No 2º período tive à minha responsabilidade a direção de turma. Como tal, no início do período, convoquei os encarregados de educação para uma reunião onde se procedeu à entrega das fichas de avaliação e a informações individualizadas do comportamento, assiduidade e aproveitamento dos seus educandos. Durante o período fui responsável pela justificação de faltas e comunicação das mesmas, informações acerca do comportamento e aproveitamento dos alunos, estabelecendo para tal o contato com os E.E., através do envio de cartas com as faltas dos alunos, ou recebendo na escola os E.E. e ainda, conversando com os alunos acerca dos diferentes assuntos referidos. A responsabilidade da direção de turma permitiu-me ganhar competências ao nível curricular, de gestão e organização, de administração, proporcionando-me um contato mais intenso com toda a logística inerente ao ensino.

No final do 2º Período e no decorrer do 3º Período, os meus colegas de estágio passaram a desempenhar as funções de diretores de turma.

3.6 Atividades Não Letivas

Ao longo do ano escolar, o grupo de estágio colaborou e participou em diferentes atividades fora da componente letiva. Para além das atividades que vou referir de seguida, também estive presente em reuniões de escola, tais como a reunião geral de professores, as reuniões de departamento, as reuniões de concelho de turma, bem como as reuniões com encarregados de educação, que já referi no ponto da direção de turma. Todas estas atividades decorreram fora da componente letiva e careceram de tempo e disponibilidade na sua preparação.

3.6.1 Atividades do Grupo Disciplinar

Desporto Escolar

As modalidades de desporto escolar disponíveis na escola no presente ano letivo foram: basquetebol, ginástica, futsal, natação e voleibol. No início do primeiro período, cada um dos estagiários, escolheu uma modalidade para acompanhar durante todo o ano letivo.

Eu escolhi a modalidade de voleibol de acordo com a minha disponibilidade de horário e pela qual nutro um gosto pessoal. O professor António Baptista, responsável pela modalidade,

aceitou o meu pedido para o acompanhar, ao qual agradeço a atenção e disponibilidade. Como tal, integrou-me na equipa e junto dele, auxiliei os alunos durante os treinos e acompanhei-os nos jogos de competição. Quando o professor não esteve presente, fui responsável pelo treinos da equipa. Para facilitar o enquadramento com a modalidade, o professor disponibilizou-me o regulamento, os boletins de jogo e outros documentos referentes ao voleibol.

As experiências vivenciadas proporcionaram-me um maior contato com os alunos e uma boa integração no grupo de trabalho, bem como enriquecer os meus conhecimentos ao nível técnico e tático na modalidade.

Heitorizadas

As Heitorizadas são um evento desportivo muito simbólico para Escola Secundária com 3º ciclo Frei Heitor Pinto, que envolvem toda a comunidade escolar, decorrendo um vez por ano, no Complexo Desportivo da Covilhã. Têm como objetivo aprofundar relações e estreitar laços, através de um contato mais intenso e informal entre todos os intervenientes, fora do contexto escolar.

No presente ano letivo, as Heitorizadas 2013 estavam planeadas para decorrer no dia 8 de maio do 3º Período. Contudo, foram adiadas para o dia 15 de maio e posteriormente para dia 7 de junho, atendendo à chuva prevista para esses dias. A organização foi da responsabilidade dos professores Pedro Marques e Sérgio Antunes em colaboração com os alunos das turmas do 11º F do Curso Tecnológico de Desporto e o Curso Profissional de Desporto. As Heitorizadas contemplaram diversas atividades tais como: atletismo, badminton, corfebol, jogos tradicionais/populares, futebol, futevólei, orientação, rugby, tiro ao arco e voleibol.

O grupo de estágio foi responsável pela organização e dinamização da estação dos “Jogos Tradicionais/Populares”, constituída com os jogos: “corrida de sacos, água na calha, pés atados, jogo da venda, raquetebol e arco ao meco”. O objetivo da estação foi espoletar a cooperação entre os elementos da equipa, através de provas que combinavam a precisão, a coordenação, a destreza e a agilidade. Os participantes tinham que formar equipas de três elementos e disputar o circuito com outra equipa. Vencia a equipa que obtivesse o menor tempo possível, no somatório dos seis jogos e com menos penalizações, de acordo com o regulamento criado para os jogos.

Os jogos de carácter lúdico-desportivo solicitaram a construção de dinâmicas de grupo e como tal, potenciaram o interesse e a cooperação entre os diferentes participantes.

3.6.2 Atividades do Grupo de Estágio

Quinzena da Atividade Física, Saúde e Educação

A Quinzena da Atividade Física, Saúde e Educação, organizada pelo professor Carlos Elavai e pelo núcleo de estágio de Educação Física em cooperação com o projeto de Promoção e

Educação para a Saúde/Sexualidade - PES da escola, pretendeu proporcionar a toda a comunidade escolar, diversificadas atividades de sensibilização à temática da quinzena.

A quinzena decorreu entre o dia 18 de fevereiro e o dia 1 de março de 2013. Os objetivos primordiais foram promover a atividade física como fator fundamental na melhoria da saúde, proporcionar conhecimentos e competências que permitam adotar estilos de vida saudáveis e promover a saúde através da educação para a saúde. Na sensibilização e consciencialização destes objetivos foram organizadas e dinamizadas diferentes atividades com formatos variados. Desde palestras, a sessões de grupo, whorkshop, ginásio aberto, rastreios de saúde, peddy paper e a modificação da ementa escolar com a colaboração de várias entidades, parceiros e palestreiros. As turmas da escola foram todas envolvidas nas atividades e a comunidade escolar participou ativamente, numa lógica de construção de dinâmicas.

Após o enquadramento geral da Quinzena passo a referir as atividades desenvolvidas pelo grupo de estágio:

✚ 1ª Semana

- “Ginásio aberto” - Os alunos tiveram à disposição diversos equipamentos de ginásio, tais como cordas, step, bicicleta, máquina de abdominais, pesos, barra, bolas suíças, elásticos, colchões. No ginásio os alunos puderam realizar atividades diferentes do seu quotidiano, trabalhando as qualidades motoras condicionais e coordenativas. A orientação foi feita pelo grupo de estágio em coordenação com o professor de Educação Física que acompanhava a turma.
- Palestra - “Os benefícios da atividade física para o campo psicológico”, promovida pelo professor Doutor Luís Maia da Universidade da Beira Interior.
- Palestra - “Atividade física e saúde: da teoria à prática” promovida pelo Doutor Filipe Ferreira do Agrupamento de Escolas do Tortosendo.

✚ 2ª Semana

- Palestra - “A importância da disciplina de Educação Física para a saúde” promovida pelo Dr. José Rodrigues, antigo professor da escola.
- Palestra - “Alimentação saudável” promovida pelo mestre Albino Ferreira do Agrupamento de Escolas de Belmonte.
- Atividade de Grupo - “Zumba” dinamizada pela Dra. Inês Fernandes.
- Rastreamento de saúde para professores e funcionários que decorreu durante três dias de manhã. Foram medidos alguns indicadores de saúde tais como: tensão arterial, frequência cardíaca, glicémia, peso, altura, IMC, perímetro abdominal, % de massa gorda e magra.

O balanço da “Quinzena de Atividade Física, Saúde e Educação” foi bastante positivo. A comunidade escolar revelou-se empenhada e participativa nas diferentes atividades organizadas, tendo proporcionado a todos, conhecimentos e competências para a saúde, educação e o bem-estar físico e mental.

A nível pessoal considero que a “Quinzena da Atividade Física, Saúde e Educação foi um desafio para mim, enquanto estagiária. A organização e a dinamização deste projeto permitiram um contato mais profundo com toda a comunidade escolar. A cooperação com os professores responsáveis pelo PES e os contatos com as entidades e convidados que conosco colaboraram, contribuíram para o ganho de experiências e para desenvolver competências relacionais, organizacionais e pedagógicas.

