



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico

João Rafael da Cruz Silva

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

Estudos Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins
Estudos Co-orientadora: Prof. Doutora Kelly de Lemos Serrano o'Hara

Covilhã, junho de 2015



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico

João Rafael da Cruz Silva

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

Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins
Co-orientadora: Prof. Doutora Kelly de Lemos Serrano o´Hara

Covilhã, junho de 2015

Agradecimentos

Sendo sempre ingrata a tarefa de um agradecimento quando se sente que esta corre o risco de conter muitíssimas omissões, devo, no entanto, deixar aqui expresso o meu reconhecimento a todos aqueles que, mais de perto e de uma forma ou de outra, tornaram possível este trabalho. Foram várias as etapas ao longo deste percurso. Etapas em que houve momentos para sorrir, momentos para chorar, momentos de alento, momentos de desânimo. No entanto, a força de querer ir mais longe, de poder enriquecer a minha formação pessoal, de crescer, de vencer, fizeram com que esteja, aqui e agora, a redigir este agradecimento que poderá parecer vago porque, como se costuma dizer, não há palavras para agradecer.

Em primeiro lugar, quero agradecer ao meu orientador Professor António Manuel, pela disponibilidade e confiança manifestada por me entregar duas turmas em que teria que ter a maior responsabilidade por elas. Acima de tudo, agradeço todas as suas sugestões de melhorias, recomendações e orientações dadas até ao final do ano letivo. Ao Prof. Doutor Júlio Martins, pela disponibilidade nas respostas às diversas questões que foram surgindo com o mestrado e também aos Profs. Doutores Aldo Costa e Kelly O'Hara por toda a disponibilidade nas diversas correções e sugestões do artigo científico.

Uma palavra de apreço sincero aos meus dois colegas de estágio, Vera Esteves e Rodolfo Silva, que estiveram durante todo o ano letivo ao meu lado, ajudando-me sempre de forma a melhorar alguns aspetos de lecionação e todo o companheirismo dado. Também a todos os meus amigos, pelo apoio que evidenciaram ao longo desta jornada.

Finalmente à minha família, a quem temporariamente não prestei a atenção merecida, o meu reconhecimento e a dedicação deste trabalho aos meus pais e ao meu irmão, pelas horas de atenção que não lhes dei.

A todos o meu bem-haja!

RESUMO

CAPÍTULO 1- ESTÁGIO

Neste capítulo são apresentados todos os itens considerados relevantes no desenvolvimento de todo o estágio que efetuei, ao longo do ano letivo 2014/2015, no âmbito do Estágio Pedagógico em Educação Física efetuado no Agrupamento de Escolas Amato Lusitano. Em primeiro lugar, são apresentados os meus objetivos e expectativas enquanto estagiário inculcadas na realidade, que é a escola no seu dia a dia. Estes objetivos são descritos de um modo geral, acerca dos meus objetivos pessoais, dos objetivos da escola bem como os do grupo de Educação Física para este ano letivo. Tendo em conta as características da escola e das turmas em que lecionei foi realizado um planeamento e a programação do ano letivo, sobretudo a planificação das aulas para duas turmas, onde numa delas, estive presente nas reuniões de direção de turma, acompanhando todos os processos e procedimentos necessários para as diversas situações. No âmbito do desporto escolar, foram várias as atividades em que participei e ajudei no seu desenvolvimento, tendo ficado como responsável pelos treinos com a ajuda de outro professor. Por fim, são apresentados os aspetos considerados como positivos e negativos, finalizando com as considerações finais acerca do contributo do estágio para a minha formação profissional.

RESUMO

CAPÍTULO 2

O objetivo deste estudo foi perceber a motivação e os motivos que levam os alunos a não praticar Desporto Escolar. A amostra, composta por 524 alunos de ambos os géneros, inscritos do 5º ao 9º ano de escolaridade e pertencentes ao Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, foi dividida em três grupos distintos: os que participam no desporto escolar, os que já participaram e agora não participam e os que nunca participaram. A recolha da informação far-se-á através de questionários já validados - Questionário da motivação para a participação desportiva, Questionário de razões para o abandono do desporto escolar, Questionário de orientação desportiva e o Questionário de razões para a não prática do desporto escolar. No questionário sobre a não prática desportiva, os principais motivos foram a falta de tempo e a oferta escolar não ir ao encontro aos seus interesses. As principais razões para a prática do Desporto escolar foram o gosto pela modalidade e a melhoria da aparência e aptidão física. Relativamente ao questionário sobre o abandono do Desporto Escolar, os motivos passaram pela falta de tempo, a atribuição de maior importância ao estudo que à prática desportiva e a oferta desportiva da escola não estava adequada aos alunos.

Palavras-chaves: Motivação, Motivos, Desporto Escolar, Abandono.

ABSTRACT

CHAPTER 1

This chapter presents all items considered relevant in developing any stage that I performed throughout the school year 2014/2015, under the Teacher Training in Physical Education made at Amato Lusitano School Group. First are presented in my goals and expectations as trainee instilled in fact, that is the school in their day to day. These objectives are described in a general way, about my personal goals, the school's goals as well as the Physical Education group for this school year. Taking into account the characteristics of the school and class where I taught was conducted planning and scheduling of the school year, especially the planning of classes to two groups, where one of them, I was present at meetings of class direction, accompanying all processes and procedures for various situations. Under the sports school, there were several activities in which I participated and helped in its development, having been responsible for the training with the help of another teacher. Finally, aspects considered as positive and negative are displayed, ending with the final considerations about the stage contribution to my training.

Keywords: Stage; School; Physical Education; Goals; Planning; School Sports

CHAPTER 2

The objective of this study was to understand the motivation and the reasons why students don't practice Sports School. The sample, consisting of 524 students of both genders, enrolled in the 5th to 9th grade and belonging to the Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, was divided into three distinct groups: those who participate in school sports, those who have participated and not now participate and those who have never participated. The gathering of far-it will information through questionnaires already validated - Questionnaire of motivation for sport participation, Questionnaire reasons for the abandonment of school sports, sporty orientation Questionnaire and the Questionnaire of reasons for not practically of school sports. In the questionnaire on non sport, the main reasons were lack of time and the school does not offer to meet your interests. The main reasons for the practice of school Sports were a taste for sport and improving the appearance and physical fitness. As regards the questionnaire on abandonment of School Sports, the reasons have gone through lack of time, assigning greater importance to the study of sports and sports offer at the school was not suitable to students.

Keywords: Motivation, Reasons, Sports School, abandonment

Índice

| | |
|---|-----------|
| CAPÍTULO 1: ESTÁGIO PEDAGÓGICO | 1 |
| 1 - Introdução | 1 |
| 2 - Objetivos | 2 |
| 2.1. - Objetivos do Estagiário | 2 |
| 2.2. - Objetivos da Escola | 3 |
| 2.3. - Objetivos do Grupo de Educação Física | 3 |
| 3 - Metodologia | 4 |
| 3.1. - Caracterização da Escola | 4 |
| 3.2. - Lecionação | 7 |
| 3.2.1. - Amostra | 8 |
| 3.2.1.1. - Caracterização da Turma de 12º CT3 | 8 |
| 3.2.1.1.1. - MEC | 9 |
| 3.2.1.2. - Caracterização da Turma de 11º CT3 | 28 |
| 3.2.2. - Planeamento | 29 |
| 3.2.2.1. - Turma de 11º CT3 e 12º CT3 | 29 |
| 3.2.2.2. - Reflexão da Lecionação | 32 |
| 3.3. - Recursos Humanos | 34 |
| 3.4. - Recursos Materiais | 35 |
| 3.5. - Direção de Turma | 36 |
| 3.6. - Atividades não Letivas | 38 |
| 3.6.1. - Atividades do Grupo Disciplinar | 38 |
| 3.6.2. - Atividades do Grupo de Estágio | 40 |
| 4 - Considerações Finais | 44 |
| 5 - Bibliografia | 46 |
| CAPÍTULO 2: SEMINARIO | 48 |
| Introdução | 48 |
| Método | 50 |
| Amostra | 50 |
| Instrumentos | 52 |
| Procedimentos | 53 |
| Análise estatística | 54 |
| Resultados | 54 |
| Discussão | 64 |
| Conclusões | 67 |
| Referências | 68 |
| ANEXOS | 70 |

Lista de Figuras

| | |
|--|----|
| Figura 1 - Distribuição dos Municípios do Distrito de Castelo Branco | 4 |
| Figura 2 - Distribuição das Freguesias do Concelho de Castelo Branco | 5 |
| Figura 3 - Barraca 3 - Falas Diferente | 41 |
| Figura 4 - Jogo 1 - Coelho para a Toca | 41 |
| Figura 5 - Jogo 2 - Desordem com Ordem | 41 |
| Figura 6 - Jogo 3 - Bolas e Bolinhas | 42 |
| Figura 7 - Jogo 4 - Circuito | 42 |
| Figura 8 - Área C2 - Artes | 42 |
| Figura 9 - Área C3 - Carripanas | 43 |
| Figura 10 - Área C4 - Robots | 43 |
| Figura 11 - Área C4 - Robots | 43 |
| Figura 12 - Distribuição quanto ao género | 51 |
| Figura 13 - Percentagem por género | 58 |
| Figura 14 - Percentagem das modalidades praticadas | 58 |

Lista de Tabelas

| | |
|---|----|
| Tabela 1 - Distribuição de Serviço aos Docentes | 7 |
| Tabela 2 - Planeamento Anual | 30 |
| Tabela 3 - Critérios de Avaliação de Grupo de Educação Física no Secundário | 31 |
| Tabela 4 - Critérios de Avaliação de Grupo de Educação Física no Secundário - Atestado Médico | 32 |
| Tabela 5 - Distribuição da População Escolar por Categorias | 34 |
| Tabela 6 - Distribuição dos Professores Segundo a sua Situação na Escola | 34 |
| Tabela 7 - Cargo dos Professores no Grupo de Educação Física | 35 |
| Tabela 8 - Datas de Reuniões em que estive presente | 37 |
| Tabela 9 - Distribuição dos alunos quanto ao Ano de Escolaridade | 51 |
| Tabela 10 - Modalidades favoritas dos alunos | 51 |
| Tabela 11 - Modalidades praticadas pelos alunos | 52 |
| Tabela 12 - Distribuição das modalidades favoritas | 55 |
| Tabela 13 - Distribuição das modalidades praticadas no DE | 55 |
| Tabela 14 - percentagem da pergunta “Interessei-me por outros passatempos | 56 |
| Tabela 15 - Pergunta “Não tinha tempo” | 56 |
| Tabela 16 - Pergunta “Tinha outras coisas para fazer” | 57 |
| Tabela 17 - Pergunta “Estudar é mais importante do que praticar desporto” | 57 |
| Tabela 18 - Pergunta “Não existia a minha modalidade favorita” | 57 |
| Tabela 19 - Pergunta “Não me divertia, nem tinha prazer” | 57 |
| Tabela 20 - Percentagem de alunos que praticaram a sua modalidade favorita | 58 |
| Tabela 21 - Pergunta “Gosto de me divertir” | 59 |
| Tabela 22 - Pergunta “Quero ser fisicamente saudável” | 59 |
| Tabela 23 - Pergunta “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo” | 60 |
| Tabela 24 - Pergunta “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico” | 61 |
| Tabela 25 - Pergunta “Trabalho muito para ter sucesso no desporto” | 61 |
| Tabela 26 - Pergunta “Tento vencer com muito empenho” | 61 |
| Tabela 27 - Pergunta “Executar da melhor maneira é muito importante para mim” | 61 |
| Tabela 28 - Pergunta “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo” | 62 |
| Tabela 29 - Tabela cruzada - Modalidade favorita vs Modalidade Praticada | 62 |
| Tabela 30 - Pergunta “Falta de tempo” | 63 |
| Tabela 31 - Pergunta “Tenho outras coisas para fazer” | 63 |
| Tabela 32 - Pergunta “Os horários disponíveis das instalações não são adequados” | 64 |
| Tabela 33 - Pergunta “As modalidades existentes não são as que mais gosto” | 64 |

CAPÍTULO 1 - ESTÁGIO PEDAGÓGICO

1. Introdução

O presente documento, foi elaborado tendo em vista a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários pela Universidade da Beira Interior no ano letivo 2014/2015.

Este estágio pedagógico foi desenvolvido no Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, em duas turmas do ensino secundário sob a orientação científica do Professor Doutor Júlio Martins (orientador da universidade) e Professor António Manuel (orientador cooperante). Para além dos orientadores, todo o trabalho desenvolvido foi partilhado através do Núcleo de Estágio de Educação Física, por três alunos mestrandos na Universidade da Beira Interior, por mim e pelos meus colegas, Rodolfo Silva e Vera Esteves. Este relatório surge como resultado de uma reflexão concisa daquilo que foi o meu desempenho como professor estagiário na escola, identificando os pontos fundamentais do estágio e fazendo uma introspeção acerca do trabalho efetuado.

O estágio pedagógico representa o culminar de cinco anos de estudo (três anos de licenciatura em Ciências do Desporto e dois anos no referido mestrado), onde só através desta etapa foi possível ter a verdadeira perceção dos acontecimentos que envolvem o mundo do trabalho na escola, visto que nos anos anteriores não houve muito contato direto com esta realidade. Portanto, este estágio, permite ao estagiário adquirir novas habilidades pessoais e profissionais, bem como refletir sobre o desenvolvimento da Educação Física no contexto escolar.

Este estágio é representado por inúmeras tarefas que, em grande parte representaram para mim novas experiências, desde o contato direto com a comunidade educativa/ambiente escolar no secundário, a preparação e realização das aulas, as atividades desenvolvidas na escola, o desporto escolar e direção de turma.

Este ano de estágio caracteriza-se como um ano de grande labuta, em que por vezes temos de renunciar a várias realidades da nossa vida pessoal em prol da vida profissional/estágio. Sinto-me envolvido para fazer mais e melhor e ultrapassar os obstáculos que surgem no dia a dia.

O relatório final é assim, uma súpula e paralelamente uma reflexão de um ano muito exausto, mas muito produtivo não só porque me proporcionaram diversas experiências de aprendizagens, como também um contínuo convívio com alunos e com professores experientes que de uma maneira ou de outra cooperaram estando disponíveis, ao longo do ano letivo.

“ser professor significa, antes de tudo, ser um sujeito capaz de utilizar o seu conhecimento e a sua experiência para desenvolver-se em contextos pedagógicos práticos preexistentes”. Ferreira (2010, p.4)

2. Objetivos

A definição dos objetivos permite traçar metas a cumprir e principalmente ter um fio condutor sobre o trabalho que se pretende realizar. Desta forma, com as metas definidas a atingir, torna-se mais fácil selecionar os caminhos a seguir até à conclusão dos objetivos traçados. Neste ponto serão expostos tanto os meus objetivos como estagiário, como os objetivos da escola e do programa de educação física para o ensino secundário.

2.1 Objetivos do Estagiário

As minhas expectativas em relação ao estágio eram bastante altas, desde o início da minha licenciatura que sonhava realizar uma aprendizagem desta natureza.

Neste sentido e face a estas expectativas estabeleci alguns objetivos a alcançar durante esta prática pedagógica, como o desenvolver as capacidades de organização e orientação de atividades desportivas; planejar, lecionar e avaliar conjuntos de alunos com características diferentes; adaptar a linguagem utilizada às características dos diferentes alunos e arranjar estratégias para uma boa aprendizagem por parte dos alunos; desenvolver competências de gestão de aula; desenvolver a minha capacidade prática e reflexiva sobre os conhecimentos adquiridos durante toda a minha formação e assistir às aulas do professor orientador assim como dos colegas estagiários, fazendo uma análise crítica e reflexiva sobre os seus desempenhos.

Por isso, considero de elevada importância todo o processo de formação que vivi e ao longo de toda a minha licenciatura e também do primeiro ano de mestrado, que me permitiu adotar uma perspetiva, durante todo o processo de estágio.

O desporto sempre teve uma grande influência na minha vida e isso fez com que a certa altura no meu percurso escolar, começasse a pensar em tirar um curso de desporto quando fosse para o ensino superior e a partir daí, nunca mais olhei para trás quanto à minha decisão futura. Ser professor era o meu desejo! Para acumular o meu gosto pela profissão de professor, quando tinha 15 anos, dediquei-me à vida de árbitro de futebol. A partir desse momento comecei a ter a oportunidade de experienciar a vivência da prática do desporto de outra maneira. Desde o impor ordens e fazer com que as regras e normas do futebol, dentro do campo fossem cumpridas, fez com que eu adquirisse algumas noções do que é ter o controlo de um grupo de jovens.

Assim, da minha parte, espero adquirir as competências necessárias para executar da melhor forma todas as tarefas deste estágio, saber estar em todos os momentos, conseguir transmitir os conteúdos aos alunos de forma coerente e segura, aprender e perceber o funcionamento de toda a realidade envolvente ao professor de educação física e que este me faça crescer como profissional do mesmo. Deverei ser então capaz de me adaptar às diferentes barreiras e problemas que surgem no meu caminho, conseguindo adquirir os instrumentos necessários que me levem a estabelecer o domínio da aula.

Espero obter da minha parte, uma boa relação com toda a comunidade educativa, conhecer a realidade da escola e o seu funcionamento e conseguir operacionalizar os conhecimentos adquiridas ao longo da licenciatura e mestrado.

Relativamente aos meus objetivos pós-mestrado, espero poder continuar a exercer a minha função de professor de educação física, conseguindo colocar em prática toda a formação obtida ao longo destes cinco anos letivos, sendo ela muito enriquecedora e que me preparou para um melhor rendimento.

2.2 Objetivos da Escola

Os objetivos da escola tendo em conta o Projeto Educativo são:

- Contribuir e promover o sucesso educativo dos alunos;
- Prevenir o abandono escolar;
- Contribuir para a motivação dos alunos;
- Criar uma escola segura para todos os intervenientes;
- Promover um ensino de qualidade a todos os alunos;
- Contribuir para a inclusão de alunos com necessidades educativas especiais (uma escola para todos);
- Cumprir e fazer cumprir o regulamento interno da escola.

2.3 Objetivos do Grupo de Educação Física

Este grupo foi composto por três estagiários (João Rafael, Rodolfo Silva e Vera Esteves) e um orientador da escola (António Manuel).

Relativamente aos três professores estagiários é de sublinhar que todos tiveram uma formação inicial idêntica (licenciatura), mas realizada em locais diferentes o que proporcionou trocas de ideias, de opiniões e de conhecimentos, sendo uma mais valia. Tentou-se criar um clima afetivo positivo e um ambiente de trabalho agradável, com cooperação e amizade entre todos.

O Núcleo de Estágio tem como objetivos:

- Desenvolver capacidades motoras condicionais e coordenativas nos alunos na lecionação das aulas e nas aprendizagens das mesmas;

- Apresentar/sugerir propostas de atividades/projetos a realizar com os alunos;
- Participar por vontade própria nas diferentes atividades organizadas pelo Grupo de Educação Física;
- Participar em reuniões de grupo/departamento da escola/agrupamento destinadas à programação e avaliação dos alunos e do trabalho desenvolvido;
- Elaborar atas e outros documentos referentes ao Grupo de Educação Física.

3. Metodologia

3.1. Caracterização da Escola

A escola Secundária Amato Lusitano, onde estou a estagiar localiza-se na cidade de Castelo Branco, capital do distrito, situada na região Centro (Beira Baixa) e na sub-região da Beira Interior Sul. Esta região tem cerca de 38 542 habitantes e uma área metropolitana que abriga 41 631 habitantes. É sede de um dos maiores municípios portugueses, com 1438,19 km² de área e 56 109 habitantes (albicastrenses) (2011), subdividido em 25 freguesias. O município é limitado a norte pelo município do Fundão, a leste por Idanha-a-Nova, a sul pela Espanha, a sudoeste por Vila Velha de Ródão e a oeste por Proença-a-Nova e por Oleiros.



Figura 1 - Distribuição dos municípios do Distrito de Castelo Branco



Figura 2 - Distribuição das freguesias do Concelho de Castelo Branco

O Agrupamento de Escolas Amato Lusitano é constituído por várias escolas: Escola Secundária Amato Lusitano, E. B. I. João Roiz, E. B. 1 da Quinta da Granja, E. B. 1 / J. I. do Bairro do Valongo, E. B. 1 / J. I. dos Cebolais de Cima e Retaxo.

O nome da escola onde estou a estagiar deve-se ao albicastrense João Rodrigues que nasceu nesta cidade em 1511, tendo vindo a morrer em Tessalónica, em 1568. Foi médico e escritor e ficou conhecido pelo apelido Amato Lusitano, nome que adota após a sua chegada a Antuérpia, cidade que acolhia uma larga diáspora dos judeus portugueses, de que ele também fazia parte, tendo sido um poliglota, notabilizou-se no campo da medicina.

A atual escola foi “herdada” de uma antiga escola técnica - Escola Comercial e Industrial de Castelo Branco - que tinha uma grande tradição na lecionação de cursos técnicos, na área da mecânica, da electricidade, da contabilidade e secretariado. A partir de 1974, a distinção entre os tipos de escola desapareceu, o ensino passou a ser unificado e a escola passou a designar-se Escola Secundária de Castelo Branco. Em 2004/2005, a escola retomou a sua tradição e incluiu na sua rede de oferta educativa a lecionação de cursos profissionais e de cursos tecnológicos. Em 2013/2014, em conjunto com outras escolas da cidade, formou o Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, que abrange cerca de 1800 alunos de todos os níveis de ensino e, com uma oferta educativa diversificada, procurando atender às expectativas dos alunos que a procuram e da comunidade onde se insere.

A escola apresenta um projeto educativo exibindo as estruturas inerentes ao agrupamento, dando um foco importante e em especial ao Desporto Escolar, ao Canal TV e ao jornal da escola “esalpicos”. Quanto ao projeto educativo, em particular à disciplina de

Educação Física, conforme foi verificado no site do Agrupamento, o sucesso da mesma é de 85%, o que é bastante bom. No entanto, o Agrupamento tem trabalhado para que tal situação melhore ano após ano.

Órgãos

Tabela 1 - Distribuição de serviço aos docentes

| Direção | |
|----------------|--------------|
| Cargo | Nome |
| Diretor | João Belém |
| Sub.Diretor | José Antunes |
| Adjunto | José Reis |
| Adjunto | Vítor Ângelo |
| Assessor | Rui Duarte |

| Conselho | |
|---|--------------------|
| Cargo | Nome |
| Presidente do Conselho Pedagógico | João Belém |
| Coord. Dep. Línguas | Hélder Rodrigues |
| Coord. Dep. Mat. e C. Experimentais | Maria João Morgado |
| Coord. Dep. Ciênc. S. Humanas | Américo Silva |
| Coord. Dep. de Expressões | Luís Rechená |
| Diretor dos Cursos Profissionais | João Flores |
| Coord. dos Direct. de Turma - Ensino Básico | Fernando Santos |
| Coord. dos Direct. de Turma - Secundário | José Gonçalves |
| Coord. dos Direct. de Turma - Profissional | Felismina Amaral |
| Turma - Profissional | Amaral |
| Gabinete de Apoio ao Aluno | Conceição Neves |
| Coord. de Projectos Educativos | Inês Gameiro |
| Biblioteca / C. Recursos | Raquel Afonso |
| Repr. do Pessoal Não Docente | Maria José Roque |
| Representante dos Alunos | Marco Correia-12B |
| Repr. da Assoc. Pais e Enc. Educação | Delminda Ribeiro |

| | |
|---------------------------------|----------------------------------|
| Departamento de Línguas | Coordenador(a): Hélder Rodrigues |
| Grupo 300 - Português / Francês | Delegado(a): Conceição Neves |
| Grupo 330 - Inglês | Delegado(a): Susana Barreto |

| | |
|--|---|
| Departamento Ciências Sociais e Humanas | Coordenador(a): Américo Silva |
| Grupo 400 - História | Delegado(a): M ^a José Patrício |
| Grupo 410 - Filosofia | Delegado(a): Luís Ascensão |
| Grupo 420 - Geografia | Delegado(a): Fernando Lima |
| Grupo 430 - Economia e Contabilidade | Delegado(a): Filomena Nisa |

| | |
|--|-----------------------------------|
| Departamento de Ciências Naturais | Coordenador(a): José Carlos Pinto |
| Grupo 520 - Biologia e Geologia | Delegado(a): Teresa Sanches |
| Grupo 560 - Ciências Agro-Pecuárias | Delegado(a): Filomena Martins |

| | |
|--|---|
| Departamento de Matemática Ciências Experimentais | Coordenador(a): M ^a João Morgado |
| Grupo 500 - Matemática | Delegado(a): Carlos Salvado |
| Grupo 510 - Física e Química | Delegado(a): Graça Ramos |

| | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| Departamento de Tecnologias | Coordenador(a): José Rodrigues |
| Grupo 530 - Educação Tecnológica | Delegado(a): Adérito Formiga |
| Grupo 540 - Electrotecnia | Delegado(a): José Morais |
| Grupo 550 - Informática | Delegado(a): Carlos Pombo |

| | |
|--|-------------------------------|
| Departamento de Expressões Físicas e Artísticas | Coordenador(a): Luís Rechená |
| Grupo 600 - Artes Visuais | Delegado(a): Álvaro Espadanal |

3.2 LECIONAÇÃO

A relação professor/aluno deve basear-se no respeito mútuo, amizade e na troca de experiências que determinam uma boa relação, tendo em vista o melhor aproveitamento no processo ensino-aprendizagem (Nassar, 1993).

Deste modo, importa ter a consciência que a boa relação não significa que o professor permita tudo e que seja “espetacular”, mas sim que encontre a harmonia e equilíbrio entre a ordem e compreensão.

3.2.1. Amostra

A amostra referente a este estágio foi delimitada pelas turmas atribuídas ao orientador de estágio da escola, o professor António Manuel. No presente ano letivo foram-lhe atribuídas seis turmas, contemplando o ensino secundário em que estavam divididas em duas turmas do ensino secundário regular (turma 3 do 11º ano de Ciências e Tecnologias e turma 3 do 12º ano de Ciências e Tecnologias) e quatro turmas do ensino secundário profissional (AGD sendo a disciplina lecionada PAFD do 10º ano, 11º e 12º ano de Mecatrónica e 12º ano de GPSI).

Enquanto docente estagiário, lecionei a disciplina de Educação Física, às turmas de 11º e 12º ano de Ciências e Tecnologias.

Estas turmas permitiram-me uma aprendizagem progressiva como professor, com experiências diversificadas, sendo uma mais valia para a minha prática letiva, proporcionando-me sempre estímulos positivos e contextos diferentes aos quais eu tive de assimilar os conteúdos de forma a poder evoluir e assim adquirir experiência enquanto professor.

3.2.1.1. - Caracterização da Turma de 12º CT3

Segundo Siedentop (1996), a maioria dos educadores podem assumir que estarão ao serviço de uma população designada como “normal”, mas é indiscutível que alguns grupos ou indivíduos de uma escola apresentem necessidades particulares.

Como o autor refere, é necessário realizar uma caracterização da turma no início do ano letivo, para que seja possível realizar um planeamento de acordo com as necessidades de cada turma. Deste modo, na primeira aula que lecionei entreguei uma ficha biográfica (Anexo 1) a cada aluno, para que fosse entregue na aula seguinte, contemplando algumas informações básicas e dados pessoais.

Esta turma é constituída por 16 alunos inscritos à disciplina de Educação Física, havendo 2 alunos com necessidades educativas especiais, beneficiando de Educação Especial. O grupo de alunos matriculados é composto por 9 alunos do sexo masculino e 7 do sexo feminino com uma média de 17,38 anos. De referir que nenhum aluno apresentou atestado médico, tendo realizado as aulas de forma regular.

Em relação aos Encarregados de Educação, na maioria é a mãe que assume essa responsabilidade, havendo 2 casos em que o E.E. é o próprio. Acerca das habilitações dos encarregados de educação, somente 2 frequentaram o ensino superior e outros 2 possuem

mestrado, sendo que a maioria concluiu o 3º ciclo e o ensino secundário. As profissões dos encarregados de educação são diversificadas, havendo apenas uma situação de desemprego.

Quanto às modalidades favoritas na disciplina de Educação Física, os rapazes têm maior preferência por Futebol ou por Futsal, enquanto as raparigas preferem praticar Badminton ou Andebol. As modalidades que menos gostam de praticar, os rapazes é a ginástica e as raparigas é o futebol.

A maioria dos alunos da turma, apesar de estar a finalizar o ensino secundário e ter vontade de frequentar o ensino superior, ainda não tem uma ideia do que querem seguir, sendo que os rapazes têm uma preferência pelas engenharias.

Quanto ao comportamento da turma, o Conselho de Turma considerou que era razoável, tendo alguns comportamentos impróprios nas salas de aula por parte de alguns rapazes, como por exemplo as conversas paralelas e distração. Apesar do comportamento por vezes não ser o melhor, a turma de um modo geral participa de forma ativa, respeitando os professores e os próprios colegas.

Seguidamente apresentarei um exemplo de um Modelo Estrutural de Conhecimento.

3.2.1.1.1. - MEC

Introdução

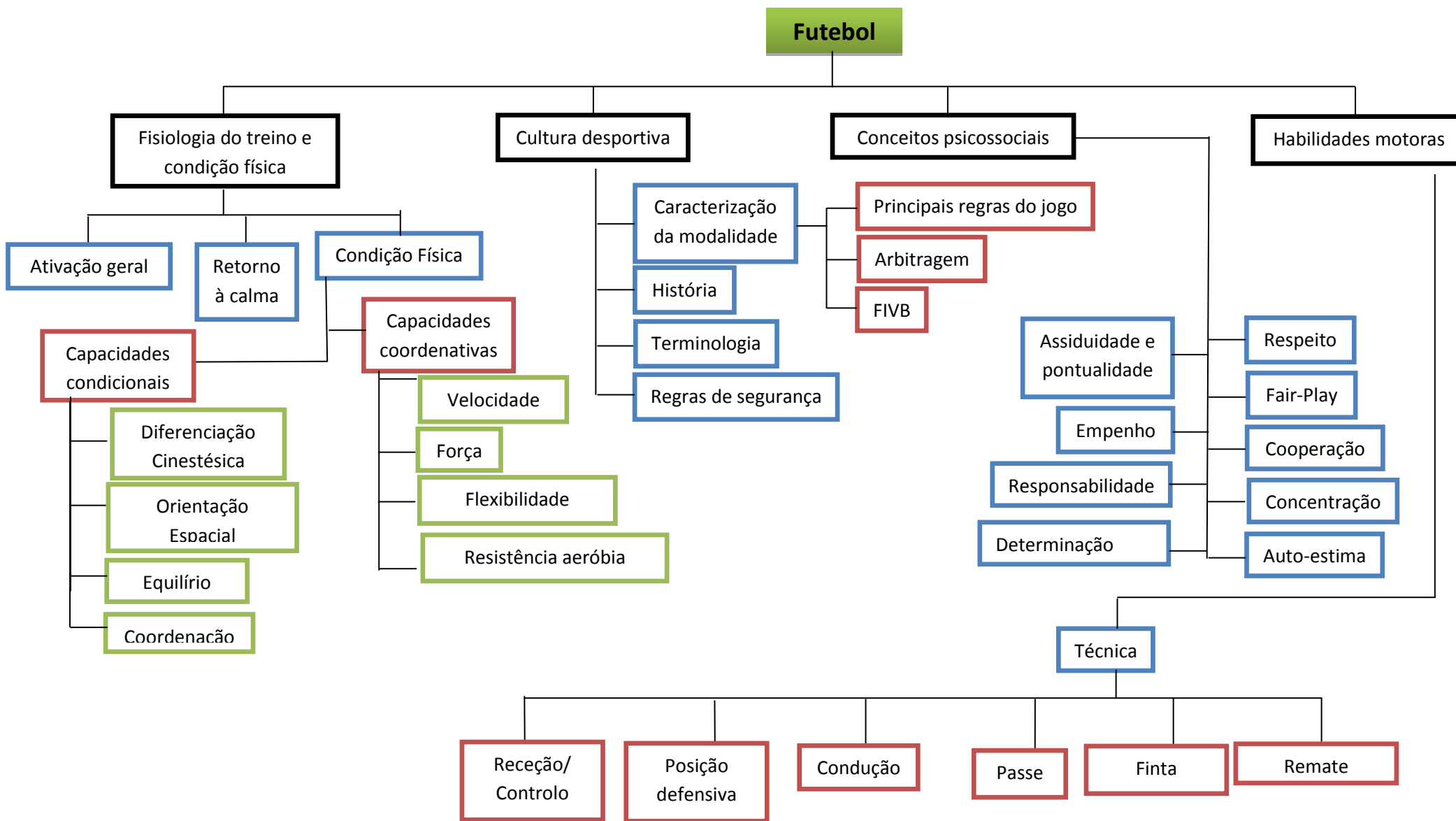
O Modelo de Estruturas do Conhecimento (MEC) é um instrumento que tem como principal finalidade ajudar na planificação por parte do professor de Educação Física acerca daquilo que irá encontrar ao longo do ensino de uma modalidade aos seus alunos. Será importante para analisar, decidir e aplicar os seus conhecimentos tendo em conta o contexto no qual se irá inserir, portanto, este instrumento deverá ser realizado de uma forma bastante cuidadosa e metódica.