Desafio Radical

O desafio radical foi uma atividade proposta pelo grupo de estágio no Plano Anual de Atividades e foi direcionada aos alunos. A atividade decorreu na escola no último dia de aulas do 2º período, dia 15 de março. Teve como objetivos dinamizar os espaços de que a escola dispõe, através de atividades radicais; permitir um contato com atividades desportivas menos habituais no dia-a-dia; dar a conhecer as regras de segurança das diferentes atividades realizadas e promover a cooperação e a capacidade de entre-ajuda entre os alunos. Este dia contou com atividades diversas tais como: slackline, escalada, rapel, demonstrações de bicicleta - Downhill/Downtown/BMX. A escalada e o rapel foram dinamizados pelo núcleo de estágio. Para a realização do slackline e as demonstrações de bicicleta, o grupo de estágio convidou pessoas da área, que aceitaram de bom grado, deslocar-se à escola para realizar as atividades radicais referidas.

O planeamento, a organização e dinamização desta atividade radical proporcionou um contato mais intenso e profundo com a escola e todos os recursos humanos envolvidos. O processo foi trabalhoso e intensivo mas o esforço compensou pela satisfação dos alunos e de todos os participantes. Considero que ganhei ferramentas de trabalho muito úteis, nomeadamente na gestão e organização de eventos, bem como na cooperação com os outros.

Dia da Neve

A atividade foi proposta pelo grupo de estágio no Plano Anual de Atividades para realizar no 2º Período. Contudo não se realizou devido às condições climatéricas e ao elevado orçamento. A atividade tinha como objetivo proporcionar às nossas turmas e aos cursos profissionais, atividades de esqui na Serra da Estrela.

4 Reflexão

No término do Estágio Pedagógico posso afirmar que todo o meu esforço e dedicação foram compensados pelo ganho de competências a nível pessoal e profissional. A escola revelou-se um meio de aprendizagem, em que a cooperação e as boas relações estabelecidas com toda a comunidade educativa, potenciaram a aquisição de experiências e metodologias pedagógicas.

Ao longo de todo o percurso existiram momentos bons e momentos mais difíceis. No entanto, olho para trás e vejo que as minhas expectativas como futura professora não são diferentes. Por um lado, consigo ver a dificuldade do ensino proveniente, não só mas também, de toda a burocracia existente no processo administrativo. Por outro lado, fazer parte da realidade escolar, em que já nos sentimos uma pequena parte ativa e partilhamos o bom e o mau do ensino, com os nossos alunos e colegas, deixa para trás todas as dúvidas que possam surgir e de forma positiva vão alimentando o meu desejo de sempre, o Ensino.

No final deste Estágio Pedagógico faço um balanço muito positivo, realçando a forma como o orientador nos guiou, estimulou e orientou, proporcionando e contribuindo, na minha perspetiva, de forma muito positiva para a nossa aprendizagem.

Não poderei deixar de referir o excelente relacionamento com os meus colegas de estágio. A partilha de conhecimento, a divisão das diferentes tarefas e os momentos divertidos contribuíram para que este caminho tivesse sido mais fácil.

Refletindo mais profundamente, estou convicta de que com rigor e profissionalismo, assentes numa lógica de ética, podemos proporcionar aprendizagens com qualidade, para que os alunos se tornem cidadãos conscientes e críticos na sociedade em que estão inseridos.

5 Considerações Finais

Savater (1997) refere uma importante expressão, que espelha a enorme responsabilidade que os docentes têm na sociedade, e mais concretamente à luz da educação. “Quem pretende educar converte-se em responsável pelo Mundo”.

Pretendo, no presente e no futuro, conseguir sempre procurar a agradabilidade da lecionação, nunca esquecendo a responsabilidade de educar, contribuindo para melhorar a sociedade, e sobretudo, a educação que nela se insere, transforma ou modifica. Como tal, é importante perceber que as gerações apresentam diferentes comportamentos, nomeadamente na aquisição de conhecimentos e valores sociais. Esta perceção traz-me a necessidade de uma competência diferenciada, de acordo com os distintos alunos e uma adaptação constante para que a transformação que quero provocar seja evolutiva, progressiva, específica e principalmente compreensível. Não devo descurar que, o que for feito no presente com os alunos será projetado para o seu futuro. Assim, se, hoje, der o meu melhor, talvez os alunos retribuam com o seu melhor.

6 Bibliografia

Savater, F. (1997). *El valor de educar*. Barcelona: Editora Ariel.

Siedentop, D. (2008). *Aprender a enseñar la Educación Física*. Segunda Edição. INDE Publicaciones.

Documentos oficiais:

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., Mira, J. (2001). *Programa Nacional de Educação Física*. Ministério da Educação - Departamento do Ensino Secundário.

Projecto Educativo de Escola para 2011-2014. Escola Secundária com 3º Ciclo Frei Heitor Pinto.

Protocolo de Cooperação da Universidade da Beira Interior (UBI) com as escolas.

Regulamento de Estágio Pedagógico de Educação Física. Departamento de Ciências do Desporto.

Regulamento do Grupo de Educação Física. Escola Secundária com 3º Ciclo Frei Heitor Pinto.

Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto - “Motivação dos alunos nas aulas de educação física tendo em conta o género, idade, nível de escolaridade e área científica”.

1 Introdução

A educação está presente em diferentes lugares no mundo e a escola constitui um veículo para o desenvolvimento dos adolescentes. As escolas devem organizar-se para escolher atividades e utilizar estratégias adequadas, respeitando a faixa etária de cada aluno para estimular a motivação (Marzinek, 2004).

É fundamental conhecer os fatores mais importantes que influenciam os níveis de motivação dos jovens, para que o professor utilize as estratégias adequadas para influenciar a persistência, a intensidade e a dedicação dos alunos nas atividades (Chicati, 2000), direcionando e especificando o planeamento consoante os gostos dos desportistas (Krebs, 2002). Como tal, o professor deve encontrar conteúdos diversificados e motivantes para estimular os alunos (Chicati, 2000), bem como ajudar os sujeitos a utilizarem fatores de motivação intrínseca na prática do exercício físico (Egli, 2011).

Segundo Machado (1997), muitos são os motivos responsáveis pelo bom desenvolvimento e desempenho na aquisição e manutenção de habilidades em aulas de educação física na escola. As atividades que requerem maior participação, ou seja, com mais movimentos, concentram maior número de motivos para aumentar o interesse e o estímulo do participante, além de despertar um sentimento de desafio.

Kobal (1996) refere que as aulas de Educação Física podem colaborar para uma socialização mais adequada através de conteúdos e estratégias específicas. Contudo, os colegas e amigos exercem grande influência sobre as atitudes do aluno, levando-o à manifestação de comportamentos extrovertidos, introvertidos e de liderança.

A motivação é explicada por diversas teorias. Deci e Ryan (1985; 2000) propõem a Teoria da Autodeterminação em que integram diferentes fatores motivacionais: intrínsecos e extrínsecos. Quando a motivação é intrínseca o indivíduo ingressa numa atividade por vontade própria, sendo motivado por estímulos que melhoram a pessoa no seu bem-estar físico, mental, social. A motivação extrínseca ocorre quando o indivíduo realiza a atividade por influências externas, como prémios, notas, posição social. A amotivação ocorre quando os

indivíduos ainda não estão adequadamente aptos a identificar um bom motivo para realizar alguma atividade física. Nestes indivíduos, a atividade física não lhes trás nenhum benefício, ou eles não conseguirão realizá-la de modo satisfatório (Briere et al, 1995).

A partir da década de 70 começou a dar-se maior destaque nesta área, surgindo estudos relevantes. Os estudos de Gill, Grosse & Huddleston (1983) e Buonomano, Cei & Mussini (1995) avaliaram os motivos que levavam os jovens a participar no desporto. Os resultados obtidos foram melhorar as competências, divertimento, aprender novas competências, desafio e se fisicamente saudável.

Algumas pesquisas realizadas por Gouvêa (1997), indicam que existem fatores internos e externos a intervir na motivação de cada adolescente atleta, tais como, “brincadeiras, desenvolvimento de habilidades, excitação e desafio pessoal, realização e status; liberação de energia ou tensão e amizade”, deste modo os rapazes tendem a valorizar mais a realização e o status e as raparigas, as brincadeiras e as amizades.

Carreira da Costa (1998) realça que as motivações intrínsecas são mais duradouras e persistentes, uma vez que estão relacionadas com a prática e sentimentos que ela provoca nos indivíduos, sendo os motivos internos o prazer, a alegria da realização, e a satisfação da aprendizagem. Também Tresca e De Rose Jr (2000), num estudo sobre a motivação, verificaram que os alunos estavam significativamente mais motivados intrinsecamente que extrinsecamente.