Para seguir toda uma lógica de progressão, o MEC apresenta-se como um documento que requer uma conexão entre a planificação e metodologia de ensino à matéria a lecionar, pelo que será um instrumento passível de ser alterado, consoante a imprevisibilidade que o professor irá encontrar no terreno.

Este documento pretende ser um modelo de estrutura de conhecimento de voleibol e irá seguir uma sequência lógica sugerida por J. Vickers (1989). Esta estrutura apresenta-se dividida sobretudo em três partes: 1º Fase de análise que visa a análise das variáveis que intervêm na aprendizagem, 2º Fase das decisões em que o objetivo é estabelecer metas para a extensão e sequência da matéria e 3º Fase da aplicação que refere essencialmente à planificação das aulas.

O Modelo de Estrutura e do Conhecimento, permitir-nos-á aumentar a nossa eficácia, tanto na tomada de decisão como no planeamento de estratégias para resolver os problemas que nos serão propostos, assim conseguiremos ensinar com o maior sucesso possível os nossos alunos.

Módulo 1 - Análise da Modalidade Desportiva em Estrutura do Conhecimento



1.1 História e Evolução do Futebol

O uso da bola com os pés, iniciou-se como algo muito difícil e por isso bastante hábil.

Esta prática iniciou-se na China, no século 2 e 3 a.c e funcionava como exercício físico para os militares. Foi iniciada com uma bola de couro, enxertada com plumas. O jogo consistia em ter de se lançar a bola com o pé para uma pequena rede com uma abertura de 30 a 40 cm, limitada por varas de bambo.

Outra forma de se jogar seria de conseguir que a bola chegasse à meta, jogando a bola com os pés, peito e ombros, tudo menos as mãos, tentando-se proteger dos ataques da equipa adversária que também tinha de chegar à meta. Com isto suscitava -se a forma artística de se jogar a bola.

O futebol começou a tomar forma na segunda metade do Sec. XVII (17), onde se deu origem ao rugby, só no início do sec. XIX (19) se começou a separar o rugby e o futebol começou a tomar rumo ao que vemos hoje. No entanto, com a evolução dos tempos, o jogo como forma decisiva que se joga nos dias de hoje, tem origem na Inglaterra e Escócia, como ambiente escolar.

Já na Inglaterra, a 26 de Outubro de 1863, se separou o "rugby-football" e a "Association Football", onde se formou a mais antiga associação de futebol do mundo "Football Association". Nesta associação, estavam envolvidos já 12 clubes diferentes. Neste mesmo ano foi usada oficialmente pela primeira vez a bola de futebol num jogo amigável.

A 9 de Janeiro de 1864 é feito o primeiro jogo de futebol com 14 regras oficiais. Sendo assim, o futebol moderno tem cerca de 150 anos.

No entanto, o clube mais antigo do mundo, surgiu a 24 de Outubro de 1857, foram os "Sheffied Football Club, em Londres, Inglaterra, sendo uma das equipas da primeira associação de futebol formada.

Foi trazido para Portugal por jovens britânicos residentes em Portugal e também por estudantes que estavam a fazer os seus estudos em Inglaterra, nas últimas décadas do sec. XIX.

Este desporto foi jogado pela primeira vez na ilha da madeira, em 1875, por um jovem britânico que estudava em Londres mas tinha como residência a Ilha da Madeira, Herry Hinton. E assim rapidamente o desporto se espalhou assim como todas as suas regras. Já em Portugal Continental, este foi trazido por Guilherme Bastos, por volta do ano de 1888.

Foi no final do corrente século fundados vários clubes e anunciações desportivas de futebol. O primeiro jogo de futebol entre Lisboa e Porto, realizou-se em 1894. Em 1902 foi formado o Clube Internacional de Foot-Ball, sendo a primeira equipa portuguesa a jogar no estrangeiro em 1907 e ganhou ao Madrid Bootball Club. A Federação Portuguesa de Futebol foi fundada em 1914.

1.2 Regras

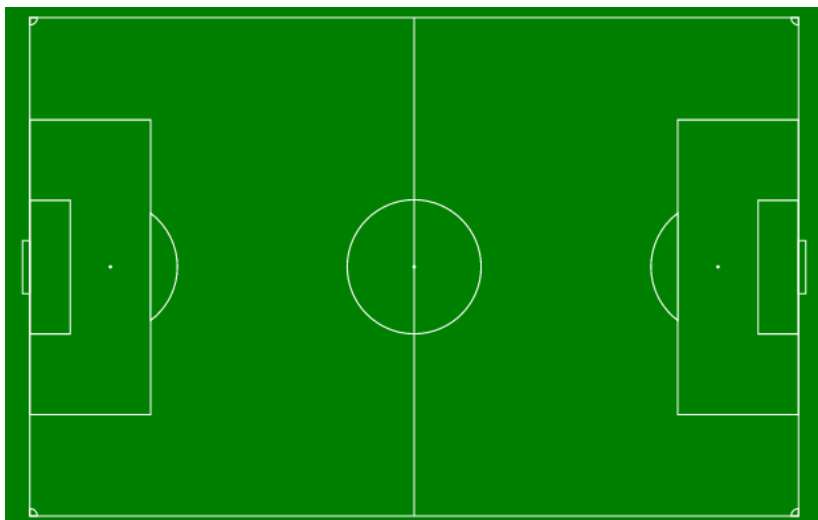
O objetivo do futebol é fazer golo (introduzindo a bola na baliza adversária) e evitar sofrer golo (equipa adversária introduza a bola na nossa baliza). O futebol é uma modalidade desportiva coletiva, composta por 2 equipas adversárias, cada uma com 11 jogadores em campo e 7 suplentes, ou seja ao todo são 18 jogadores por equipa que podem ser convocados para um jogo. Cada jogo tem a duração de 90 minutos, composto por 2 partes de 45 minutos e entre elas um intervalo de 15 minutos. É dirigido por 4 árbitros: 1 árbitro do jogo, 2 árbitros assistentes e o 4º árbitro que é responsável pelas substituições, controlar o equipamento, realiza o relatório de jogo, entre outros é quem substitui um dos 3 árbitros se for necessário, e por último o árbitro assistente de reserva, que auxilia o 4º árbitro.

O equipamento usado pelos jogadores deverá ser uma camisola ou camisa com mangas, calções, meias, caneleiras e calçado. As cores devem ser distintas entre ambas as equipas e a equipa da arbitragem.

1.3 O Começo e recomeço do jogo

É realizado em sorteio com uma moeda e a equipa que ganha escolhe a baliza para onde quer atacar, a outra equipa fica com o pontapé de saída. A equipa que escolheu campo, na 2ª parte do jogo realiza o pontapé de saída, onde as equipas trocam também de campo. O pontapé de saída é realizado no início de cada uma das partes do jogo, depois de cada golo e no início de cada período de um prolongamento caso haja.

A bola é colocada sobre o ponto central do campo e os jogadores adversários têm de estar fora do círculo do meio campo e cada equipa encontra-se no seu meio campo. A bola entra em jogo quando é movida para a frente, e o jogador que realizou o 1º toque só pode dar o 2º depois de a bola ser tocada por um outro jogador.



O terreno de jogo como mostra a figura é retangular tendo as dimensões da seguinte maneira: Comprimento (linhas laterais) - mínimo de 90m e máximo de 120 m. Largura (linhas de baliza) - mínimo de 45m e máximo de 90m. Todas as linhas devem ter a mesma espessura com um máximo de 12cm. O terreno de jogo é dividido, por uma linha denominada linha de

meio campo, em dois meios campos. No centro do campo existe um pequeno ponto no meio da linha de meio campo que é rodeado pelo círculo de meio campo com um raio de 9,15m.

Em cada canto do terreno de jogo é marcado um quarto de círculo com um raio de 1m. Cada um destes é marcado por uma bandeira com uma altura mínima de 1,50m.

Em relação às balizas, estas têm que ter entre os postes 7,32m com uma altura de 2,44m até à barra transversal.

Módulo 2 - Análise do Envolvimento

Numa fase inicial de docência num novo local, a análise das condições de aprendizagem revela-se de extrema importância, uma vez que nos irá fornecer a informação necessária relativamente aos espaços disponíveis para a realização das aulas, do material disponível para esta, assim como das condições/fatores de segurança, tanto do espaço como do material.

Esta informação prévia irá permitir uma melhor preparação da UD de acordo com a realidade do local, a fim de ir de encontro ao sucesso desta, possibilitando, se necessário, alternativas às condições e tempo suficiente para modificações pré planeadas, como por exemplo, a improvisação de material caso este seja escasso ou a alteração de estratégias e métodos para cobrir a inexistência destes.

Assim, surge a primeira grande preocupação, relativamente à gestão do equipamento, das condições de logísticas e de segurança.

2.1 - Recursos Espaciais

Quanto ao Futebol, podemos contar com um espaço em que estão inseridos dois campos, um de futebol e outro de basquetebol, para ser utilizada por duas turmas em simultâneo.

2.2 - Recursos Materiais

Os recursos materiais ao nosso dispor são: balizas, bolas, coletes e cones sinalizadores que no nosso entender serão os necessários para garantir uma boa aprendizagem.

2.3 - Recursos Humanos

É também importante perceber os recursos humanos existentes, pois a limpeza, a preservação, o controlo e a segurança, quer do espaço, quer dos materiais, é algo que deve ser levado em conta. Outro aspeto também importante é o controlo dos balneários. Para estas tarefas o pavilhão dispõe de pelo menos 2 funcionários, um homem e uma mulher, para fazerem o controlo dos alunos e dos espaços.

2.4 - Regras e aspetos de segurança

No início da aula cabe ao docente:

- Verificar o piso do campo e se necessário recolher objetos que possam ser potencialmente prejudiciais ao desenrolar da atividade ou à integridade física dos alunos (exemplo: vidros);
- Não permitir a utilização de relógios, fios, pulseiras, brincos e objetos afins, que possam provocar ferimentos nos colegas ou no próprio aluno;
- Não permitir aos alunos e alunas que realizem as atividades com as sapatilhas desapertadas e exigir o uso de equipamento apropriado;
- Garantir que as raparigas fazem a aula com o cabelo apanhado.

Módulo 3 - Análise dos Alunos

3.1 Caracterização da turma

Esta turma é constituída por 16 alunos inscritos à disciplina de Educação Física, havendo 2 alunos com necessidades educativas especiais, beneficiando de Educação Especial. O grupo de alunos matriculados é composto por 9 alunos do sexo masculino e 7 do sexo feminino com uma média de 17,38 anos. De referir que nenhum aluno apresentou atestado médico, tendo realizado as aulas de forma regular.

Em relação aos Encarregados de Educação, na maioria é a mãe que assume essa responsabilidade, havendo 2 casos em que o E.E. é o próprio. Acerca das habilitações dos encarregados de educação, somente 2 têm o ensino superior e outros 2 com o mestrado, sendo que a maioria possui o 3º ciclo de ensino e o secundário. As profissões dos encarregados de educação são variadas, tendo apenas uma situação de desemprego.

Quanto às modalidades favoritas na disciplina de Educação Física, os rapazes têm maior preferência por Futebol ou por Futsal, enquanto as raparigas preferem praticar Badminton ou Andebol. As modalidades que menos gostam de praticar, os rapazes é a ginástica e as raparigas é o futebol.

A maioria dos alunos da turma, apesar de estar a finalizar o ensino secundário e ter vontade de frequentar o ensino superior, ainda não tem uma ideia do que querem seguir, sendo que os rapazes têm uma preferência pelas engenharias.

Quanto ao comportamento da turma, o Conselho de Turma considerou que era razoável, tendo alguns comportamentos impróprios nas salas de aula por parte de alguns rapazes, como por exemplo as conversas paralelas e tentarem distrair os colegas. Apesar do comportamento por vezes não ser o melhor, a turma de um modo geral participa de forma ativa, respeitando os professores e os próprios colegas.

3.2 Caracterização da turma através da avaliação diagnóstica

A avaliação diagnóstica foi realizada através da situação de jogo 5x5 em meio-campo. Os conteúdos sujeitos à avaliação foram a manutenção da posse de bola (elementos técnicos), a finalização, a tomada de decisão, o posicionamento ofensivo e defensivo (elementos táticos). Para esta avaliação utilizei uma lista de verificação, conforme está apresentado a seguir:

Habilidades Motoras:

- 1 - Não executa
- 2 - Executa com muitas dificuldades
- 3 - Executa com dificuldades
- 4 - Executa com algumas dificuldades
- 5 - Executa com Sucesso

3.3 Análise dos resultados da avaliação diagnóstica

A avaliação diagnóstica através da situação de jogo 5x5 incidiu sobre os conteúdos da relação com bola (recepção/controlo, condução, passe, finta, remate, posição defensiva, desarme/intercepção), da organização ofensiva (penetração, cobertura ofensiva, mobilidade, espaço), e da organização defensiva (contenção, cobertura defensiva, equilíbrio, concentração).

O Futebol é inequivocamente um fenómeno de elevada magnitude no quadro da cultura desportiva contemporânea (Garganta & Pinto, 1998). É um jogo desportivo coletivo com enorme popularidade entre os rapazes, principalmente, existindo por isso, uma substancial discrepância entre o desempenho motor dos rapazes e raparigas no que diz respeito a esta modalidade. E foi com base nesta ideia pré-concebida que optei por fazer equipas masculinas e femininas, após a avaliação pude então concluir que a turma tem claramente dois níveis.

Módulo 4 - Determinação da Extensão e Sequência da matéria

Unidade Didática de Futebol

| | | Duração das Aulas | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | 90' | | |
|-------------------------|--|---------------------------|-----|-----|-----|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|
| | | Aulas | 1/2 | 3/4 | 5/6 | 7/8 | 9/10 | 11/12 | 13/14 | 15/16 | 17/18 | 19/20 | 21/22 | 23/24 | 25/26 | 27/28 | |
| | | Conteúdos | | | | | | | | | | | | | | | |
| Habilidades Motoras | Relação com a bola | Recepção/controlo | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | C | AS | AS | |
| | | Condução | AD | I/E | | E | E | E | E | E | E | E | E | E | C | AS | AS |
| | | Passe | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | C | AS | AS |
| | | Finta | AD | | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | C | AS | AS |
| | | Remate | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | C | AS | AS |
| | | Posição defensiva | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | | Desarme | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | Organização ofensiva | Penetração | AD | I/E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | | Cobertura ofensiva | AD | | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | | Mobilidade | AD | | | I/E | E | E | E | C | | | | | | AS | AS |
| | | Espaço | AD | | | I/E | E | E | E | E | E | E | E | | | AS | AS |
| | Organização Defensiva | Contenção | AD | | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | | Cobertura defensiva | AD | | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | E | AS | AS |
| | | Equilíbrio | AD | | | I/E | E | E | E | E | E | E | C | | | AS | AS |
| | | Concentração | AD | | | I/E | E | E | E | E | E | E | E | | | AS | AS |
| | Fisiologia do Treino e Condição Física | Ativação Geral | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Condição Física | | Capacidades Condicionais | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| | | Capacidades Coordenativas | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | |
| Retorno à calma | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| Conceitos psicossociais | Psicológicos | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| | Sócio-afetivos | | | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | | |

Justificação da Unidade Didática

A elaboração/estruturação desta unidade didática de Futebol destina-se à turma do 12º CT3.

A realização da Unidade Temática de Futebol tem como principal objetivo ser uma proposta possível que tenha em consideração uma série de aspetos, atendendo aos recursos materiais, temporais e humanos existentes, pois são variáveis imprescindíveis em todo o processo de ensino-aprendizagem, que podem influenciar e determinar a forma como os conteúdos podem ser ensinados. Assim, pretendo motivar os alunos, propondo exercícios que requeiram uma grande densidade motora e permitam que os alunos experienciem tarefas congruentes com os objetivos inicialmente propostos.

Os jogos desportivos coletivos, são ricos em situações imprevistas e configuram-se a partir da dimensão tática, exigindo dos praticantes um alto grau de adaptabilidade e a capacidade de realizar uma boa escolha (Thatiana Dilva & Rose Junior, 2005). Todos os jogos desportivos coletivos são fortemente condicionados pelo ponto de vista tático, então, quando nos referimos à dimensão das suas ações, estas são caracterizadas como tático-técnicas.

Uma vez que, as ações no futebol são predominantemente tático-técnicas, pois a dimensão principal é que determina o sucesso no jogo, o jogador precisa executar eficazmente a ação e para isso necessita da técnica, mas não da técnica descontextualizada (Loza & Castillo, 2000).

A avaliação diagnóstica (AD) será realizada na primeira aula da unidade didática, em situação de jogo 5x5, incidindo sobre os conteúdos da relação com bola (recepção/controlo, condução, passe, finta, remate, posição defensiva, desarme/intercepção), da organização ofensiva (penetração, cobertura ofensiva, mobilidade, espaço), e da organização defensiva (contenção, cobertura defensiva, equilíbrio, concentração).

As situações de aprendizagem propostas para as diferentes aulas estarão em concordância com os conteúdos referidos na Unidade Didática, e com os níveis da turma, apresentando sempre exercícios para o nível elementar. Na parte final de todas as aulas será realizada situação de jogo, pois o jogo é o início e o fim do ensino.

A avaliação final será através da situação de jogo mais adequada, dependendo do nível dos alunos, todos os conteúdos serão avaliados em contexto de jogo, pelos motivos já referidos ao longo desta Unidade Didática.

Módulo 5 - Definição dos objetivos

Antes de definir os objetivos será conveniente fazer um breve enquadramento destes. Os objetivos são a descrição daquilo que os professores pretendem que os alunos atinjam, quer em grupo, quer individualmente, sendo elaborados sempre em função dos alunos e tendo em consideração as condições/situações e os critérios a serem trabalhados. São uma importante afirmação que revela a extensão da mudança que o professor acha que os alunos conseguem alcançar.

Tendo em consideração o que foi dito anteriormente, os objetivos para a Unidade Didática de Futebol foram definidos de acordo com os alunos e o seu nível inicial, e as aprendizagens a realizar estabelecidas pelo grupo disciplinar, procurando assim realizar uma correta articulação entre as capacidades dos alunos e o que estes serão capazes de realizar no final da Unidade Didática, tendo sempre em atenção metas possíveis.

Habilidades Motoras (Técnica)

Objetivos Gerais:

- Dominar a relação eu/bola.
- Aprender e assimilar a execução dos gestos técnicos (passe, receção/controlo, condução, finta, remate, posição defensiva, desarme/interceção,) em situações de jogos, e de exercícios critério propostos.
- Jogar com o mínimo de fluidez nas situações de jogo propostas, recorrendo às técnicas aprendidas, adaptando as mesmas à situação de jogo.

Objetivos Específicos:

Passe

- Chutar a bola com força adequada à distancia e à direcção a que se quer enviar;
- Inclinar ligeiramente o tronco sobre a bola;

Receção e controlo da bola

- Observar a trajectória da bola;
- Dominar a bola perto de si por relaxamento da zona de contacto.

Condução da bola

- Impulsionar a bola para a frente com ambos os pés;
- Manter a bola controlada junto ao pé condutor;
- Centrar o olhar no espaço de jogo e não na bola.

Remate

- Bater a bola na zona média;
- Inclinar o corpo para a frente no momento do batimento.

Finta

- Mudar rapidamente de direcção aumentando a velocidade;

- Proteger a bola com o corpo.

Habilidades Motoras (Tática)

Objetivos Gerais:

- Ocupar racionalmente o espaço, mantendo uma organização estrutural geométrica, num momento ofensivo e defensivo, em situações de jogo.
- Aplicar os gestos técnicos em situação de jogo, em função do contexto tático apresentado.
- Entender o jogo com sentido coletivo, cooperando com os companheiros de forma organizada para alcançarem o objetivo de jogo.

Objetivos Específicos:

Organização ofensiva:

Penetração

- Criar vantagem espacial e/ou numérica;
- Atacar o adversário direto e/ou a baliza.

Cobertura ofensiva

- Apoiar o portador da bola e funcionar como primeiro equilíbrio defensivo.

Mobilidade

- Criar e ocupar espaços livres e linhas de passe;
- Variar o posicionamento para criar ruturas e desequilíbrios na estrutura defensiva adversária;
- Manter a posse de bola.

Espaço

- Estruturar e racionalizar as ações ofensivas colectivas no sentido de dar maior amplitude ao ataque, tanto em largura como em profundidade.

Organização defensiva

Contenção

- Condicionar o portador da bola com o objetivo de lhe retirar tempo e espaço de execução.

Cobertura defensiva

- Apoiar o companheiro que faz contenção.

Equilíbrio

- Fechar os espaços entre os diferentes jogadores da equipa;
- Cobrir eventuais linhas de passe criadas;
- Cobrir espaços e jogadores livres.

Concentração

- Estruturar e racionalizar as ações defensivas coletivas no sentido de retirar amplitude às ações ofensivas, tanto em largura como em profundidade.

Módulo 6 - Configuração da avaliação

O módulo 6 refere-se à avaliação, não só aos sistemas de avaliação que se utilizam para verificar o nível de alcance dos objetivos (com referência à norma e ao critério) mas também, quais são os tipos de avaliação que se podem administrar.

A necessidade de avaliar é fulcral no processo de ensino - aprendizagem, na medida em que só através desta tarefa é possível determinar os resultados das ações de aprendizagem dos alunos, e o grau de realização dos objetivos. Numa visão um pouco mais específica, é “o processo de reunir informação para fazer um julgamento sobre produtos e processos na situação instrucional.” (Rink, 1993).

6.1 Avaliação diagnóstica

Este tipo de avaliação é sempre efetuada no início de uma Unidade Didática, sendo um ponto de referência para o professor para detetar as causas subjacentes de eventuais dificuldades de aprendizagem por parte dos alunos. Considera-se este tipo de avaliação de extrema importância, na medida em que ela é o principal elo de ligação para a etapa do planeamento que o professor fará em seguida para a turma.

6.2 Avaliação Formativa

Esta avaliação tem como finalidade o controlo de aprendizagem dos conteúdos abordados, reforçando assim a decisão do professor relativamente à evolução dos alunos e suas dificuldades, pois esta está inerente no processo ensino -aprendizagem. No entanto, este tipo de avaliação serve também para realizar o controlo da lecionação, caso seja necessário, fazer-se a reformulação da Unidade Didática ou até da própria estratégia definida.

Conta com especial atenção a fatores como: assiduidade, pontualidade, comportamento disciplinar, envolvimento nas tarefas propostas, etc.

6.3 Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa, como o próprio nome diz, é a soma de tudo o que aconteceu durante a Unidade Didática, tendo por finalidade avaliar, quer a evolução dos alunos após todo o processo de ensino-aprendizagem, quer o próprio processo em si. Esta será uma avaliação com o objetivo de verificar o nível atingido por parte dos alunos da turma.

É utilizado para o professor avaliar o processo de ensino do professor e o processo de aprendizagem dos alunos. Deve ser realizada numa das aulas da Unidade Didática, não sendo necessariamente na última.

Módulo 7 - Progressões de ensino e aprendizagem


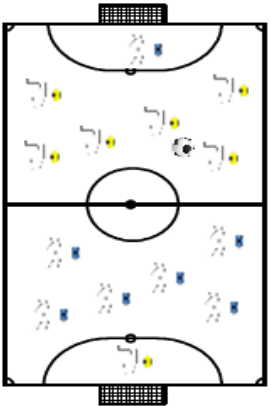
O módulo 7 é caracterizado pelas situações de aprendizagem relativas aos conteúdos a serem lecionados, neste caso específico o Futebol. O ensino destes conteúdos é constituído por quatro fases, sendo elas: fase introdutória, fase de extensão, fase de refinamento e fase de aplicação.

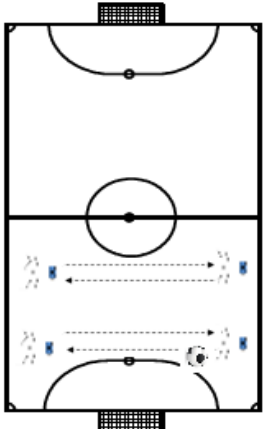
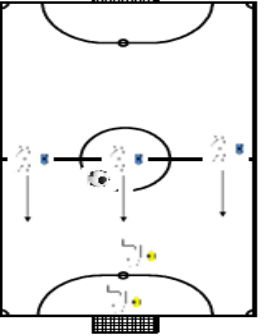
Relativamente às aulas, irá tentar-se elaborar uma metodologia que promova uma elevada densidade motora, proporcionando a todos os alunos a passagem pelas mais variadas e construtivas situações de aprendizagem, incentivando-os e motivando-os para a modalidade.

| | | | | |
|-------------------------------------|---|--|---|---|
| Unidade Didática: Futebol | Data: 12/11/14 Hora: 10:25h Duração: 90' Local: Pátio Inferior | Prof. Orientador: António Manuel Aluno Estagiário: Rafael Silva | Sumário: Exercitação das habilidades técnicas da modalidade de futebol | Nº Alunos: 16 Material: 5 Bolas e 8 Coletes. |
|-------------------------------------|---|--|---|---|

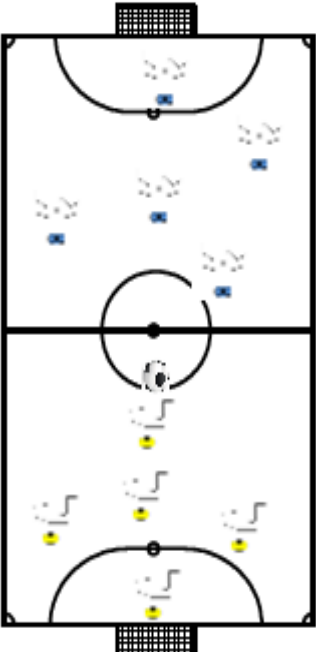
- | |
|---|
| <p>1- Domínio Cognitivo: O aluno reproduz com exatidão as informações dadas pelo professor. Conhecer e respeitar as regras de segurança. Percecionar e antecipar o movimento do adversário e/ou colega de equipa em conformidade com as regras.</p> <p>2- Domínio Motor: Analisar as diversas ações técnicas-táticas realizadas por parte dos alunos.</p> <p>3- Domínio Sócio Afetivo: Cooperar e respeitar as normas da aula. Cooperar, respeitar e decidir em conjunto com os colegas.</p> |
|---|


| | Objetivos | Esquema | Descrição/Organização do Exercício | Intervenção do docente | Componentes Críticas do Movimento | Material | Tempo |
|--|-----------|---------|------------------------------------|------------------------|-----------------------------------|----------|-------|
|--|-----------|---------|------------------------------------|------------------------|-----------------------------------|----------|-------|

| | | | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|----------|------------|
| <p>P A R T E</p> | <p>Adaptação do organismo ao esforço.</p> |  | <p>Corrida de intensidade baixa e contínua à volta do campo, com mobilização articular dos membros superiores e inferiores (tornozelo, joelho, pernas, anca, tronco, ombro, cotovelo)</p> | <p>Observar e corrigir eventuais posturas incorretas.</p> | <p>Controlo da respiração. Manutenção de uma boa postura corporal.</p> | <p>-</p> | <p>5'</p> |
| <p>I N I C I A L</p> | <p>Realizar o jogo do mata.</p> |  | <p>Os alunos agrupam-se em duas equipas com o mesmo número de jogadores e divididos em meio campo. Cada equipa coloca-se no seu meio campo, excepto o “piolho” de cada uma equipa que se coloca dentro da área. Os jogadores de uma equipa vão trocando a bola entre o “piolho” tentando cada equipa atingir com a bola (matar) todos os jogadores adversários. O jogo termina quando uma equipa conseguir “matar” todos os adversários.</p> | <p>Mantem a organização do exercício. Verifica se os jogadores que “morrem” saem do jogo.</p> | <p>A bola é jogada sempre com as mãos. Qualquer jogador pode matar, estando no campo principal ou no «piolho», mas só se pode matar quando a bola for agarrada sem tocar antes no chão ou em qualquer obstáculo. Sempre que a bola sai dos limites do campo, pertence ao jogador que a conseguir apanhar, que reinicia o jogo da posição em que está no campo.</p> | <p>-</p> | <p>10'</p> |

| | | | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|----------------|-----------|
| <p>P A R T E</p> <p>P R I N C I P A L</p> | <p>Realizar passe e recepção consoante a trajetória da bola.</p> |  | <p>Os alunos, 2 de cada vez, frente a frente e ao longo da linha lateral realizam passes entre si até ao final da linha lateral.</p> | <p>Mantem a organização do exercício</p> <p>Corrigir a forma como o aluno realiza o passe.</p> <p>Corrigir a forma como o aluno realiza a recepção.</p> | <p>Passe: Cabeça levantada e olhar dirigido para o local do passe, tronco ligeiramente inclinado à frente, pé de apoio colocado ao lado da bola e fixar os olhos nesta para evitar desequilíbrios, tocar a bola com parte interna/externa do pé e após contato com a bola a perna continua o seu movimento na direção do passe.</p> <p>Recepção: Olhar dirigido para a trajetória da bola, tronco inclinado à frente, MI ligeiramente fletidos, deslocamento na direção da bola e ponta do pé voltada para fora oferecendo à bola toda a superfície interna do pé.</p> | <p>5 Bolas</p> | <p>5'</p> |
| <p>P A R T E</p> <p>P R I N</p> | <p>Realizar situações de ataques com oposição.</p> |  | <p>Os alunos agrupam-se em 3 elementos de cada vez. O aluno da fila do meio deverá realizar condução de bola até ao momento que decide realiza o passe para um dos colegas que se encontram nos corredores. Perto da baliza irão encontrar oposição que</p> | <p>Verifica se o aluno sem bola liberta-se da oposição do adversário criando linhas de passe ao colega.</p> | <p>Passe: Cabeça levantada e olhar dirigido para o local do passe, tronco ligeiramente inclinado à frente, pé de apoio colocado ao lado da bola e fixar os olhos nesta para evitar desequilíbrios, tocar a bola com parte interna/externa do pé e após contato com a bola a perna continua o seu movimento na direção do passe.</p> <p>Recepção: Olhar dirigido para a</p> | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|----------------|------------|
| <p>C I P A L</p> <p>P A R T E</p> <p>P R I N C I P A L</p> | | | <p>deverão ultrapassar para chegarem ao objetivo do golo através de trocas posicionais ou de fintas. Para a primeira parte são realizadas situações de 3 x 1, na segunda são situações de 3 x 2 e na terceira situações de 3 x 3</p> | <p>Verifica se os defesas conseguem cortar a bola, sendo ela uma defesa ativa.</p> <p>Verifica se o objetivo é realizado.</p> | <p>trajetória da bola, tronco inclinado à frente, MI ligeiramente fletidos, deslocamento na direção da bola e ponta do pé voltada para fora oferecendo à bola toda a superfície interna do pé. Remate: Tronco inclinado à frente, MI de apoio ligeiramente fletido, colocado lateralmente em relação à bola, com o pé orientado para o alvo, extensão do MI no contato com a bola, contato com uma superfície ampla do pé e dar continuidade à acção do batimento.</p> | <p>4 Bolas</p> | <p>30'</p> |
| <p>P A R T E</p> | <p>Os alunos devem colocar em prática numa situação de jogo real, os conhecimentos aprendidos.</p> | | <p>Os alunos distribuem-se em 2 equipas de igual número.</p> | | <p>Passe: Cabeça levantada e olhar dirigido para o local do passe, tronco ligeiramente inclinado à frente, pé de apoio colocado ao lado da bola e fixar os olhos nesta para evitar desequilíbrios, tocar a bola com parte interna/externa do pé e após contato com a bola a perna continua o seu movimento na direção do passe.</p> | | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|---|---|--|------------------|------------|
| <p>P R I N C I P A L</p> | |  | <p>Os alunos terão que aplicar todos os conteúdos que saibam da modalidade de futebol numa situação real havendo todos os constrangimentos do jogo.</p> | <p>Observar e corrigir os erros mais comuns das habilidades técnicas dos diversos movimentos.</p> | <p>Condução de bola: Utilizar preferencialmente a parte interna do pé pois é a que oferece maior precisão/controle, devido à maior superfície de contato, a condução da bola com a parte externa do pé é mais rápida e eficiente por ser grande a superfície de contato com a bola e fácil a sua adaptação, a condução da bola deve ser executada com o pé condutor do lado oposto ao que se encontra o adversário a fim de evitar que este nos possa desarmar.</p> | <p>1 Bola</p> | |
| <p>P A R T E</p> | | | | | <p>Recepção: Olhar dirigido para a trajetória da bola, tronco inclinado à frente, MI ligeiramente fletidos, deslocamento na direção da bola e ponta do pé voltada para fora oferecendo à bola toda a superfície interna do pé</p> | <p>8 Coletes</p> | <p>25'</p> |
| <p>P R I N C I P A L</p> | | | | | <p>Remate: Tronco inclinado à frente, MI de apoio ligeiramente fletido, colocado lateralmente em relação à bola, com o pé orientado para o alvo, extensão do MI no contato com a bola, contato com uma superfície ampla do pé e dar continuidade à ação do batimento.</p> <p>Finta: Gesto técnico realizado pelo jogador, com ou sem bola, de tal forma que o jogador faz uso dos seus olhos, cabeça,</p> | | |

| | | | | | | | |
|---|---------------|---|--|--|---|---|----|
| | | | | | tronco ou qualquer outra parte do corpo com o objetivo de enganar o adversário quanto ao movimento que realmente pretende executar. | | |
| P A R T E F I N A L | Alongamentos. |  | Alongamento dos músculos agonistas e antagonistas intervenientes durante a aula. | O professor exemplifica os exercícios; Correção das posturas. | Alongamento dos músculos mais solicitados ao longo da aula; Retorno controlado do esforço; | - | 5' |
| Obs.: A aula dura 80' para que os alunos tenham tempo de tomar banho. | | | | | | | |

3.2.1.2. - Caracterização da Turma de 11º CT3

Acordou-se no final do 1º período, através dos docentes estagiários e do docente efetivo das turmas (orientador de estágio da escola), que se deveria realizar uma troca de turmas, no entanto na impossibilidade de lecionar às turmas do ensino secundário profissional devido à incompatibilidade de horário, por causa do Desporto Escolar, fiquei novamente com uma turma de CT, mas desta vez do 11º ano.