Raposo, Figueiredo e Granja (1996) verificaram diferenças em termos de idade e género, em que os rapazes indicaram maioritariamente o fator “Mestria/condição física” e as raparigas “Amizade/divertimento”. Quanto à idade os mais velhos atribuíram maior importância aos aspetos afiliativos e os mais jovens à condição física e mestria. Machado (1997) também verificou que a motivação é diferente para homens e mulheres, devendo este fator ser tido em conta, no momento de organizar a aula.

Lores et al. (2004) indicaram que, por um lado, os sujeitos do sexo masculino são significativamente mais motivados pela competitividade e a superação de limites do que as mulheres, e que, por outro lado, as mulheres são significativamente mais motivadas por aspetos relacionados à estética, do que os homens. Quanto às comparações relacionadas à idade, os resultados indicaram que a motivação à prática de atividade física relacionada à competitividade e superação de limites diminui significativamente com a idade, em contraposição a motivação relacionada à saúde e ao abandono do sedentarismo que aumenta significativamente com o passar dos anos.

Tendo em conta a revisão bibliográfica efetuada encontramos alguns estudos no âmbito da motivação para as aulas de Educação Física com resultados comparativos segundo o género e a idade. Denotamos, porém, a inexistência de resultados relacionados com a área científica

que os alunos frequentam. Como tal, propusemo-nos a estudar a motivação tendo em conta as diferentes áreas de estudo, tentando trazer algo de novo à investigação deste tema.

Neste sentido, constituem objetivos da nossa investigação: identificar a importância atribuída pelos alunos a diferentes *motivações intrínsecas* e *extrínsecas* para as aulas de Educação Física; avaliar se a motivação, nas suas diferentes dimensões, é influenciada por características individuais dos alunos (género e idade), pelo nível de ensino e área científica que estuda e por outro tipo de envolvimento em atividades desportivas; e, identificar motivos que possam contribuir para o aumento da motivação dos alunos, conhecendo à partida as suas características individuais e escolares.

2 Metodologia

2.1 Amostra

Neste estudo participaram 149 alunos a frequentar o 11º e 12º anos (61,1% e 38,9%, respetivamente) do Ensino Secundário de uma escola, localizada em meio urbano, na região da Cova da Beira, sendo 78 do género masculino (52,3%) e 71 do género feminino (47,7%). Os alunos têm idades compreendidas entre os 15 e 19, sendo a média de idades de 17 anos, com um desvio padrão associado de 0,86 anos. Os alunos frequentam cursos de diferentes áreas científicas: 73 do curso Científico-Humanístico de Ciências e Tecnologias (49%), 42 do curso Científico-Humanístico de Línguas e Humanidades (28,2%), 27 do curso Tecnológico de Desporto (18,1%) e 7 do curso Científico-humanístico de Ciências socioeconómicas (4,7%). Dos 149 alunos 42,3% desses alunos encontram-se envolvidos em outras atividades desportivas (ver Anexo, Quadro A1).

A amostra foi selecionada por amostragem não aleatória (por conveniência). Assumiram-se como critérios de exclusão da amostra, alunos que apresentavam necessidades educativas especiais (NEE) e alunos repetentes dos anos de escolaridade em estudo.

2.2 Procedimentos

Inicialmente foram explicados os objetivos do estudo e obtida autorização por parte da direção da escola. Posteriormente, com o consentimento dos alunos e após informar os propósitos do estudo, os questionários foram aplicados pela equipa de investigação. Foi pedido que respondessem de forma sincera e garantiu-se o anonimato e confidencialidade das respostas. Os alunos primeiro leram as instruções e foram retiradas as suas dúvidas e só depois começaram a preencher os questionários. A recolha dos questionários foi efetuada pela equipa de investigação logo que os mesmos estivessem preenchidos. Os questionários foram aplicados no período da manhã e no início da aula para evitar alterações no estado emocional e desconcentração/desatenção provida do cansaço.

Os dados recolhidos sobre a forma de questionário foram posteriormente tratados, recodificados e analisados por recurso ao programa estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, versão 21 for windows). Foram analisados apenas os casos válidos.

2.3 Instrumentos

Neste estudo foi utilizado o questionário de Kobal (Kobal, 1996) que identifica os *motivos intrínsecos* e *extrínsecos* em aulas de Educação Física, constituído por 32 afirmações, sendo 16 referentes à motivação intrínseca e 16 à motivação extrínseca. As respostas foram dadas numa escala decrescente de concordância, do tipo *Likert*, de cinco níveis: 1 - Concordo muito; 2 - Concordo; 3 - Estou em dúvida; 4 - Discordo; 5 - Discordo muito. Para maior facilidade na apresentação dos resultados esta escala foi invertida, correspondendo a pontuações mais elevadas a uma maior motivação dos alunos face às aulas de Educação Física.

Com o intuito de avaliar a uniformidade ou coerência existente entre as respostas dos alunos a estes 32 itens e ao conjunto dos itens que se agrupam para formar cada uma das quatro *dimensões motivacionais* calculou-se o coeficiente *alpha de Cronbach* (cf. Quadro A2, em anexo). O coeficiente *alpha* de *Cronbach* obtido para os 32 itens foi de 0.829, isto é, pode concluir-se que o grupo dos 32 itens contribui de modo semelhante e bom para a fiabilidade dos resultados. Também para os itens que compõem cada um das *dimensões motivacionais*, a consistência interna foi considerada boa (com valores de *alpha* de *Cronbach* a variar entre 0.753 e 0.876).

Sustentado por estes valores de consistência interna e fiabilidade, optou-se pela criação de *scores motivacionais* para conhecer as motivações/amotivações intrínsecas e extrínsecas dos alunos ao qual o estudo se reporta face às aulas de Educação Física. Estes *scores* foram calculados através do somatório dos itens que compõem cada dimensão, dividido pelo número de itens.

Adicionalmente foram incluídos no questionário itens relativos a características sociodemográficas, de caracterização do percurso escolar e de envolvimento desportivo.

2.4 Variáveis

Na presente investigação identificam-se como *variáveis dependentes* os 32 itens do questionário Kobal (1996) e as quatro *dimensões motivacionais*, intrínsecas e extrínsecas, para as aulas de Educação Física - *motivação intrínseca*, *amotivação intrínseca*, *motivação extrínseca* e *amotivação extrínseca*.

Como *variáveis independentes* identificam-se três grupos principais: características individuais - *género* (Feminino/Masculino) e *idade* (em anos); características escolares - *ano de escolaridade* (11ºano/12ºano) e *área científica* de estudo (Tecnológico de

Desporto/Ciências Tecnologia/Línguas e Humanidades/Ciências Socioeconómicas); e o *envolvimento desportivo* fora das aulas (Não/Sim).

Estas variáveis são medidas em diferentes tipos de escala. Assim, são de natureza qualitativa: nominal - as variáveis *género*, *ano de escolaridade*, *área científica* de estudo e o *envolvimento desportivo*; e, ordinal - os 32 itens originais do questionário Kobal (1996). De natureza quantitativa identificam-se as variáveis idade e os quatro *scores motivacionais*.

2.5 Procedimentos Estatísticos

No processo de análise de dados recorreu-se a estatísticas descritivas para descrever e resumir as variáveis sociodemográficas, de percurso escolar, de envolvimento em atividades desportivas e de *motivação* dos alunos pertencentes à amostra, através de frequências absolutas, relativas, medidas de localização central e de variabilidade, recorrendo-se pontualmente à representação gráfica dos resultados.

Para avaliar a intensidade e a direção da relação entre duas variáveis quantitativas foi determinado o coeficiente de correlação de *Pearson* e analisado conforme descrito em D'Hainaut (1997).

Foram também testadas as condições de aplicação dos testes paramétricos, ou seja, foi analisada a normalidade das distribuições dos *scores motivacionais* e a homogeneidade das suas variâncias. Para testar a normalidade utilizou-se o teste de *Kolmogorov-Smirnov* (K-S). Para testar a homogeneidade das variâncias foi utilizado o teste de *Levene*. Quando não se verificou algum dos pressupostos, recorreu-se a métodos não-paramétricos para testar as hipóteses em estudo (Maroco, 2007).