Conforme elaborei para a turma do 12º ano, também preparei uma ficha biográfica que entreguei aos alunos na primeira aula que lecionei, para que fosse preenchida e devolvida na aula seguinte, contemplando algumas informações básicas acerca do próprio. (Anexo 1)

A turma inicialmente era constituída por 22 alunos inscritos à disciplina de Educação Física, mas no início do 2º período ingressaram mais 2 alunos, transferidos de outra escola, ficando assim a turma composta por 24 alunos no total, sendo que 3 deles possuem necessidades educativas especiais, usufruindo de Educação Especial. De referir que a turma, é homogénea, pois são todos da mesma idade, com 16 anos, existindo 15 alunos do sexo masculino e 9 alunos do sexo feminino. Há que referir que nenhum aluno apresentou atestado médico, tendo realizado sempre as aulas, de forma regular.

Em relação aos Encarregados de Educação, a maior parte são as mães que assumem essa função, havendo poucos casos em que o encarregado de educação é o pai e nenhum, sendo o próprio aluno. Acerca das habilitações dos encarregados de educação, a maioria tem o ensino secundário completo, havendo 3 casos em que o encarregado de educação tem uma licenciatura e também mestrado. As profissões dos encarregados de educação são variadas, mas verifica-se que a maioria são docentes de vários graus de ensino, há apenas uma situação de desemprego.

Quanto às modalidades favoritas na disciplina de Educação Física, os rapazes têm uma maior preferência pelo Futebol, enquanto as raparigas preferem praticar Badminton. As modalidades que menos gostam de praticar, tanto os rapazes como as raparigas têm a preferência pelo Basquetebol.

Muitos dos alunos da turma, apesar de ainda não terem uma noção do que querem seguir após o final do ensino secundário, no futuro gostariam de estar a exercer uma função na parte das engenharias ou realizar uma carreira militar.

Quanto ao comportamento da turma, o Conselho de Turma considerou que era bom, sendo uma turma muito heterogénea em que os colegas ajudam-se uns aos outros. No entanto, há um pequeno grupo de rapazes em que por vezes têm alguns comportamentos desadequados e falta de atenção. Num modo geral é uma turma que se respeita a si própria e aos outros.

3.2.2 Planeamento

É essencial que se perceba o que é o planeamento, neste sentido, segundo Bento (2003), planificar “é também ligar a própria qualificação e formação permanente do professor ao processo de ensino, a procura de melhores resultados no ensino como resultante do confronto diário com problemas teóricos e práticos”.

Considero que o planeamento exige um conhecimento do contexto escolar onde está inserido, em que ajudará o estagiário a seguir uma linha de ensino, que lhe é dada pela sua relação com a turma e o nível em que esta se insere. Assim como principal objetivo, o planeamento, deve servir como um guia, onde o estagiário deverá delinear as suas linhas estratégicas, distribuindo as matérias (unidades didáticas) pelos vários períodos levando assim a uma visão global da sua prática docente.

3.2.2.1 - Turma de 11º CT3 e 12º CT3

De acordo com o regulamento de estágio pedagógico de EF da Universidade da Beira Interior, há um conjunto de actividades em que todas elas estão centradas num aperfeiçoamento à prática pedagógica na escola para o benefício dos alunos e da comunidade escolar.

Uma das actividades que o estagiário deverá ter em conta é relativamente ao ensino-aprendizagem onde averigua toda a actividade pedagógica na leccionação, mas também participando nas tarefas do processo de avaliação para a turma do orientador da escola que o acompanha. Assim, numa primeira fase procedemos, em reunião do grupo de estágio com o orientador da escola, à divisão do trabalho pelos estagiários, para assim enquadrarmos a nossa atuação nas respetivas turmas. Nesta reunião ficou então decidido que eu iria ficar com a turma do 12º CT3 e o 11º CT3, tendo sido, respetivamente, uma no 1º período e a outra no 2º e 3º período. Os planos de aula que foram realizados durante o ano letivo foram executados de acordo com as orientações do grupo de Educação Física e também das regras dos programas curriculares da Educação Física.

Quanto às orientações do grupo de Educação Física, as duas turmas que iria lecionar, iriam ser orientadas segundo um plano já definido pelo próprio grupo. No 1º período, para cada ano escolar, os alunos de cada turma tinham que escolher se pretendiam praticar Atletismo ou Ginástica em que a distribuição dos diversos professores fez-se de acordo com a sua aptidão para as modalidades em causa. Após a prática da modalidade, as turmas iriam praticar a modalidade JDC1 (Jogos Desportivos Coletivos) escolhida no início do ano letivo com o professor efetivo da turma. Já no 2º período, as turmas iriam praticar a modalidade JDC2 com o professor efetivo e acabavam o período a praticar ou Floorball ou Orientação. Esta situação, é semelhante à situação das modalidades de Atletismo e Ginástica em que os alunos escolheriam das duas qual queriam. Por fim, no 3º período, tanto a turma 11º CT3 como a 12º CT3, os alunos praticavam a modalidade Dança e finalizava o período com Badminton.

Ainda segundo as orientações de grupo, foi definido o tempo para cada uma das modalidades lecionadas, obtendo o seguinte planeamento anual:

Tabela 2 - Planeamento anual

| Período | Modalidade | Espaço de prática | Data |
|---------|--|-------------------------------|-----------------------------------|
| 1º | Fitnessgram + Atletismo / Ginástica | Exterior | 15 de setembro a 24 de outubro |
| | Futebol + Fitnessgram | Pátio Inferior | 27 de outubro a 16 de dezembro |
| 2º | Voleibol | Pavilhão Municipal | 5 de janeiro a 13 de fevereiro |
| | Badminton / Floorball + Fitnessgram | Pavilhão Municipal | 19 fevereiro a 20 março |
| 3º | Dança | Ginásio Grande | 6 de abril a 23 de abril |
| | Badminton + Fitnessgram | Pavilhão Municipal / Exterior | 28 de abril a 4 de junho |

Conforme podemos observar na tabela supracitada, é determinado o tempo definido para cada modalidade, em que o 1º período é relativo à turma do 12º CT3 e o 2º e 3º período à turma do 11º CT3.

A partir do segundo dia de aulas, sendo que o primeiro serviu para a apresentação da turma ao respetivo professor, observando a tabela, a turma começou a realizar o teste do Fitnessgram. De acordo com The cooper institute for aerobic reserch (2002), o fitnessgram é “um programa de educação e avaliação da aptidão física relacionada com a saúde.” Estes testes permitem avaliar a condição física do aluno, teste da milha (resistência aeróbia), no senta e alcança (flexibilidade), abdominais (força e resistência abdominal) e extensões de braços (força e resistência da região superior do corpo). Após a realização deste teste, deu-se início à prática da modalidade de Atletismo ou Ginástica durante 5 semanas e mais 4/5 semanas para a modalidade de Futebol. Houve um dia em que foi realizada uma palestra, cujo tema “relacionar aptidão física e saúde” em que os alunos estiveram presentes pois eram os conteúdos para o teste escrito do 1º período. Na última semana de aulas, procedeu-se novamente à realização do teste de Fitnessgram.

Quanto ao 2º período, a lecionar a turma de 11º CT3, durante as primeiras seis semanas leccionaram-se aulas de Voleibol. Nas seis aulas seguintes foi lecionada a modalidade de Floorball aos alunos das diversas turmas, havendo num dos dias a palestra sobre atividade física. Por fim, nos dois últimos dias de aula procedeu-se à realização do teste de Fitnessgram.

Por fim, no 3º período, a turma do 11º CT3, durante as primeiras duas semanas realizou a prática obrigatória da modalidade de Dança. Nas seguintes dez aulas foram

lecionadas a modalidade de Badminton, finalizando o ano letivo, na última semana de aulas realizou-se o teste de Fitnessgram.

É de referir que as modalidades de Floorball / Orientação e de Dança, devido ao tempo de leção ser mais curto, a avaliação era feita dando uma grande importância às presenças dadas pelos alunos e também se deu relevo à motivação e empenho. Quanto às modalidades de Futebol, Voleibol e Badminton, iniciou-se sempre a avaliação com uma avaliação diagnóstica, de seguida com a transmissão, exercitação e consolidação e por fim com a avaliação sumativa. Estas avaliações das 3 modalidades supracitadas foram também delineadas pelo grupo de Educação Física e encontravam-se dispostas da seguinte forma:

Tabela 3 - Critérios de Avaliação do Grupo de Educação Física do Ensino Secundário

| DIMENSÕES | | PARÂMETROS | PRESSUPOSTOS | PONDERAÇÃO | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES | |
|---|--------------------------------|---|---|---|---|---|
| C O M P E T Ê N C I A S E S P E C Í F I C A S | CONHECIMENTO | Conhecimentos: > Processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física; > Interpret. e particip. nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares. | APREENSÃO TEÓRICA Conhecimentos assimilados e capacidade de transmissão | Total de 90% 10% 65% 15% | Expressão: > Oral > Escrita | |
| | ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS | Dimensão: > Regras/Leis de jogo; > Psicomotora das habilidades; > Das competências técnico-táticas; > Coordenativa, condicional (em todas as matérias). | Como é a execução: > Eficácia { Qualidade Quantidade > Estética (Dimensão expressivo) | | Regras/ /Leis de jogo 15,58% (2 val.) Restante 84,42% (11 val.) | > Questões orais ou escritas > Exercícios critério > Circuitos > Percursos > Provas combinadas > Jogo reduzido e/ou formal |
| | APTIDÃO FÍSICA (FITNESSGRAM) | > Condição física geral; > Situação dentro de uma Zona Saudável de Aptidão Física. | "Quanto" de: > Aptidão mio-articular; > Aptidão aeróbia. | | Apt. Aeróbia 50% Abdem., Ext.br. e Flex. 50% | Confrontação com os valores tabelados |
| COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (METODOLOGIA DE TRABALHO, PARTICIPAÇÃO, VALORES / ATITUDES) | | Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas atividades propostas; É responsável no cumprimento das tarefas; Respeita as normas de funcionamento das aulas; Respeita as instalações e o ambiente; É regularmente pontual; É assíduo. | Código de valores: > Do professor; > Do grupo de professores; > Da escola; > Da comunidade; > Da sociedade. | 10% | > Observação; > Anotação; > Grelha de registo de observações. | |

Analisando a tabela 3, podemos observar a avaliação para os alunos das turmas de 11º e 12º CT3. Observa-se que a avaliação se centra maioritariamente nas competências específicas, em que são avaliadas em 90%, subdividindo-se em se em 10% para a dimensão do conhecimento, 65% para as atividades físicas desportivas e 15% para a dimensão aptidão física e as competências transversais são avaliadas em 10%.

Tabela 4 - Critérios de Avaliação do Grupo de Educação Física do Ensino Secundário - Atestado Médico

| DIMENSÕES | PARÂMETROS | PRESSUPOSTOS | PONDERAÇÃO | INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES |
|--|---|---|------------|---|
| COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS COGNITIVAS | Conhecimentos: > Técnicos e táticos das diferentes matérias; > Regras; > Processos de desenv. e manutenção da cond. Física > Interpret. e particip. nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares. | APREENSÃO TEÓRICA Conhecimentos assimilados e capacidade de transmissão | 90% | Expressão: > Oral > Escrita > Sinalética Na execução de: - teste escrito e/ou trabalho (80%); - arbitragem, relatórios, etc. (20%). |
| COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (METODOLOGIA DE TRABALHO, PARTICIPAÇÃO, VALORES / ATITUDES) | Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas atividades propostas; É responsável no cumprimento das tarefas; Respeito as normas de funcionamento das aulas; Respeito as instalações e o ambiente; É regularmente pontual; É assíduo. | Código de valores: > Do professor; > Do grupo de professores; > Da escola; > Da comunidade; > Da sociedade. | 10% | > Observação > Anotação > Grêlhas de registo de observações |

Na tabela 4, observamos a avaliação direcionada para possíveis alunos portadores de atestados médicos, incapacitados à realização prática da disciplina de Educação Física. Devido aos alunos não poderem realizar a prática desportiva a grande maioria da nota centra-se nas competências cognitivas (teste/ relatórios/ arbitragem), sendo que detém 90% da nota total, os restantes 10% referem-se às competências transversais definidas em grupo.

3.2.2.2. Reflexão da Lecionação

No ato da lecionação deveremos ter muitos aspetos específicos a ter em conta, acerca do aluno, tais como: as características psicológicas e físicas, e assim, o efeito que o ensino terá sobre essas características, por exemplo, se melhorar o seu desempenho ou ainda desenvolver os seus conhecimentos e competências. Para isso, teremos de ter em conta as variáveis e ou contextos onde a lecionação é efetuada, o processo do mesmo, a sua programação e planificação e todas as inter-relações dos aspetos mencionados. Para cumprir os objetivos curriculares e tendo em conta que o nosso objetivo é a realização pessoal do aluno, tanto a nível sociocultural, como a nível motor, é de extrema importância, motivar e incentivar o aluno para a prática das atividades propostas.

No início do ano letivo procurei informar-me sobre todos os aspetos fulcrais para uma lecionação exemplar, nomeadamente o reconhecimento da escola, dos recursos materiais e humanos. Numa primeira fase foi efetuada uma análise rigorosa dos programas de Educação Física para o ensino básico e secundário, de forma a definir as competências exigidas para cada nível de aprendizagem. Inicialmente surgiram várias dificuldades e dúvidas, visto não existir qualquer experiência como docente. Mesmo assim, com a ajuda do meu orientador, essas foram-se dissipando, utilizando outras abordagens, outras estratégias, conhecendo

melhor os alunos e utilizando aulas diversificadas tentando sempre recorrer de forma pertinente e necessária ao material didático disponível.

Na primeira aula apliquei uma ficha bibliográfica (Anexo 1) a cada aluno, sugerida pelo professor orientador, de forma a conhecer um pouco melhor os meus alunos e averiguar as suas necessidades, expectativas e preferências.

Inicialmente, tentei demonstrar exigência, estabelecendo regras de comportamento e de bom funcionamento da aula, de forma a conseguir o controlo da turma, visto que me deparei com duas turmas com alguns alunos desmotivados, sem hábitos de trabalho e falta de vontade em praticar atividade física.

Ao longo do ano letivo tentei sempre diversificar as atividades, definir objetivos e estratégias, respeitando sempre as diferenças e especificidades de cada aluno, tendo sempre uma atenção redobrada quanto aos alunos com necessidades educativas especiais, que acompanharam o nível da turma com algumas limitações.

O planeamento anual, é utilizado como linha orientadora da prática pedagógica, mesmo que estes tenham sofrido alterações ao longo do ano, devido a vários acontecimentos (atividades do grupo ou escola), como na realização das unidades didáticas (maiores dificuldades dos alunos num determinado conteúdo) ou ainda devido as restrições de espaço e/ou materiais.