Aplicou-se o teste *Mann-Whitney* como alternativa não paramétrica ao teste *t-Student*, para comparar médias de variáveis quantitativas entre grupos. A comparação de médias de mais de duas amostras independentes fez-se recorrendo ao teste *Kruskal-Wallis*, como alternativa não paramétrica à análise de variância (ANOVA), seguida da ilustração gráfica dos intervalos de confiança para a comparação de médias de grupos independentes (Error-bar).

Considerou-se a existência de diferenças estatisticamente significativas entre variáveis quando $p\text{-valor} < 0.05$.

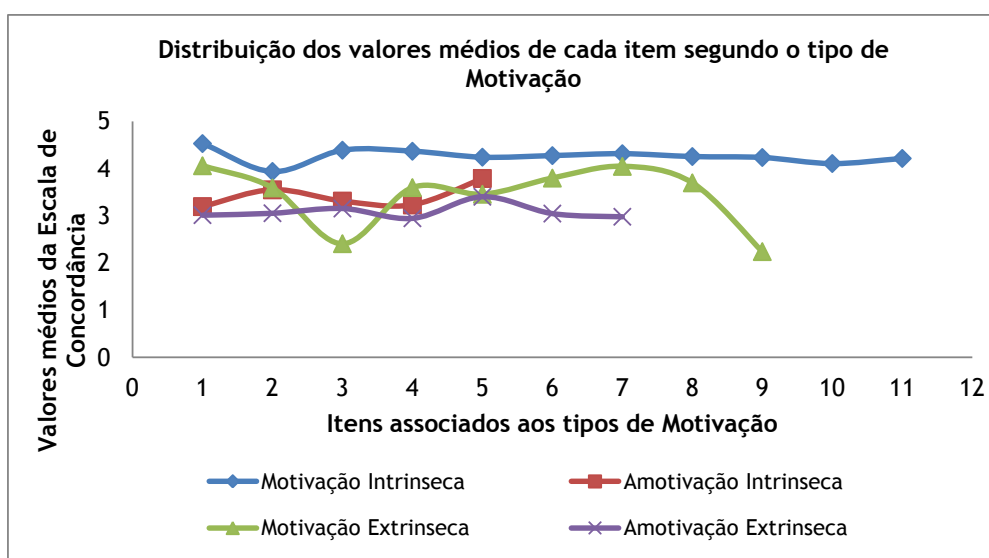
3 Resultados

Os valores médios associados às respostas dos 149 alunos aos 32 itens originais que compõem o questionário Kobal (1996), utilizado para avaliar a motivação/amotivação intrínseca e extrínseca dos alunos envolvidos no estudo, encontra-se ilustrado no gráfico 1. Em anexo (Quadro A3), apresentam-se outras estatísticas descritivas associadas a estes itens.

De um modo geral, é possível constatar através da análise do gráfico que, em média, os alunos encontram-se mais motivados/amotivados intrínseca do que extrinsecamente.

A análise conjunta do Quadro A3 e do gráfico 1 permite ainda constatar que os valores médios associados aos 11 itens usados para quantificar a *motivação intrínseca* variaram entre os 3,94 e os 4,53 pontos. Isto é, todos os itens apresentam, em média, valores elevados de concordância, tendo o mais baixo registado 3,94 pontos nesta escala. Relativamente aos 5 itens que contribuem para conhecer o grau de *amotivação intrínseca* face às aulas de Educação Física, verificou-se que, em média, o item 5 (AI5 “*Não há tempo para praticar tudo o que gostaria*”) é o que contribui para uma maior amotivação dos alunos (3,79). Já o item 1 (AI1 “*Não consigo realizar bem as atividades*”) é o item que, em média, menos contribui para a desmotivação dos alunos para a aula de Educação Física (3,19). No que se refere às influências externas para uma maior motivação dos alunos face às aulas de Educação Física, em média, os alunos concordam que “ME1_ *Fazer parte das disciplinas da escola*” (4,06) e “ME7_ *Sentirem-se integrados na turma*” (4,05) são os fatores mais importantes na motivação para as aulas. Por outro lado, em média, discordam da afirmação que “ME9_ *Ser melhor que os colegas*” (2,24) seja um fator importante para estarem motivados para a disciplina. No que diz respeito aos 7 itens indicadores de *amotivação externa* face às aulas de Educação Física, verificou-se que, em média, o item “AE5_ *Alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros*” é um dos motivos externos que contribui para uma maior desmotivação dos alunos (3,04). Já o item “AE4_ *Os meus colegas riem-se das minhas falhas*” (2,95) é o item que, em média, menos contribui para a desmotivação na aula de Educação Física, quando considerados fatores externos.

Gráfico 1. Distribuição dos valores médios dos 32 itens do Questionário Kobal (1996) segundo fatores motivacionais.



Após a análise dos valores médios de cada um dos 32 itens, descreva-se agora os quatro *scores motivacionais* calculados a partir dos itens originais do questionário Kobal (1996). No quadro 1 apresentam-se as estatísticas descritivas associadas a estes *scores*, bem como a estatística de teste e respetiva probabilidade de significância associada ao teste de aderência à normalidade.

Quadro 1. Estatísticas descritivas e teste de normalidade: *scores Motivacionais*

		Motivação Intrínseca (score MI)	Amotivação Intrínseca (score AI)	Motivação Extrínseca (score ME)	Amotivação Extrínseca (score AE)
N	Válidos	147	147	149	149
	Omissos	2	2	0	0
Média		3,26	2,41	2,43	2,09
Moda		3,36	2,40	2,56	3,00
Desvio Padrão		0,49	0,93	0,61	0,99
Mínimo		1,73	0	0,56	0
Máximo		4,00	4,00	3,78	4,00
Percentis	25	3,00	1,80	2,11	1,29
	50	3,27	2,40	2,44	2,14
	75	3,64	3,20	2,83	2,86
Teste K-S	Estatística	0,084	0,082	0,103	0,061
	GL	145	145	145	145
	p-valor	0,014	0,019	0,001	0,200*

* $p < 0.05$

De acordo com este quadro, verifica-se que, em termos dos valores médios a *motivação* dos alunos para as aulas de Educação Física foi de: 3,26 para a dimensão *motivacional intrínseca* (score MI); 2,41 para a dimensão *amotivacional intrínseca* (score AI); 2,43 para a dimensão *motivacional extrínseca* (score ME); e 2,09 para a dimensão *amotivacional extrínseca* (score AE). Isto é, em média, o *score MI* foi mais elevado do que os restantes *scores* motivacionais. Também o *score AI* apresenta valor médio mais elevado do que o *score AE*. Constatações, estas já verificadas aquando da análise dos itens originais do questionário. No que se refere aos valores de desvio-padrão e amplitude de variação registados, é possível constatar que as *dimensões amotivacionais* apresentam maior dispersão dos dados comparativamente com as *dimensões motivacionais*. De facto, o valor máximo registado nas diferentes dimensões motivacionais foi de 4 pontos, com exceção da dimensão *motivação extrínseca* que apresentou o máximo de 3,78, sendo que os valores mínimos dos *scores* de *motivação intrínseca* e *extrínseca* foram, respetivamente, de 1,73 e 0,56 e os valores mínimos dos *scores* de *amotivação* de 0.

No sentido de conhecer a forma da distribuição de cada uma dos quatro *scores motivacionais* analisou-se ainda a estatística de teste e a probabilidade de significância associada ao teste de aderência à normalidade de *Kolmogorov-Smirnov (K-S)*, sob a hipótese nula de que as distribuições seguem distribuição normal (cf. Quadro 1). A probabilidade de significância associada à estatística de teste de K-S foi de 0.014, 0.019, 0.001 e 0,200 para as quatro distribuições, pelo que se conclui pela rejeição da hipótese nula de normalidade das distribuições para todos os *scores motivacionais*, com exceção do *score Amotivação Extrínseca* (pois $p=0,200>0,05$, pelo que se conclui pela não rejeição da hipótese nula de normalidade da distribuição). Isto significa que para os *scores Motivação Intrínseca*, *Amotivação Intrínseca* e *Motivação Extrínseca* não se devem aplicar testes paramétricos na análise bivariada, uma vez que falha o pressuposto de normalidade das distribuições. Decidiu-se, neste sentido, recorrer à aplicação de testes não paramétricos para o conjunto dos quatro *scores motivacionais* em análise.

Depois de descrever os diferentes *scores motivacionais*, importa agora avaliar se diferentes características individuais (género e idade), escolares (nível de ensino e área científica) e o envolvimento em outras atividades desportivas têm um efeito significativo diferenciado na motivação dos alunos para as aulas de Educação Física.

No sentido de analisar se, em média, a motivação para as aulas de Educação Física difere segundo o género, recorreu-se ao teste não paramétrico de *Mann-Whitney* sob a hipótese nula de que a motivação média dos rapazes, nas suas diferentes vertentes, é idêntica à das raparigas.

O quadro 2 apresenta, respetivamente, os valores médios, a estatística de teste e probabilidade de significância associada ao teste de comparação de médias aplicado para os dois grupos independentes em análise.

Quadro 2. Comparação dos scores Motivação segundo Género

	Feminino			Masculino			p-valor
	Média	N	DP	Média	N	DP	
<i>Motivação Intrínseca</i>	3,29	76	0,44	3,23	71	0,53	0,659
<i>Amotivação Intrínseca</i>	2,50	76	0,93	2,32	71	0,93	0,249
<i>Motivação Extrínseca</i>	2,30	78	0,60	2,58	71	0,59	0,002*
<i>Amotivação Extrínseca</i>	2,21	78	0,97	1,95	71	1,01	0,140

* $p<0.05$

Com probabilidade de erro de 5%, é possível concluir pela rejeição da hipótese nula de que, em média, a *motivação extrínseca* é idêntica para rapazes e raparigas. Os valores médios de *motivação extrínseca* registados para os dois grupos de alunos indicam que, em média, os rapazes apresentam valores mais elevados nesta dimensão motivacional comparativamente com as raparigas (2,58 e 2,30, respetivamente).

Para as restantes dimensões motivacionais não se registaram diferenças, estatisticamente significativas nos *scores motivacionais* atribuíveis ao género. De facto, conclui-se pela não rejeição da hipótese nula de a *motivação intrínseca*, *amotivação intrínseca* e *amotivação extrínseca* ser idêntica entre rapazes e raparigas (pois os p-valores foram, respetivamente, 0.659, 0.249 e 0.140, sendo todos valores superiores a 0.05).

De modo a analisar a intensidade e direção da associação entre os quatro *scores motivacionais* e a idade dos alunos calculou-se o coeficiente de correlação de *Pearson*, sob a hipótese nula de que os diferentes fatores motivacionais não estão significativamente correlacionados com a idade. Para qualquer nível de significância registou-se ausência de correlação entre as dimensões motivacionais/amotivacionais e a idade ($-0,025 < r < 0,123$; $p > 0,05$). O Quadro A4, em anexo, apresenta os valores de correlação encontrados e respetiva significância. De facto, como todos os $p\text{-valor} > 0,05$, não se rejeita a hipótese nula das variáveis não estarem significativamente correlacionadas.

Com o objetivo de avaliar se a motivação média dos alunos para as aulas de Educação Física difere segundo o nível de ensino, aplicou-se novamente o teste não paramétrico de *Mann-Whitney*, sob a hipótese nula de que a motivação média dos alunos, nas diferentes dimensões, é idêntica para os alunos que frequentam o 11º ano de escolaridade e o 12º ano de escolaridade (Quadro A5, em anexo). Para o nível de significância de 5% podemos concluir que a motivação dos alunos é idêntica para os dois níveis de ensino em análise, pois para as quatro dimensões motivacionais os valores médios de motivação, nas diferentes dimensões, são idênticos para os dois grupos de análise e apresentam valores de probabilidade de significância superiores a 0.05 o que permite não rejeitar a hipótese nula de igualdade de médias para os dois níveis de ensino.

Compare-se agora se a motivação média dos alunos para as aulas de Educação Física é influenciada pelo curso ou área científica que o aluno frequenta. Por se tratar de mais de dois grupos independentes de alunos em análise, recorreu-se como alternativa não paramétrica à Anova, ao teste de *Kruskal-Wallis*. Este teste é usado para testar se mais de duas médias estimadas a partir de amostras independentes são ou não iguais (cf. Quadro 3).

Quadro 3. Comparação dos *scores* Motivação segundo Área Científica

	Tecnológico de Desporto			Ciências e Tecnologias			Línguas e Humanidades			Ciências Socioeconómicas			p-valor
	Média	N	DP	Média	N	DP	Média	N	DP	Média	N	DP	
<i>Motivação Intrínseca</i>	3,47	26	0,40	3,18	73	0,53	3,33	41	0,40	2,96	7	0,56	0,030*
<i>Amotivação Intrínseca</i>	2,32	27	1,18	2,53	72	0,83	2,31	41	0,94	2,14	7	0,81	0,498
<i>Motivação Extrínseca</i>	2,44	27	0,72	2,45	73	0,61	2,47	42	0,48	1,98	7	0,76	0,362
<i>Amotivação Extrínseca</i>	1,89	27	1,04	2,13	73	1,02	2,16	42	0,98	1,98	7	0,52	0,663

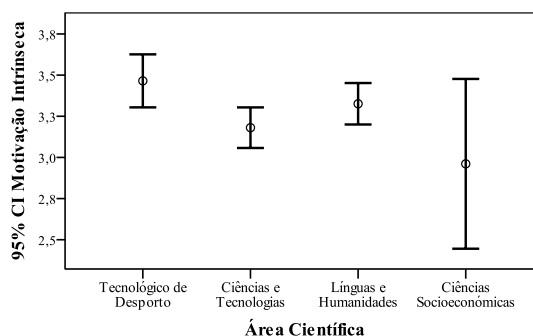
* $p < 0.05$

A probabilidade de significância associada ao teste de *Kruskal-Wallis* ($p=0,030$) para a dimensão *Motivação Intrínseca* permite concluir pela rejeição da hipótese nula de igualdade das médias, o que significa que existe pelo menos um par de médias que são significativamente diferentes, isto é, existe diferenças significativas na *motivação intrínseca* média dos alunos que frequentam diferentes áreas científicas (cf. Quadro 3).

Para as restantes dimensões não foi encontrado um efeito diferenciado na motivação para as aulas de Educação Física atribuíveis ao curso que frequentam, pois todos os p-valores são superiores a 0.05, pelo que não se rejeita a hipótese nula de igualdade de médias entre os alunos das diferentes áreas científicas.

Para identificar qual ou quais os pares de médias que são significativamente diferentes será necessário proceder à comparação múltipla de médias, através da análise do gráfico de barras para apresentação dos intervalos de confiança para as médias dos grupos (Gráfico 2). Este gráfico sugere que há diferenças nos valores médios de *motivação intrínseca* entre as diferentes áreas científicas. Assim, verifica-se que, em média, os alunos que frequentam o curso Tecnológico de Desporto apresentam valores mais elevados na escala de *motivação intrínseca* comparativamente com os alunos que frequentam o curso de Ciências e Tecnologias. Entre os restantes grupos de alunos não se registam diferenças estatisticamente significativas pois existe sobreposição dos intervalos de confiança.

Gráfico 2. Gráfico de barras para a apresentação dos intervalos de confiança para as médias



Por último, analise-se se o envolvimento dos alunos em outras atividades desportivas contribui ou não para uma maior *motivação* para as aulas de Educação Física. Mais uma vez, aplicou-se o teste não paramétrico de *Mann-Whitney* para comparar os valores médios de motivação, nas suas diferentes dimensões, em alunos que frequentam outras atividades desportivas fora da escola e os que não frequentam.

Os valores médios e a probabilidade de significância encontram-se registados no quadro 4. Com base neste quadro, conclui-se que apenas a *motivação intrínseca* é significativamente afetada pelo envolvimento dos alunos em outras atividades desportivas. De facto, como $p\text{-valor}=0.000<0.05$ para o *score motivação intrínseca* conclui-se pela rejeição da hipótese nula de igualdade de médias. Analisando os valores médios, conclui-se também que os alunos que frequentam outras atividades desportivas fora do âmbito escolar têm, em média, uma *motivação intrínseca* mais elevada para as aulas de Educação Física do que os alunos que não praticam outras atividades.

Para as restantes dimensões motivacionais, conclui-se pela não rejeição da hipótese nula de, em média, a *motivação extrínseca*, *amotivação intrínseca* e *extrínseca* serem idênticas independentemente do tipo de envolvimento desportivo.