De um modo mais específico, o plano de aula foi utilizado como “ferramenta” essencial para uma aula bem estruturada. Isto é, aulas motivadoras, envolventes e num clima positivo de ensino. Para isso, as aulas foram planeadas, com critérios coerentes ao nível dos alunos, com intensidade com conteúdo e progressão nos exercícios.

Tentei sempre que os meus alunos demonstrassem respeito pelo professor e pelos colegas, diminuindo os seus comportamentos de desvio, ensinando também a que sejam organizados e a cuidarem do material que é para todos os alunos da escola e não para uma única utilização como alguns pensavam, pela forma como tratavam os materiais.

Considero que o modo como as aulas são planeadas e adaptadas ao número de alunos e espaços disponíveis, é determinante para garantir um melhor ensino-aprendizagem, podendo assim fornecer todas as condições possíveis aos alunos para adquirirem os conhecimentos e aprendizagens necessárias. Considero ainda que uma aula deve ser ativa, deve exigir a máxima intervenção por parte dos alunos e do professor, podendo assim os alunos estarem em constante exercitação e o professor através dos feedbacks alertar e motivar para um melhor desempenho.

Relativamente à realização do processo ensino-aprendizagem, considero que existiu uma considerável evolução entre o início do ano letivo e o seu término, fruto de um trabalho contínuo, onde sempre ambicionei ser melhor a cada aula que lecionava.

Considero que o meu desempenho foi bastante positivo e enriquecedor referente à lecionação, pois tentei sempre superar as minhas dificuldades, tentando desempenhar o meu papel cada vez melhor e de forma mais consciente e segura, recorrendo a uma atualização

constante de informação e estratégias para suprimir dificuldades e alcançar com êxito o papel de professor.

3.3 Recursos Humanos

Paralelamente ao trabalho realizado como professor estagiário, há uma necessidade de conhecer o meio envolvente em que se está a trabalhar, tanto pela influência que poderá ter durante as aulas, como pelo contributo a ter fora delas.

Enquanto professor estagiário, não nos podemos esquecer da importância dos diferentes seres humanos. Com isto, pretende-se advertir para o seguimento de uma boa conduta relativamente à relação Docente vs Docente, como na relação Docente vs Não Docente. Assim, todos os recursos humanos referenciados a seguir, fazem parte da educação dos alunos e é necessário respeitá-los.

Como é de esperar, no ano letivo de 2014/2015, a ESAL possui diversos elementos que contribuem para o funcionamento correto e saudável da escola. Como tal, na tabela 5, são indicadas as categorias em que se distribuem os elementos por função na escola.

Tabela 5 - Distribuição da população escolar por categorias

| Categorias | Nº de Elementos |
|--------------|-----------------|
| Alunos | 877 |
| Docentes | 134 |
| Não docentes | 42 |
| Psicóloga | 1 |

Quanto ao Grupo de Educação Física, apesar de ser mais reduzido, nota-se que é um grupo competente, cooperativo e coeso, havendo nas situações de auxílio e entreatajuda, um grande respeito. Observamos assim a distribuição dos professores segundo a sua situação na escola (tabela 6) e posteriormente, os cargos que cada professor ocupa (tabela 7).

Tabela 6 - Distribuição dos professores segundo a sua situação na escola

| Categorias | Nº de Elementos | |
|--------------------------------------|-----------------|----|
| Docentes do grupo de Educação Física | QND | 11 |
| | Contratados | 2 |
| | Estagiários | 2 |

Tabela 7 - Cargo dos professores no Grupo de Educação Física

| |
|--|
| Coordenador Departamento Expressões |
| Coordenador de Grupo |
| Orientador de Estágio |
| Diretor de Instalações |
| Coordenador do Curso Tecnológico de Desporto |
| Coordenador do Desporto Escolar |
| Docentes Estagiários |

3.4 Recursos Materiais

Um dos fatores que pode influenciar a lecionação, tem a ver com os recursos materiais que a escola possui, pois estes são muitas das vezes indissociáveis da componente letiva. Uma vez que grande parte das modalidades abordadas na Educação Física requer a utilização de material e espaços específicos, para o planeamento das aulas lecionadas teve a necessidade e obrigação de fazer um estudo dos recursos materiais que a escola apresentava. Não se pode descurar ou subvalorizar a necessidade em existir equipamento apropriado, funcional e adequado às necessidades do professor, alunos e das próprias unidades didáticas lecionadas.

Para responder às necessidades de todos os que frequentam a ESAL, esta dispõe de inúmeros espaços e diferentes infraestruturas. No geral, as instalações da escola são bastante aceitáveis, tendo vindo a melhorar ao longo dos tempos, de acordo com as possibilidades orçamentais de que dispõe.

De uma forma sintética, a zona edificada da escola é composta por 4 blocos interligados: o bloco central com 4 pisos, o dos ginásios e refeitório, o das oficinas e o do bar dos alunos e reprografia.

Podemos dizer que os espaços específicos apresentam uma adequada diversidade e quantidade que responde razoavelmente a todas e tantas áreas lecionadas na escola.

No que diz respeito à disciplina de Educação Física, a escola está bem preparada e apetrechada de materiais e espaços desportivos, no entanto, tem instalações desportivas insuficientes que obrigam a deslocações periódicas ao Pavilhão Municipal, a 500 metros de distância, de um número relativamente reduzido de turmas. Os espaços e o material existente funcionam sobre um sistema de rotatividade, no qual cada turma ocupa cada um deles, de acordo com a unidade didática definida para ser lecionada nesse espaço. Estes estão definidos por turma desde o início do ano, podendo por vezes haver alterações esporádicas.

No que diz respeito a instalações para a realização das aulas de Educação Física e do Desporto Escolar, a escola dispõe de um espaço que inclui uma sala de desporto (Ginásio Grande) e um Ginásio Pequeno. O primeiro ginásio é mais virado para a prática de

modalidades coletivas e o segundo para modalidades individuais (Ginástica). Os espaços exteriores são ainda espaços lúdicos para os alunos, como por exemplo o Pátio Inferior que tem dois campos, um campo de Futebol de relva sintética e um campo de Basquetebol, como também espaços onde se pode praticar o lançamento do peso, salto em altura e salto em comprimento.

Relativamente ao material propriamente dito, este encontra-se disposto e de fácil acesso.

Nas arrecadações da escola temos bolas de basquetebol, de andebol, de ténis, de futebol, de futsal, de floorball, de espuma, cones de sinalização, raquetes de badminton, raquetes de ténis, arcos, barreiras, coletes, volantes, bandeirolas, postes de badminton, cesto bolas de ténis, blocos de partida, cordas, barreiras de ferro, fasquia de salto em altura, corda para salto em altura, pesos, vassouras, dardos, testemunhos, discos, fita métrica, postes de voleibol, rede de voleibol, rede de badminton, tabelas de basquetebol, cronómetros, apitos e um rádio.

No ginásio pequeno, o material disponível é trave, banco sueco, cavalo com arções, plinto, paralelas assimétricas, espaldares, colchões, colchões de queda, barra fixa, praticáveis, reuter, mini-trampolim, cavalo.

Quanto ao pavilhão municipal, temos bolas de andebol, de voleibol, de futebol, de rugby, de ténis, de floorball, bolas suíças, stick`s de floorball, balizas de floorball, cones de sinalização, raquetes de badminton, raquetes de ténis, fita de marcações de campo, volantes, sinalizadores de areia, bandeirolas, postes de badminton, postes de voleibol, rede de voleibol, rede de badminton, marcador de pontos, cronómetro elétrico e coletes.

Desta forma, é facilmente visível que em termos de recursos físicos e materiais, o grupo de Educação Física está muito bem equipado para dar respostas a várias modalidades que os alunos solicitem. Existem vários recursos para que sejam dadas aos alunos e aos professores as melhores condições para lecionar.

3.5 Direção de Turma

O Diretor de Turma, desempenha um papel fulcral na intervenção pedagógica na escola, sendo este o protagonista de diversas vertentes em que se enquadram vários interlocutores: alunos, professores e encarregados de educação.

Relativamente ao trabalho de direção de turma, visto que o orientador de estágio não teve na sua carga horária essa componente da função docente, fui inserido numas das turmas a que lecionava, sendo esta a turma 11º CT3, sendo o Diretor de Turma, o docente de Matemática.

Perante o Decreto Regulamentar n.º 10/99 de 21 de julho - artigo 7.º são concedidas atribuições ao cargo de diretor de turma:

1. A coordenação das atividades do conselho de turma é realizada pelo diretor de turma, sendo escolhido, preferencialmente, um docente profissionalizado;

2. Sem prejuízo de outras competências fixadas na lei e no regulamento interno ao diretor de turma compete:

a) Assegurar a articulação entre os professores da turma e com os alunos, pais e encarregados de educação;

b) Promover a comunicação e formas de trabalho cooperativo entre professores e alunos;

c) Coordenar, em colaboração com os docentes da turma, a adequação de atividades, conteúdos, estratégias e métodos de trabalho à situação concreta do grupo e à especificidade de cada aluno;

d) Articular as atividades da turma com os pais e encarregados de educação promovendo a sua participação;

e) Coordenar o processo de avaliação dos alunos garantindo o seu carácter globalizante e integrador;

f) Apresentar à direção executiva um relatório, anual, do trabalho desenvolvido.

No entanto, importa realçar que as atribuições do diretor não se esgotam nas suas competências diretas. Efetivamente, o diretor de turma desempenha funções de responsabilidade em dois órgãos (Marques, 1994): 1) Conselho de Turma (ao qual preside diretamente) e; 2) Conselho de Diretores de Turma.

Após compreender as burocracias do sistema, passei à análise da turma, onde realizei a caracterização da mesma, conforme é demonstrado no ponto 3.2.1.2. Seguidamente, preenchi a ficha individual de registo de faltas dos alunos que anexei à ficha biográfica de cada aluno, organizando o dossier por número de aluno.

Além desta tarefa que realizei, na hora de orientação destinada à direção de turma, participei nas reuniões de conselho de turma de avaliação e nas reuniões com pais e encarregados de educação. Desta forma, apresento a tabela de participação nas atividades referentes a reuniões:

Tabela 8 - Datas de reuniões em que estive presente

| Datas | Reuniões |
|------------|---|
| 18/12/2014 | Reunião do conselho de turma - Reunião de avaliação |
| 8/1/2015 | Reunião com pais e encarregados de educação |
| 24/3/2015 | Reunião do conselho de turma - Reunião de avaliação |
| 9/4/2015 | Reunião com Pais e encarregados de educação |

3.6 Atividades não Letivas

3.6.1. Atividades do Grupo Disciplinar

As atividades desenvolvidas no âmbito do grupo disciplinar, fazem parte do plano anual de atividades, onde foram ponderadas e planificadas procurando louvar a importância das atividades extracurriculares e o gosto pela prática regular de atividade física. Para um bom funcionamento, estas atividades têm de ser dinamizadas e orientadas com a máxima segurança e ter um envolvimento o maior número possível de alunos da escola a participarem.

Todas as atividades, são da responsabilidade dos professores do grupo de Educação Física, sendo organizadas de forma coletiva, ou seja, todos os professores têm que participar de forma ativa, incluindo os professores estagiários.

Se seguida, vou enumerar algumas dessas atividades em que estive presente e que colaborei, de forma a explicar cada uma delas e as tarefas que me foram incumbidas.

Corta Mato - Fase Escolar

A atividade do II corta-mato Escolar do AEAL decorreu no dia 12 de dezembro de 2014, na Zona de Lazer junto ao lago, no Parque Urbano de Castelo Branco e esteve a cargo do grupo de Educação Física e dos alunos do 12º AGD (Curso Profissional de Técnico de Apoio à Gestão Desportiva).

Aos estagiários coube a tarefa de orientar os alunos, que chegavam à meta, para o sítio indicado. Coube também a tarefa da montagem do material e respetiva recolha, acompanhamento na volta de reconhecimento da pista, entre outras.

Paralelamente à realização deste Corta-mato, decorreram atividades de motricidade infantil, na zona de lazer (campo sintético superior) com alunos de todas as escolas do 1º Ciclo e infantários.

Corta Mato - Fase Distrital

O corta-mato distrital decorreu no dia 13 de fevereiro, na Zona de Lazer em Castelo Branco, sendo a primeira prova do escalão de infantis pelas 10h20. O AEAL fez-se representado em todos os escalões de competição, com 2 equipas por escalão/sexo, numa comitiva constituída por 135 alunos, distribuídos pelos escalões de Infantis A e B, Iniciados, Juvenis e Juniores, masculinos e femininos, e prova adaptada para alunos com necessidades Educativas Especiais.

Relativamente aos resultados Individuais, o AEAL venceu no escalão de infantis A masculinos, infantis B femininos e obteve um 3º lugar nos iniciados femininos. Ainda coletivamente, venceu o escalão de Iniciados femininos e obteve o 2º lugar no escalão de Infantis B masculinos, Juvenis, femininos e Juvenis masculinos.

Coube aos estagiários e aos diversos professores presentes, a orientação dos alunos, distribuição da alimentação, entre outras.

Os alunos apurados virão a disputar a prova do nacional no dia 7 de março na cidade da Guarda.

Megas (Mega Sprint, Mega Salto, Mega Voo, Mega Kilómetro)

As provas dos Megas decorreram na Escola Secundária Amato Lusitano no mês de janeiro, mais precisamente no dia 29, pelas 9h30 e contou-se com as provas masculinas e femininas dos escalões de iniciados, juvenis e juniores.

Ao longo da manhã foram realizadas 5 provas diferentes: o Mega salto, mega voo, mega lançamento e mega sprint. A última prova de todas foi o mega Km.

Estas provas tiveram como principal objetivo o apuramento de atletas para a prova distrital, que foi realizada na Covilhã no dia 16 de fevereiro, e também, aplicar os conhecimentos de gestão e organização de eventos desportivos por parte da turma de AGD 1.

Coube aos estagiários e aos diversos professores de Educação Física, ficarem nas diversas estações de prova a fim de gerir as partidas e recolha das pontuações realizadas pelos diversos alunos.

Desporto Escolar

O Desporto Escolar é um processo eminentemente educativo e pedagógico, sendo pois uma questão do Sistema Educativo e não do Sistema Desportivo.

O Desporto Escolar é uma atividade paralela ao ensino e permite aos alunos o acesso à prática de atividade física e desportiva, promovendo desta forma, estilos de vida saudáveis, combatendo o insucesso e o abandono escolar promovendo a inclusão através das atividades físicas e desportivas.

Segundo (Matos e Graça, 1988, p.314) "a actividade desportiva tem que ser gratificante, isto é, tem que despertar alegria, prazer e ser vivida com sucesso".

Apesar de serem reconhecidos os benefícios do Desporto Escolar, existe uma reduzida participação dos alunos nessas atividades. Para isso, o papel do professor de Educação Física, enquanto agente cativo do processo, passa por transmitir princípios e valores do jogo, assim como fazê-los perdurar ao longo da vida dos praticantes.

No início do ano, cada estagiário optou por ficar responsável por uma respetiva modalidade existente no Desporto Escolar, acompanhando-a durante todo o ano letivo. Neste sentido verificou-se que as modalidades disponíveis eram o badminton, o futsal, a natação, xadrez e ténis de mesa. Pessoalmente, optei pela natação, devido ao ter praticado esta modalidade durante 10 dez anos e o gosto pela modalidade é enorme o que poderia incutir nos alunos ainda mais motivação pela prática. Esta modalidade era realizada às quartas-feiras à tarde, das 16h às 18h, sendo auxiliada por mim e pelo professor respetivo.

Inicialmente, a minha função regeu-se à observação e assimilação de determinados aspetos cruciais no processo de treino, nomeadamente o aquecimento. No decorrer do tempo fui auxiliando os alunos, ficando posteriormente responsável por eles criando exercícios de progressão para ser possível verificar uma evolução, consistente e positiva.

Alguns destes alunos participaram em provas de natação, tais como o Regional na vila da Sertã e os Distritais na cidade de Castelo Branco. Eram apurados do Regional para o Distrital, os alunos que conseguiam dos respetivos escalões, ficam entre o 1º e o 6º melhor tempo das diferentes vertentes da natação (livres, bruxos, costas e mariposa).

Num ponto de vista pessoal, participei em ambos os torneios, em que os resultados foram satisfatórios, pois os alunos conseguiram sempre bater o tempo que faziam nos treinos.

Foi uma experiência muito boa e proveitosa, tendo sempre muito prazer em trabalhar com estes alunos. Tentei sempre mostrar um bom nível de conhecimento perante a modalidade, podendo transmitir conteúdos sem grande margem de erro, elucidando as ginastas a trabalharem cada vez mais. Melhorei bastante o meu conhecimento e postura relativamente à interação com os alunos, sobretudo em métodos de treino e estratégias a considerar no futuro para a execução de diversos exercícios.