Quadro 4. Comparação dos *scores* Motivação segundo o Envolvimento Desportivo

	Não			Sim			p-valor
	Média	N	DP	Média	N	DP	
<i>Motivação Intrínseca</i>	3,13	84	0,48	3,43	63	0,44	0,000*
<i>Amotivação Intrínseca</i>	2,42	85	0,83	2,40	62	1,06	0,867
<i>Motivação Extrínseca</i>	2,50	86	0,52	2,35	63	0,71	0,250
<i>Amotivação Extrínseca</i>	2,17	86	0,96	1,96	63	1,04	0,173

* $p<0.05$

Com o objetivo de tentar identificar os motivos que mais contribuem para os alunos gostarem das aulas de Educação Física efetuou-se uma análise aos itens originais do questionário que demonstraram ter um efeito diferenciado segundo o género e área científica dos alunos.

Os valores médios apresentados no quadro 5 permitem concluir, que, em média, os rapazes estão significativamente mais motivados por fatores extrínsecos para a Educação Física do que as raparigas e que as raparigas apresentam, em média, uma amotivação (intrínseca e extrínseca) significativamente mais elevada do que os rapazes.

Quadro 5. Itens do Questionário Kobal que mostraram ter um efeito diferenciado segundo o género dos alunos

Itens Originais do Questionário Kobal (1996)		Género		
		Fem	Mas	p-valor
<i>Amotivação Intrínseca</i>	AI 1_ Não consigo realizar bem as atividades.	3,38	2,99	0,048
<i>Motivação Extrínseca</i>	ME 1_ Faz parte das disciplinas da escola.	3,92	4,21	0,009*
	ME 3_ O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	2,13	2,72	0,001*
	ME 5_ Esqueço-me das outras aulas.	3,23	3,70	0,014*
<i>Amotivação Extrínseca</i>	ME 9_ Sou melhor que os meus colegas.	2,03	2,48	0,002*
	AE 3_ O professor compara o meu rendimento com o de outro colega.	3,42	2,86	0,012*
	AE 4_ Os meus colegas riem-se das minhas falhas.	3,17	2,70	0,034*

* $p < 0.05$

Quadro 6. Itens do Questionário Kobal que mostraram ter um efeito diferenciado segundo a área científica que os alunos frequentam

Dimensões	Itens Originais do Questionário Kobal (1996)	Área Científica				p-valor
		Tecnológico Desporto	Ciências e Tecnologias	Línguas e Humanidades	Ciências SocioEconómicas	
<i>Motivação Intrínseca</i>	MI1_ Gosto de atividades físicas.	4,81	4,52	<u>4,38</u>	4,43	0,013*
	MI 3_ Gosto de aprender novas habilidades.	4,70	<u>4,21</u>	4,60	<u>3,86</u>	0,001*
	MI 4_ Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	4,73	<u>4,25</u>	4,41	4,00	0,014*
	MI 8_ Compreendo os benefícios das atividades propostas em aula.	<u>4,33</u>	<u>4,08</u>	4,50	4,29	0,021*
	MI 9_ As atividades dão-me prazer.	4,48	4,23	4,21	<u>3,43</u>	0,007*
	MI 11_ Movimento o meu corpo.	4,30	<u>4,05</u>	4,50	<u>3,86</u>	0,039*
	<i>Motivação Extrínseca</i>	ME 7_ Sinto-me integrado na turma.	4,33	<u>3,86</u>	4,26	<u>3,57</u>
ME 8_ As minhas opiniões são aceites.		<u>3,81</u>	<u>3,64</u>	<u>3,93</u>	2,43	0,010*

* $p < 0.05$

Quando analisados os valores médios associados aos itens cuja área científica tem um efeito estatisticamente significativo sobre a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física (Quadro 6), verificou-se, por um lado, que os alunos que frequentam o curso Tecnológico de Desporto estão significativamente e intrinsecamente mais motivados para a prática de atividade física, pelo prazer e pelo desafio de aprender novas habilidades do que os alunos

que frequentam outros cursos. Por outro lado, os alunos de Línguas e Humanidades estão mais motivados para as aulas de Educação Física por motivos intrínsecos de saúde e de estética. De notar que dos 42 alunos deste curso, 71,4% são raparigas. Adicionalmente constatou-se ainda que os alunos de Ciências socioeconómicas encontram-se menos motivados que os restantes alunos quando o fator motivacional é a aceitação das suas opiniões.

4 Discussão dos Resultados

A análise dos 32 itens, em termos dos valores médios, demonstrou que os alunos atribuíram maior importância a fatores intrínsecos do que extrínsecos de motivação. Também a análise dos quatro *scores motivacionais* identificou os motivos intrínsecos como os que mais contribuem para a motivação geral dos alunos face à Educação Física, comparativamente com as restantes dimensões motivacionais. Estes resultados corroboram com os resultados obtidos por Araújo et al. (2008), Costa (1998), Kobal, (1996), Ryan, et al. (1997) e Tresca et al. (2000) nos diferentes estudos realizados sobre motivação dos alunos. Estes autores identificaram como fatores mais persistentes para manter os níveis de motivação mais elevados dos alunos os fatores intrínsecos em contraposição com os fatores extrínsecos. Os *scores amotivacionais* foram os que apresentaram maior dispersão de resultados.

Os resultados mostraram também que algumas das características individuais e escolares dos alunos influenciam significativamente a sua motivação para as aulas de Educação Física. Assim, verificou-se que, em média, os rapazes apresentaram valores mais elevados de *motivação extrínseca* comparativamente com as raparigas, como se verificou na literatura (Januário, et al., 2012), não se registando diferenças atribuíveis ao género para as restantes dimensões motivacionais.

Quando se avaliou a correlação da idade com os fatores motivacionais não se registou a existência de associação estatisticamente significativa. Também não se encontraram diferenças estatisticamente significativas na motivação dos alunos segundo o nível de ensino. Estes resultados contrastam com os obtidos por Lores (2004) e Raposo, et al. (1996), que identificaram diferenças, estatisticamente significativas, na motivação dos alunos de diferentes idades, concluindo que os alunos mais jovens valorizam mais, na prática de atividade desportiva, aspetos relacionados com a competitividade e condição física, enquanto os alunos mais velhos valorizam mais aspetos relacionados com a saúde e bem-estar.

A ausência de efeito da idade e do ano de escolaridade na motivação dos alunos poderá estar relacionada com as opções tomadas aquando da seleção da amostra de alunos intervenientes no estudo. A exclusão de alunos repetentes, a obrigatoriedade de frequência da disciplina e a influência dos resultados na classificação interna final do aluno, levaram, por um lado, à diminuição da amplitude de variação das idades amostradas e, por outro, à comparação de anos de escolaridade com características semelhantes, daí não se terem registado diferenças, estatisticamente significativas.

Já no que se refere à área científica de estudo, verificou-se que, em média, a *motivação intrínseca* dos alunos para a Educação Física foi significativamente diferente. Isto é, em média, os alunos do curso Tecnológico de Desporto apresentaram valores mais elevados de motivação intrínseca comparativamente com os alunos da área das Ciências e Tecnologias. Comparativamente com os alunos de outras áreas científicas não se registaram diferenças estatisticamente significativas.

Adicionalmente analisou-se se o envolvimento em outras atividades desportivas contribuía de forma positiva para a sua motivação face às aulas de Educação Física. Os resultados demonstraram que, em média, os alunos que frequentam outras atividades desportivas estão intrinsecamente mais motivados do que os que não praticam, que foi verificado em outros estudos (Fernandes, 2003; Fernandes, et al., 2007).

Por último, a análise dos itens originais do questionário Kobal (1996) que demonstraram ter um efeito diferenciado segundo o género e a área científica permitiram, por um lado, confirmar que, em média, os rapazes estão significativamente mais *motivados* por fatores *extrínsecos* para a Educação Física do que as raparigas e que as raparigas apresentam, em média, uma *amotivação* significativamente mais elevada do que os rapazes, tendo sido verificado também, na literatura (Rocha, 2009). Por outro lado, demonstraram que os alunos que frequentam o curso Tecnológico de Desporto atribuíram maior importância à condição física, mestria e prazer como fatores motivacionais comparativamente com os alunos de outros cursos. Por outro lado, os alunos de Línguas e Humanidades atribuíram maior importância a motivos intrínsecos, como sejam o bem-estar e a estética para a frequência das aulas de Educação Física comparativamente com os alunos de outras áreas científicas.