3.6.2. Atividades do Grupo de Estágio

A atividade de promoção do agrupamento decorreu no dia 27 de maio na EBI João Roíz em Castelo Branco e pôde-se contar com diversas escolas, nomeadamente, a própria escola da João Roíz (com o 3º e 4º anos), Escola do Valongo (3º ano), Escola João de Deus (3º e 4º ano), a escola dos Cebolais/Retaxo (turma mista 3º e 4º ano) e a Escola dos Padres Redentoristas (4º ano).

O objetivo desta atividade visava a promoção da EBI João Roíz de forma a cativar os alunos a selecionarem aquela escola para continuar os estudos.

A Atividade iniciou-se por volta das 11h30, com a chegada dos alunos e a sua posterior visita à escola até bem perto da hora de almoço (por volta das 12h).

Seguidamente, visionaram o filme da “Abelha Maia” até, sensivelmente, 14h que foi quando se iniciaram as atividades práticas encontrando-se em cada zona alguns alunos de AGD, Professores de Educação Física, Ciências da Natureza, Música, Físico-química, Inglês e Português.

Como dito anteriormente, a atividade decorreu através da rotação das diversas equipas pelas diversas zonas onde se realizavam curiosidades acerca de cada uma das disciplinas. Assim, observamos mais abaixo cada uma das zonas para que se compreenda melhor:

Zona A - “Ateliers do Conhecimento” - foi constituída por cinco barracas numeradas, localizadas na parede exterior do pavilhão desportivo. São elas:

Barraca 1 - Números e Contas - Nesta barraca, os alunos eram desafiados a contruir diversos polígonos com a ajuda do respetivo professor.

Barraca 2 - Livros e Conhecimento - Aqui, os alunos deveriam realizar poemas e textos consoante alguns temas.

Barraca 3 - Falar Diferente - Nesta barraca, os alunos eram recebidos com alguns panfletos com imagens e a respetiva tradução em Inglês. Cada um dos alunos deveria resolver uma sopa de letras, que se encontrava noutra idioma e com a ajuda de imagem, deveria encontrar as palavras.



Figura 3 - Barraca 3 - Falar Diferente

Barraca 4 - Da terra e da Vida - Aqui, os alunos eram desafiados a realizarem experiências com diversas rochas e, também, e foi dado conhecimentos sobre o fitoplâncton marinho.

Barraca 5 - Experiências e Vivências - Nesta barraca os alunos podiam fazer diversas experiências controladas e orientadas pelo respetivo professor.

Zona B - “Movimento e Transpiração” - Esta parte decorreu dentro do pavilhão desportivo e contou com 4 jogos diferentes. São eles:

Jogo 1 - Coelho para a Toca - Colocam-se arcos no chão, ao sinal do professor, devem colocar-se dentro do arco. Variação: Vai-se retirando um arco e sobrando um aluno. Nota: Nenhum dos alunos sai depois de falhar a entrada no arco. Joga a ronda seguinte.



Figura 4 - Jogo 1 - Coelho para a Toca

Jogo 2 - Desordem com Ordem - Delimita-se um espaço (marcado no chão, tábua, etc). Os alunos devem correr à volta do espaço e devem obedecer à ordem do comandante. Os alunos devem ordenar-se consoante as ordens do comandante. Variação: As perguntas efetuadas. (Ex. Raparigas/Rapazes - Benfica/Sporting).



Figura 5 - Jogo 2 - Desordem com Ordem

Jogo 3 - Bolas e Bolinhas - Levar bolas e bolinhas de um lado para o outro com a cabeça ou com as costas e em pares. (Cabeça vs Cabeça - Joelho vs Joelho). Variância: Metade da turma contra a outra metade. Perde quem tiver mais bolas no balde.



Figura 6 - Jogo 3 - Bolas e Bolinhas

Jogo 4 - Circuito - Os alunos deverão percorrer o circuito de ginástica após a explicação do professor. Este circuito envolvia atividades como saltar, rastejar, dar cabalhotas e fazer o pino.



Figura 7 - Jogo 4 - Circuito

Zona C - Experimentando...” - Esta zona foi constituída por quatro áreas diferentes.

Área C1 - Música e Sons - Os alunos, nesta área, eram desafiados a produzir sons com as diversas partes do corpo, sendo o professor presente o maestro.

Área C2 - Artes - Nesta área, que contou com a orientação dos alunos de Necessidades Especiais e a respetiva professora, deveriam pintar diversas imagens em formato grande com a ajuda de tintas de guache.



Figura 8 - Área C2 - Artes

Área C3 - Carripanas - Aqui, os alunos dispunham de 10 carros a pedal e 6 triciclos. Cada um dos alunos, depois de escolherem o meio de transporte, tinham 4 minutos para percorrerem um percurso previamente delineado no chão. No fim desses minutos, rodavam para um novo meio de transporte ou davam lugar aos outros alunos.



Figura 9 - Área C3 - Carripanas

Área C4 - Robots - Nesta área, os alunos, com a ajuda do respetivo professor e alunos de Informática, aprendiam a controlar um drone (pequeno avião com uma câmara) e, também, tiravam fotografias, cujo o fundo poderia ser modificado via computador.



Figura 10 e 11 - Área C4 - Robots

A atividade terminou por volta das 17h30, após a realização de todas as rotações das turmas, e foi servido um lanche a todas as crianças e respetivos professores presentes. É de frisar que após o lanche, ainda houve tempo para a “Implosão do Bidão” que decorreu no átrio da EBI João Roíz com as devidas condições de Segurança.

4. Considerações Finais

Ao longo deste ano letivo senti algumas dificuldades, pois conciliar a vida escolar (estágio), com o meu trabalho relativamente à arbitragem e realizar os trabalhos de seminário I e II, não foram tarefa fácil, no entanto com trabalho e dedicação, penso que consegui ultrapassar essas dificuldades. Cheguei ao fim de uma etapa muito importante da minha vida profissional que teve momentos difíceis os quais foram vividos com intensidade e muita emoção.

As dúvidas e preocupações iniciais foram-se dissipando ao longo do ano, com a ajuda de todos os colegas com quem trabalhei na escola. A minha concepção de docência alterou-se bastante, graças a esta experiência única e altamente gratificante que veio modificar a minha conduta e dar ainda mais valor e mérito a esta profissão que por vezes não é fácil.

No meu estágio foi preocupação permanente adquirir atitudes e comportamentos que me permitiram agir como agente de mudança e inovação, numa perspetiva crítica e criativa, procurando mostrar sempre coerência entre valores e ideias.

Tendo em conta todos os conhecimentos adquiridos e todas as aprendizagens consolidadas, penso que desempenhei o papel enquanto professor estagiário da melhor forma possível. Tentei ser sempre, ao longo de todo o ano letivo, um professor justo e rigoroso, com demonstração/imposição de respeito e organização, proporcionando aos meus alunos o máximo de segurança possível. Na leção das aulas tendo em conta as várias características de cada aluno, incluindo sempre os alunos com Necessidades Educativas Especiais, facultando exercícios de progressão de acordo com as suas necessidades gerais.

Considero que o facto de ter alunos com necessidades educativas especiais em ambas as turmas que lecionei, foi deveras uma mais-valia, em virtude destes alunos complementarem e enriquecerem a turma no seu todo com as suas diferenças inerentes às suas problemáticas, apesar de não serem graves. Concordo com a Declaração de Salamanca quando diz que na escola inclusiva todos os alunos têm o seu lugar e as escolas devem ajustar-se a “ (...) todas as crianças, independentemente das suas condições sociais, linguísticas ou outras. Neste contexto, terão de incluir-se crianças deficientes ou sobredotadas, crianças de rua ou crianças que trabalham, crianças de populações remotas ou nómadas, crianças de minorias linguísticas, étnicas ou culturais e crianças de áreas ou grupos desfavorecidos ou marginais.” (Declaração de Salamanca, 1994).

Ao longo deste estágio, denoto a sua extrema importância para a minha formação e futura vida profissional. Sinto-me assim preparado para ingressar profissionalmente na minha área (Educação Física), podendo instruir os meus alunos de uma melhor forma, contribuindo assim para a sua formação escolar, pessoal e social. Penso estar preparado para exercer a profissão de forma digna e responsável, dando continuidade à atualização de conhecimentos de forma a proporcionar o melhor ensino-aprendizagem aos meus futuros alunos.

O Desporto Escolar foi uma atividade que mais prazer me deu em desenvolver, não só pelo facto de me sentir à vontade na modalidade (natação), mas porque consegui adquirir ainda mais conhecimentos sobre a mesma, conseguindo desenvolver competências nos alunos e posteriormente

os mesmos terem alcançado ótimos lugares na competição. Tentei sempre arranjar novas estratégias de ensino para que os conteúdos transmitidos fossem cada vez mais facilmente assimilados.

Uma das dificuldades sentidas no decorrer da leção foi relativamente à avaliação, isto porque na minha formação inicial não tive esta oportunidade, no entanto com a ajuda do meu orientador e através de vários procedimentos, consegui ultrapassar esta fase, concluindo cada avaliação com rigor, seriedade e principalmente ser justo na atribuição de notas aos alunos nas diversas modalidades e competências.

No final do ano letivo, na penúltima semana de aulas sofri uma lesão, quando preparava os campos de badminton com os meus alunos. Um dos postes que continha rede que ao enrolar-se na rede de um outro poste, veio disparado e embateu no meu pé direito, provocando-me uma fratura na extremidade do dedo do pé. Saliento que infelizmente este episódio também serviu de aprendizagem para que futuramente devo ter mais cuidado para que situações destas não se repitam.

Fazendo um balanço global, posso dizer que aprendi que existem inúmeras formas de conseguir passar a mensagem, informações que pretendemos, e daí pode resultar o nosso sucesso ou insucesso, e daí também a motivação ou despreocupação dos alunos para a prática. Pretendo contribuir para uma escola de sucesso e com alunos motivados.

Assim, espero que na vida futura tenha a oportunidade, de partilhar esta experiência e conhecimentos, com os meus alunos e recordar para sempre este ano letivo como o primeiro de muitos. Esta foi sem dúvida, uma experiência muito gratificante e da qual guardo e guardarei as melhores recordações.

5. Bibliografia

- Autarquia de Castelo Branco (2015). Obtido de Câmara Municipal de Castelo Branco: <http://www.cm-castelobranco.pt/>
- Bento, J. O.(2003). Planeamento e avaliação em educação física. Lisboa: Livros Horizonte.
- Declaração de Salamanca (1994) - Documento adaptado pela conferência Mundial da UNESCO sobre Necessidades Educativas Especiais: Acesso e qualidade.
- Ferreira, A. (2010). Relatório de Estágio Profissional. Porto: A. Ferreira. Relatório de Estágio Profissional para apresentação do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- IGE, D. R. (2015). Obtido de Ministério da Educação: http://www.ige.min-edu.pt/upload/AEE_2010_DRC/AEE_10_ES3_Amato_Lusitano_R.pdf
- Marques, R. (1994). O Diretor de Turma/ O Orientador de Turma - Estratégias e Atividades. Lisboa: Texto Editora.
- Matos & Graça (1988). Desporto Saúde Bem Estar. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física (pp 311-317)
- Nassar, S.P. (1993). O Professor-ator ou o jogo da sedução na relação professor-aluno. Rio de Janeiro: S.P. Nassar. Dissertação apresentada ao Instituto de Estudos Avançados em Educação. Rio de Janeiro.
- Programa Anual do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano do ano letivo 2014/2015.
- Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano referente ao ano letivo 2014/2015. Obtido de Agrupamento de Escola Amato Lusitano: <http://aeamatolusitano.edu.pt/site/index.php>
- Referências Legislativas Portugal. Decreto Resulamentar n.º 10/99

- Regulamento de estágio pedagógico de Educação Física. Departamento de Ciências do Desporto. Universidade da Beira Interior.
- Siedentop, D. (1996). Physical Education and educational reform: the case of sport education. In: Silverman S, Ennis (eds) Student learning in physical education. Human Kinetics, Champaign, Ill.

Capítulo 2 - A motivação e os motivos que levam os alunos a não praticar desporto escolar

Introdução

O desporto é visto nas crianças como um bem essencial, ajudando-as a estarem mais ativas e quanto mais exercício praticam maior a performance académica. O interesse que o desporto tem vindo a alcançar na nossa sociedade, em todos os seus contextos, pressupõe a necessidade de aumentar de forma significativa, não só os estudos sobre os motivos que levam as pessoas a envolverem-se nas atividades desportivas, mas também os motivos que as levam a não se envolverem. Veiga et. al (2009)

Com a evolução da Humanidade houve também a necessidade de se aperfeiçoarem modelos de educação e criar espaços desportivos mais atraentes pois, sendo a atividade física um dos maiores contributos para um estilo de vida saudável é necessário cativar desde tenras idades os indivíduos para uma vida ativa, longe da monotonia e da sedentariedade. Assim, é na escola que o aluno passa parte do dia e é nela que se devem formar/criar novos hábitos desportivos, por isso, nesta introdução é pretendido analisar à luz de outros autores, a presença do Desporto Escolar na vida dos estudantes, mais especificamente, em alunos desde o 5º ao 7º ano de escolaridade.

O Desporto Escolar é um processo eminentemente educativo e pedagógico, sendo pois uma questão do Sistema Educativo e não do Sistema Desportivo. A escola, centro do desenvolvimento da prática desportiva educativa, deve assegurar uma verdadeira formação desportiva a todos os alunos e assumir o desporto escolar como um verdadeiro elemento do seu projeto educativo (Mota, 2003, citado por Vieira, 2008).

Segundo o estudo de Rebelo (1999), uma das vertentes manifestamente perfilhadas pelo desporto como atividade humana é a que se orienta para a criação de hábitos de vida saudável, o que reclama (Matos e Graça,1988, p.314) que "a atividade tem que ser gratificante, isto é, tem que despertar alegria, prazer e ser vivida com sucesso".

Apesar de serem reconhecidos os benefícios do Desporto Escolar (Jorge Sousa, 2006), existe uma reduzida participação dos alunos nessas atividades e é um campo que necessita de mais investigação neste domínio, uma vez que o mesmo pode desempenhar um papel fundamental na iniciação desportiva de muitos dos nossos jovens. Por isso, parece-nos essencial compreender o impacto das mesmas nos jovens que delas usufruem.

No desporto, de acordo com Lima (2000), "a eliminação precoce das crianças e dos jovens consiste na reprovação antecipada dos candidatos a atletas, sem esperar que cada um deles manifeste, de facto, um nível de desenvolvimento de capacidades e qualidades, só

possível através de uma efetiva participação em atividades físicas e desportivas, que são o motor desse mesmo desenvolvimento”.

Segundo Bento (2004), afirma que o papel do professor de EF, enquanto agente cativo do processo, passa por transmitir princípios e valores do jogo, assim como fazê-los perdurar ao longo da vida dos praticantes, tais como: agir, segundo as regras do jogo, consideração e respeito pelo adversário e pelo árbitro, adquirir o hábito de assumir responsabilidades e aceitar críticas pelo nível de cumprimento das tarefas, entre outros.

Na escola, o aluno pode abandonar o Desporto Escolar devido ao horário não compatível, falta de compreensão por parte de alguns professores, entre outros.

Quanto ao meio envolvente, o aluno poderá desistir devido às más condições de acessibilidade e transporte para a escola, solicitações exteriores à escola (cafés, salas de jogos), entre outros.

Relativamente aos motivos que conduzem à prática desportiva, a pesquisa tem encontrado um diverso número de motivos, incluindo divertimento, aspetos sociais e desenvolvimento de habilidades (Januário et. al., 2012)

Também Serpa (1992) citado por Januário et. al (2012), pesquisou os motivos que levaram 175 jovens (85 rapazes e 90 raparigas), com idades entre os 10 e os 15 anos, a envolverem-se numa atividade desportiva. Os motivos mais frequentemente apontados foram: Estar em boa condição física, trabalhar em equipa, aprender novas técnicas, espírito de equipa, fazer exercício, manter a forma, atingir um nível desportivo mais elevado, melhorar as capacidades técnicas e fazer novas amizades.

O estudo realizado por Ullrich-French e Smith (2006) citado por Januário et. al, com uma amostra de 1719 jogadores de futebol, de ambos os sexos e com idades variando de 12 a 19 anos, concluiu que o bom relacionamento e aceitação pelos pares ou pelos pais, fazem com que os adolescentes sintam um maior prazer pela atividade praticada.