5 Conclusão

O presente estudo procurou contribuir para o conhecimento mais aprofundado dos motivos que contribuem para uma maior motivação dos alunos para as aulas de Educação Física e perceber de que forma as características individuais e escolares, em particular, a área científica de estudo dos alunos interfere com os níveis de motivação para a prática de atividade física.

Neste sentido, conclui-se que os alunos atribuíram maior importância a motivos *intrínsecos* do que *extrínsecos* para se manterem motivados para as aulas de Educação Física, constituindo a motivação intrínseca a dimensão que mais influencia a motivação geral; a motivação extrínseca nos rapazes é maior do que nas raparigas e que estas últimas possuem maiores níveis de amotivação; os alunos que estão envolvidos em outras atividades fora da escola apresentam maior motivação intrínseca em comparação aos que não praticam. Quanto à área científica os alunos do curso de desporto apresentaram maiores níveis de motivação intrínseca comparativamente com os alunos da área de ciências e tecnologias.

Uma análise mais pormenorizada segundo o género e a área científica de estudo dos alunos permitiu ainda concluir que os alunos da área de desporto atribuíram maior importância à condição física, mestria, prazer como fatores intrínsecos de motivação e os que os alunos da área de linguas e humanidades deram maior importância a motivos extrínsecos como o bem-estar e a estética.

6 Bibliografia


- Araújo, S., Mesquita, T., Araújo, A., Bastos, A. (2008). Motivação nas aulas de Educação física: Um estudo comparativo entre géneros. *Revista digital- Buenos Aires*, 13(127).
- Balbinotti, M., Barbosa, M., Balbinotti, C., & Saldanha, R. (2011). Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. *Estudos de Psicologia*, 16(1): 99-106.
- Berleze, A., Vieira, L. F., Krebs, R. J. (2002). Motivos que levam crianças para a prática de atividades motoras na escola. *Revista da Educação Física/UEM, Maringá*, 13(1): 99-107.
- Brière, N., Vallerand, R., Blais, M., & Pelletier, L. (1995). Developpement et validation d'une mesure de motivation intrinsèque, extrinsèque et d'amotivation en contexte sportif: l'échelle de motivation dam les sports. *International Journal of Sport Psychology*, 26(4): 465-489.
- Buonomano, Cei & Mussino (1995). Participation motivation in Italian youth sport. *The sport Psychologist*, 9: 265-281.
- Chicati, K. (2000). Motivação nas aulas de educação física no ensino médio. *Revista da Educação Física/UEM Maringá*, 11(1): 97-105.
- Costa, C., Diniz, J., Pereira, P. (1998). A motivação dos alunos para a Educação Física: A sua influência no comportamento nas aulas. *Revista Horizonte*, 15(86): 07-15.
- Deci, E.L., Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self determination in human behavior. New York and London: Plenum Press.*
- Deci, E.L., Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: human needs and self-determination of behavior. *Psychological*, 11(4): 227-268.
- D´Hainaut, L. (1997). *Conceitos e Métodos da Estatística*. Vol. I. 2ª Edição. Fundação Calouste Gulbenkian.
- Egli, T., Bland, H., Melton, B., Czech, D. (2011). Influence of Age, Sex, and Race on College Students Exercise Motivation of Physical Activity. *Journal of american college health*, 59(5).
- Fernandes, H. (2003). *Motivação no contexto de Educação Física: Estudo centrado no valor preditivo das intenções de prática desportiva, em função da motivação intrinseca*. Monografia - Vila Real: Universidade de Trás os Montes e Alto Douro.

- Fernandes, H., Vasconcelos-Raposo, J., Moreira, M., Costa, H. (2007). A influência das orientações motivacionais nas atitudes desportivas em aulas de Educação Física. *Motricidade*, 3(3): 16-23.
- Gouveia, F.C. (2007). *Motivação e Prática da Educação Física*. Campinas: Papirus.
- Januário, N., Colaço, C., Rosado, A., Ferreira, V., Gil, R. (2012). Motivação para a Prática Desportiva nos Alunos do Ensino Básico e Secundário: Influência do Género, Idade e Nível de Escolaridade. *Motricidade*, 8(4): 38-51.
- Kobal, M. C. (1996). *Motivação intrínseca e extrínseca nas aulas de educação física*. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.
- Lores, A., Murcia, J., Sanmartín, M., & Camacho, A. (2004). Motivos de prática físico-desportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. *Apunts*, 76,13-21.
- Machado, A. (1997). *Psicologia do esporte: temas emergentes*. Jundiaí: Ápice.
- Maroco, J. (2007). *Análise Estatística com utilização do SPSS*. Edições Sílabo. 3ªEdição.
- Marzinek, A., Neto, A. (2004). *A motivação de adolescentes nas aulas de Educação Física*. Universidade Católica de Brasília, dissertação de Mestrado.
- Pestana, M. H. & Gageiro, J. (2005). *Análise de dados para ciências sociais: A complementaridade do SPSS*. (4ª ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Ryan, R. M., Frederick, C. M., Lepes, D., Rubio, N., & Sheldon, K. M. (1997). Intrinsic motivation and exercise adherence. *International Journal of Sport Psychology*, 28: 335-354.
- Teixeira, C. (2007). *Motivação e apoio à autonomia: estudo longitudinal com alunos do curso técnico-profissional de desporto*. Dissertação de mestrado - Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Tresca, R. De Rose JR, D. (2000). Estudo comparativo da motivação intrínseca em escolares praticantes e não praticantes de dança. *Rev. Bras. Ciên. E Mov. Brasília*, 8(1): 9-13.
- Vasconcelos-Raposo, J., Figueiredo, A., Granja, P. (1996). *Fatores de motivação dos jovens para a prática desportiva*. Dissertação de mestrado - Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Anexos

Capítulo 1 - Estágio Pedagógico

Anexo 1 - Exemplo de um Plano Anual

ESCOLA SECUNDÁRIA FREI HEITOR PINTO PLANO ANUAL - EDUCAÇÃO FÍSICA - Grupo de Estágio de Educação Física TURMA 10º A e 10º B/D - 2012/2013			
			
UNIDADE DIDÁTICA	OBJETIVOS GERAIS	CONTEÚDOS	ORGANIZAÇÃO DAS AULAS
G I N Á S T I C A	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conhecer e compreender a modalidade. ➤ Desenvolver as capacidades motoras de coordenação, equilíbrio, destreza, autonomia e organização. ➤ Desenvolver a noção estética do corpo. ➤ Desenvolver a entreajuda e respeito pelos outros promovendo a aprendizagem de forma a atingir o êxito. ➤ Motivar os alunos e valorizar a prática gímnica como factor de desenvolvimento pessoal e melhor qualidade de vida. ➤ Aplicar e avaliar os fundamentos gímnicos. ➤ Aplicar as regras de segurança. ➤ Aplicar e a avaliar as atitudes. 	Ginástica Artística: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ginástica no solo <ul style="list-style-type: none"> - Rolamentos - Pinos - Roda - Rodada - Ponte - Avião ➤ Ginástica de aparelhos <ul style="list-style-type: none"> - Barra Fixa - Cavalo - Paralelas Assimétricas - Paralelas Simétricas - Trave 	<p style="text-align: center;"><u>1º Período</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Turma 10ºA 25 Aulas ➤ Turma 10ºB/D 26 Aulas

A
T
L
E
T
I
S
M
O

- Motivar os alunos e valorizar a prática do atletismo como fator de desenvolvimento pessoal e de melhor qualidade de vida.
- Desenvolver capacidades condicionais e coordenativas: CRLD, velocidade de reação, de repetição e deslocamento, força geral, flexibilidade geral e destreza geral.
- Conhecer e compreender a modalidade.
- Aplicar e avaliar os fundamentos atléticos e as atitudes.
- Conhecer e aplicar as regras das competições, como praticante e como juiz.
- Estimular a cooperação: aceitar os companheiros de equipa, apoiar os companheiros quando se enganam, valorizar o trabalho positivo dos outros.

- Corrida de velocidade
- Corrida de estafetas
- Corrida de barreiras
- Salto em comprimento
- Triplo salto
- Lançamento do peso

2º Período

- **Turma 10ºA**
20 Aulas
- **Turma 10ºB/D**
18 Aulas

A
N
D
E
B
O
L

- Motivar os alunos e valorizar a prática do andebol como fator de desenvolvimento pessoal e de melhor qualidade de vida.
- Desenvolver capacidades condicionais e coordenativas.
- Conhecer e compreender a modalidade.
- Aplicar e avaliar os fundamentos técnicos e táticos do jogo e as atitudes.
- Conhecer e analisar as ações de ataque e defesa.
- Aceitar as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas, e dando sugestões

- Passe picado
- Passe de ombro
- Drible
- Remate fixo e em suspensão
- Receção e controlo da bola
- Condução e manutenção da bola
- Interceção e desarme
- Deslocamentos e posições ofensiva e defensiva básicas

	<p>que favoreçam a sua melhoria.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Adequar a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ações técnico-táticas individuais e coletivas 	
<p>V O L E I B O L</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cooperar com os companheiros escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo. ➤ Aceitar as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas, e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria. ➤ Conhecimento de si próprio e compreender os seus limites. ➤ Adequar a sua atuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objetivo do jogo, à função e modo de execução das ações técnico-táticas e às regras do jogo. ➤ Interpretar crítica e corretamente os acontecimentos no universo da modalidade. ➤ Elevar o nível funcional das capacidades motoras, particularmente de resistência geral de longa e média duração, de força resistente, da força rápida, de flexibilidade, de velocidade de reação simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Serviço por baixo. ➤ Serviço por cima. ➤ Passe. ➤ Remate. ➤ Manchete (defesa alta e baixa). ➤ Bloco. ➤ Deslocamentos e posições ofensiva e defensiva básicas. 	<p><u>3º Período</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Turma 10ºA 21 Aulas ➤ Turma 10ºB/D 19 Aulas

Anexo 2 - Exemplo de uma Extensão e Sequência de Conteúdos

Extensão e sequência da matéria de ensino: Atletismo			Aulas Previstas 2º Período																	
			27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
Ações individuais	Conteúdos psicossociais	Sociabilidade; Sentido de responsabilidade; Autonomia	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	
	Corrida de Barreiras	Partida		T				E		E			E/C		C/AS					
		Aproximação à primeira Barreira		T				T/E		E		E	E/C		C/AS					
		Transposição da Barreira		T				T/E	E	E		E/C	E/C		C/AS					
		Corrida entre Barreiras		T						T/E		E	E/C		C/AS					
		Chegada à Meta		T										E/C		C/AS				
	Lançamento do Peso	Pega do Engenho		T													T/E	E	E/C	C/AS
		Preparação		T														T/E	E/C	C/AS
		Deslizamento		T														T/E	E/C	C/AS
		Arremesso		T													T/E	E	E/C	C/AS
Recuperação			T														T/E	E/C	C/AS	

Legenda:

T	Transmissão
E	Exercitação
C	Consolidação
AS	Avaliação Sumativa
CT	Conteúdo Transversal

Notas: Na aula 35 foi realizado a fase de apuramento intra-turma dos Megs. Na aula nº 38 a turma participou na atividade: “ginásio aberto” organizada e dinamizada pelo grupo de estágio, no âmbito da “Quinzena da Atividade Física, Saúde e Educação”. Na aula nº 40 os alunos participaram na palestra realizada pelo Professor José Rodrigues, no âmbito da “Quinzena da Atividade Física, Saúde e Educação”. As restantes aulas que não têm a extensão de conteúdos foram lecionadas pelos meus colegas de estágio.

Anexos

Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto - “Motivação dos alunos nas aulas de Educação Física, tendo em conta o género, idade, ano de escolaridade e área científica”.

Quadro A 1. Estatísticas descritivas da Amostra de Alunos

Características Individuais e Escolares		N	%
Género	Feminino	78	52,3
	Masculino	71	47,7
Ano de Escolaridade	11º Ano	91	61,1
	12º Ano	58	38,9
	Total	149	100,0
Área Científica de Estudo	Ciências e Tecnologias	73	49,0
	Línguas e Humanidades	42	28,2
	Tecnológico de Desporto	27	18,1
	Ciências Socioeconómicas	7	4,7
Está envolvido em outra(s) atividade(s) desportiva(s) fora da escola?	Não	86	57,7
	Sim	63	42,3
Idade	Média		17,00
	Desvio padrão (DP)		,862
	Mínimo		15
	Máximo		19

Quadro A 2. Consistência Interna do questionário Kobal (1996)

Dimensões	N Itens	Alpha de Cronbach
motivacionais		
<i>Motivação Intrínseca</i>	11	0.876
<i>Amotivação Intrínseca</i>	5	0.815
<i>Motivação Extrínseca</i>	9	0.753
<i>Amotivação Extrínseca</i>	7	0.872
Total	32	0.829

Quadro A 3. Estatísticas descritivas dos Itens do Questionário Kobal (1996)

32 Itens Originais do Questionário Kobal (1996)		Média	N	DP
Motivação Intrínseca	MI1_Gosto de atividades físicas.	4,53	149	0,56
	MI 2_ As aulas dão-me prazer.	3,94	149	0,78
	MI 3_ Gosto de aprender novas habilidades.	4,39	149	0,71
	MI 4_ Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	4,37	147	0,7
	MI 5_ Sinto-me saudável com as aulas.	4,24	149	0,74
	MI 6_ Aprendo uma nova habilidade.	4,28	149	0,7
	MI 7_ Dedico-me ao máximo à atividade.	4,32	149	0,73
	MI 8_ Compreendo os benefícios das atividades propostas em aula.	4,26	149	0,73
	MI 9_ As atividades dão-me prazer.	4,23	149	0,7
	MI 10_ O que eu aprendo faz-me querer praticar mais.	4,11	149	0,82
	MI 11_ Movimento o meu corpo.	4,21	149	0,78
Amotivação Intrínseca	AI1_ Não consigo realizar bem as atividades.	3,19	149	1,22
	AI2_ Não sinto prazer na atividade proposta.	3,55	149	1,3
	AI3_ Quase não tenho oportunidade de jogar.	3,31	148	1,31
	AI4_ Exercito pouco o meu corpo.	3,23	148	1,22
	AI5_ Não há tempo para praticar tudo o que gostaria.	3,79	148	1,06
Motivação Extrínseca	ME1_ Faz parte das disciplinas da escola.	4,06	149	0,95
	ME 2_ Estou com os meus Amigos.	3,59	149	1,1
	ME 3_ O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	2,41	149	1,14
	ME 4_ Preciso tirar boas notas.	3,6	149	1,17
	ME 5_ Esqueço-me das outras aulas.	3,46	149	1,15
	ME 6_ O professor e/ou meus colegas reconhecem o meu desempenho.	3,8	149	0,96
	ME 7_ Sinto-me integrado na turma.	4,05	149	0,89
	ME 8_ As minhas opiniões são aceites.	3,7	149	1
	ME 9_ Sou melhor que os meus colegas.	2,24	149	1,08
Amotivação Extrínseca	AE1_ Não me sinto integrado na turma.	3,01	149	1,36
	AE 2_ Não simpatizo com o professor.	3,05	149	1,37
	AE 3_ O professor compara o meu rendimento com o de outro colega.	3,15	149	1,33
	AE 4_ Os meus colegas riem-se das minhas falhas.	2,95	149	1,31
	AE 5_ Alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros.	3,4	149	1,2
	AE 6_ Tiro notas baixas.	3,05	149	1,43
	AE 7_ As minhas falhas fazem com que eu não pareça bom para o professor.	2,98	149	1,25

Quadro A 4. Correlação dos scores de Motivação segundo a Idade

		Idade	
Motivação Intrínseca	Correlação Pearson	de	0,01
	p-valor		0,904
	N		147
Amotivação Intrínseca	Correlação Pearson	de	-0,063
	p-valor		0,45
	N		147
Motivação Extrínseca	Correlação Pearson	de	0,123
	p-valor		0,136
	N		149
Amotivação Extrínseca	Correlação Pearson	de	-0,025
	p-valor		0,764
	N		149

Quadro A 5. Comparação dos scores Motivação segundo Ano de Escolaridade

	11º Ano			12º Ano			p-valor
	Média	N	DP	Média	N	DP	
Motivação Intrínseca	3,31	90	0,43	3,18	57	0,56	0,213
Amotivação Intrínseca	2,37	90	0,89	2,48	57	1,00	0,278
Motivação Extrínseca	2,46	91	0,56	2,40	58	0,69	0,748
Amotivação Extrínseca	2,00	91	0,99	2,21	58	1,00	0,177