No artigo de Carvalho, Soares et al. (2013), pretende-se perceber quais os motivos que levam os alunos a praticar Desporto Escolar e identificar os diferentes motivos que levam à prática dos alunos do 3º Ciclo e secundário. Depois de analisados os resultados, percebeu-se que os parâmetros “melhorar as capacidades”, “diversão”, “aprender novas habilidades” e “estar em boa forma física” foram os motivos que mais levaram à prática do Desporto Escolar. É a motivação que direciona as atitudes do ser humano, podendo fazer com que coisas indesejáveis se tornem aceitáveis ou ainda, desejáveis.

Apesar de serem reconhecidos os benefícios do Desporto Escolar, existe uma reduzida participação dos alunos nessas atividades e é um campo que necessita de mais investigação neste domínio, uma vez que o mesmo pode desempenhar um papel fundamental na iniciação desportiva de muitos dos nossos jovens. Por isso, parece-nos essencial compreender o impacto das mesmas nos jovens que delas usufruem.

Face ao que já foi referido e com base na importância que o Desporto Escolar tem vindo a assumir nas escolas de há uns anos atrás, neste estudo procuramos tentar compreender a importância do processo motivacional para a prática desportiva dos alunos,

neste caso, no âmbito do Desporto Escolar. Numa primeira parte deste trabalho, é preconizado que se entendam as motivações que os alunos têm perante a intenção (ou não intenção) de praticar Desporto Escolar. Por outro lado, é pretendido perceber quais os motivos que levaram os alunos a nunca praticar, a praticar e a abandonar o Desporto Escolar.

Com estas relações tentar-se-à perceber quais as modalidades favoritas dos alunos e, desta forma, o Agrupamento de Escolas Amato Lusitano saberá quais as atividades a apostar para um futuro próximo.

Método

A amostra deste estudo é uma amostragem não-causal, sendo utilizado o método de amostragem por conveniência, visto que os participantes serão selecionados tendo em conta e em ponderação a amostra disponível, a prática e a não prática de desporto escolar, gerados em três grupos distintos: os que participam no desporto escolar, os que já participaram e agora não participam e os que nunca participaram. Estes grupos obtêm-se através de uma população alvo que vai do 5º ao 9º ano de escolaridade no Agrupamento de Escolas Amato Lusitano.

Antes da aplicação dos questionários, foram consultados dados relativos a Ética na aplicação do questionário, para que nada fosse contra as regras e para que pudesse ser considerado válido. Após isso, foi realizado uma breve palestra para os alunos, realizada pelos professores que elaboraram este artigo, que iriam responder aos questionários, informando-os que questionários iriam ser aplicados e qual a sua finalidade, para além disso, foram também informados que deveriam responder de forma sincera e sem pressão, sendo os resultados anónimos e confidenciais. Assim sendo, foram distribuídos em folhas de papel os questionários, consoante o grupo em que se inseriam, “praticaram e já não praticam” “praticam” ou “nuna praticaram”, sendo o cabeçalho de cada um dos questionários aplicados, necessário preencher alguns dados, tais como a idade, o género, ano de escolaridade, a modalidade favorita e a modalidade praticada).

Estes questionários foram aplicados numa aula de educação física, previamente cedida pelo professor da disciplina e da turma, sendo necessário apenas 45 minutos.

Amostra

A amostra foi composta por 524 alunos, 173 rapazes e 127 raparigas. Estes alunos foram distribuídos por 3 grupos, sendo que 163 já participaram no Desporto Escolar mas abandonaram esta atividade, 203 alunos nunca participaram no Desporto Escolar e 158 alunos ainda participam no Desporto Escolar.

Analisando a amostra por Ano de escolaridade, pode-se constatar que a maior parte dos alunos (68.1%) frequentam o 5º, 6º e 7º Ano (Tabela 9).

Tabela 9 Distribuição dos alunos quanto ao Ano de Escolaridade

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|-------|------------|-------------|
| Válido | 5º | 118 | 22,5 |
| | 6º | 117 | 22,3 |
| | 7º | 122 | 23,3 |
| | 8º | 81 | 15,5 |
| | 9º | 86 | 16,4 |
| | Total | 524 | 100,0 |

No que respeita ao género, verifica-se que a distribuição é bastante homogênea

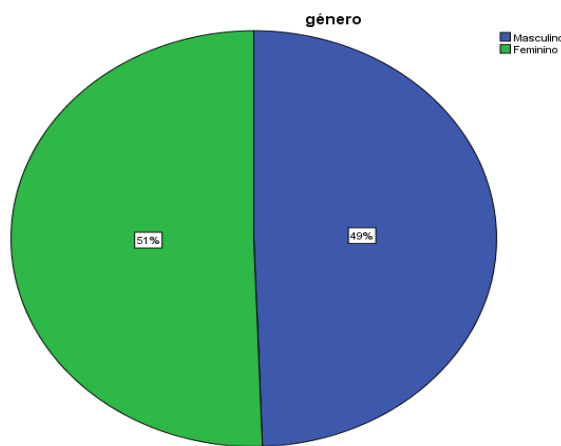
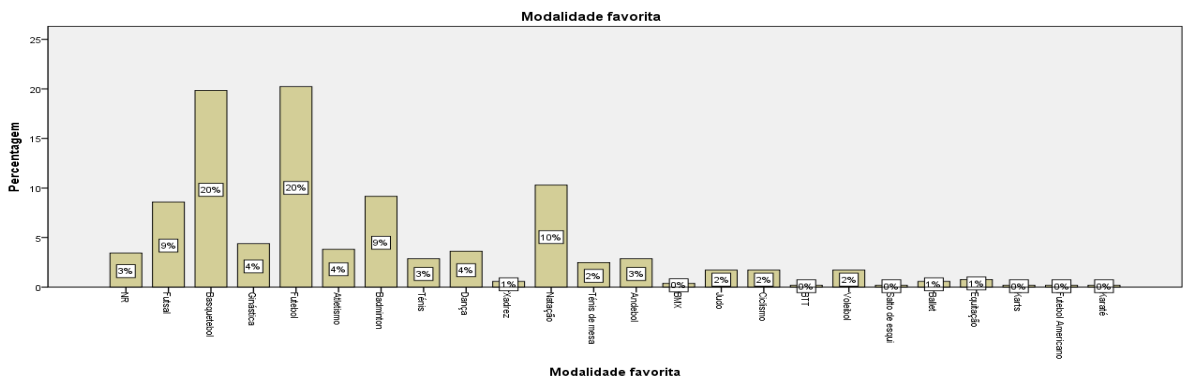


Figura 12 Distribuição quanto ao género

Quanto ao local de residência observou-se que 82% da população inquirida reside na cidade. Algo que não surpreende, uma vez que o Agrupamento de Escolas a que os alunos pertencem, situa-se em Castelo Branco. As modalidades favoritas assinaladas pelo maior número de estudantes foram o Futebol e o Basquetebol. Situação que nos parece normal, dado que são estas as modalidades que a cidade de Castelo Branco oferece em maior número (Tabela 10).

Tabela 10 Modalidades favoritas dos alunos



Quanto à modalidade mais praticada no Desporto Escolar, Futsal, Badminton e Ténis de mesa são as modalidades mais praticadas. De referir que este item foi avaliado numa amostra de 321 alunos, uma vez que 203 estudantes nunca participaram no Desporto Escolar (Tabela 11).

Tabela 11 Modalidades praticadas pelos alunos

| | | Frequência | Percentagem |
|---------|---------------|------------|-------------|
| Válido | NR | 45 | 8,6 |
| | Futsal | 64 | 12,2 |
| | Basquetebol | 6 | 1,1 |
| | Ginástica | 2 | ,4 |
| | Futebol | 2 | ,4 |
| | Atletismo | 5 | 1,0 |
| | Badminton | 66 | 12,6 |
| | Ténis | 1 | ,2 |
| | Dança | 21 | 4,0 |
| | Xadrez | 27 | 5,2 |
| | Natação | 32 | 6,1 |
| | Ténis de mesa | 43 | 8,2 |
| | Judo | 6 | 1,1 |
| | Ciclismo | 1 | ,2 |
| | Total | 321 | 61,3 |
| Ausente | Sistema | 203 | 38,7 |
| Total | | 524 | 100,0 |

Instrumentos

Foi pedido aos participantes de cada um dos três grupos que respondessem a diversos questionários: a) grupo que praticava Desporto Escolar (QMPD, QOD-SOQ); b) grupo que praticou Desporto Escolar e agora já não pratica (QRAPDE); e c) grupo que nunca praticou desporto escolar (IMAAD). Foi também pedido que respondessem a um questionário onde indicavam os dados demográficos (idade, género, local de residência, escalão, ano de escolaridade, profissão dos pais e modalidade favorita vs modalidade praticada).

Neste estudo utilizou-se o *QMPD*, é uma versão portuguesa adaptada e traduzida por Cruz e colaboradores (Cruz, 1988), baseada num instrumento inicialmente concebido e desenvolvido por Gill et Al. (1983).

O *QMPD* possui 30 razões par a prática desportiva referente ao desporto escolar (que é o motivo deste estudo), e em cada uma das respostas, os alunos poderão responder uma das três respostas possíveis: 1) Muito Importante; 2) Mais ou menos importante; 3) Pouco importante para a prática do desporto escolar. Na versão original deste questionário, o *QMPD* avalia sete fatores de motivação para a prática desportiva: a) Motivação para a

realização/estatuto; b) orientação para a equipa; c) forma física; d) descarga de energia; e) Desenvolvimento de Capacidades; f) Amizade/Afiliação; e g) Divertimento/Recreação.

Utilizar-se-á também o questionário *QOD-SOQ* (questionário de orientação desportiva), traduzido e adaptado igualmente por Cruz et Al. (1993) do questionário original de Gill e Deelee (1988), que pretende, através de 25 itens, avaliar três dimensões ou fatores de orientação desportiva somente a praticantes do desporto escolar: a) Competitividade, composta por 13 itens; b) Orientação para a vitória, composta por 6 itens; e c) Orientação para os objetivos, composto também por 6 itens. A escala de resposta será de 1 a 5, sendo o 1 “Concordo totalmente” e o 5 “Discordo totalmente”.

Outro questionário utilizado será o *QRAPDE* (questionário de razões para o abandono do desporto escolar), adaptado por Cruz et Al. (1988,1995) e será aplicado somente a ex-praticantes de desporto escolar que deverão responder a um total de 36 itens de razões e/ou motivos para o tal abandono. Essa resposta far-se-á numa escala com 3 pontos, sendo o primeiro a resposta “Pouco importante”; a segunda “ Mais ou menos importante”; e a terceira “Muito importante”.

Para os alunos que nunca praticaram desporto escolar, foi utilizado o questionário *IMAAD*, desenvolvido por Pereira e Vasconcelos-Raposo (1997), é formado por 39 itens, precedido pela afirmação “Eu não pratico atividades desportivas porque...”. É constituído por 5 factores: Factor 1 - Aversão desportiva/Insatisfação, factor 2 - Estética/Incompetência, factor 3 - Falta de apoio/Condições, factor 4 - Desinteresse pelo esforço físico e o factor 5 - Falta de tempo. As respostas são dadas numa escala do tipo Likert, sendo que o 1 representa “discordo plenamente”, 2 “discordo”, 3 “nem concordo nem discordo”, 4 “concordo” e 5 “concordo plenamente”.

Procedimentos

Este estudo foi realizado no Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, a amostra foi constituída por 524 alunos de ambos os géneros, inscritos do 5º ao 9º ano de escolaridade. Foram admitidos todos os alunos, tenham reprovado ou não, independentemente da sua situação socioeconómica, de residência e escalão.

A recolha dos dados foi aplicada por turma, numa aula de Educação Física, previamente cedida pelo professor da disciplina e da turma, sendo necessário apenas 45 minutos de aula. Consoante a resposta dos alunos era distribuído um tipo de questionário, a amostra dividiu-se em três grupos. O grupo da não pratica no Desporto Escolar era constituído por 203 alunos, no grupo da prática pertenciam 158 alunos e o último grupo dos alunos que já abandonaram o Desporto Escolar era constituído por 163 alunos.

Para a realização do estudo foi necessário uma autorização do Diretor do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, autorização dos Professores de Educação Física de cada turma e, também, uma auroização dos Encarregados de Educação. Os investigadores garantiram o anonimato e a confidencialidade dos dados reativos ao estudo, é de referir que os alunos voluntariaram-se para a realização e recolhas dos dados.

Por fim, é de salientar que a aplicação dos questionários foi realizada pelos investigadores do estudo.

Análise estatística

Os dados foram sujeitos a um tratamento qualitativo - descritivo, pois são respostas dadas pelos alunos e não numéricas. Na análise dos dados sobre o questionário da não prática do Desporto Escolar será efetuada a contagem das questões que tinham maior moda de respostas com valor de “concordo” e “concordo plenamente”, pois serão estas que indicaram quais os principais motivos dos alunos para não realizarem atividades no Desporto Escolar. Relativamente ao questionário sobre a prática, contabilizou-se as questões que tinham mais vezes as respostas “totalmente importante”. No questionário para a avaliação dos motivos que levam os alunos a abandonar o Desporto Escolar foi constituído por 36 questões com 3 possibilidades de resposta. No entanto só interessava para o estudo procurar perceber e avaliar o número de questões que tinham obtido o maior número de respostas na opção “Muito importante”.

Analisou-se apenas estas respostas porque percebeu-se que seriam estas, que simbolizariam e indicariam os principais motivos dos alunos relativamente á prática, á não prática e ao abandono no Desporto Escolar.

Para o tratamento estatístico recorreu-se ao programa IBM SPSS Statistics 22, em que foram utilizadas Tabelas de Frequência, relacionando as várias variáveis estudadas nesta investigação. É de salientar que os questionários foram analisados por tipo, ou seja em separado. As variáveis analisadas foram o Número de Questionário, idade, género, ano de escolaridade, modalidade favorita, modalidade praticada e as várias questões dos questionários.

Resultados

Dos 163 alunos que responderam ao questionário “já participaram no Deporto Escolar mas abandonaram esta atividade”, 54.6% pertenciam ao género feminino. As idades dos inquiridos varia entre 10 e 16 anos, sendo que 88.9% tinham 14 anos ou menos e 58.3% frequentavam o 3º Ciclo. O ano de escolaridade com menor número de alunos inquiridos foi o 8º Ano, com apenas 11%, contrariamente, os anos de escolaridade com maior número de inquiridos foram o 5º e 7º Ano, ambos com 25.2%.

No que respeita à modalidade favorita verificou-se (Quadro 4) que os alunos tinham preferências muito distintas, uma vez que foram mencionadas 18 modalidades. As modalidades favoritas com maior expressão foram o Basquetebol (22.1%), o Futebol (17.8%) e a Natação (8%). Salienta-se ainda a Ginástica, o Badminton e a Dança como modalidades favoritas para 7.4% dos inquiridos.

Tabela 12 Distribuição das modalidades favoritas

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|----------------|------------|-------------|
| Válido | NR | 1 | ,6 |
| | Futsal | 7 | 4,3 |
| | Basquetebol | 36 | 22,1 |
| | Ginástica | 12 | 7,4 |
| | Futebol | 29 | 17,8 |
| | Atletismo | 10 | 6,1 |
| | Badminton | 12 | 7,4 |
| | Tênis | 8 | 4,9 |
| | Dança | 12 | 7,4 |
| | Natação | 13 | 8,0 |
| | Tênis de mesa | 2 | 1,2 |
| | Andebol | 4 | 2,5 |
| | Judo | 4 | 2,5 |
| | Ciclismo | 4 | 2,5 |
| | BTT | 1 | ,6 |
| | Voleibol | 5 | 3,1 |
| | Salto de esqui | 1 | ,6 |
| | Ballet | 1 | ,6 |
| | Equitação | 1 | ,6 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Os estudantes inquiridos mencionaram 13 modalidades praticadas no âmbito do Desporto Escolar (Quadro 5). A modalidade praticada pelo maior número de alunos foi o Badminton (21.5%) seguindo-se a Dança (12.9%). O Futsal e o ténis de mesa surgem em terceiro lugar com 11%.

Tabela 13 Distribuição das modalidades praticadas no DE

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|-------------|------------|-------------|
| Válido | NR | 36 | 21,5 |
| | Futsal | 18 | 11,0 |
| | Basquetebol | 3 | 1,8 |
| | Ginástica | 1 | ,6 |
| | Futebol | 1 | ,6 |
| | Atletismo | 3 | 1,8 |
| | Badminton | 35 | 21,5 |
| | Tênis | 1 | ,6 |
| | Dança | 21 | 12,9 |
| | Xadrez | 14 | 8,6 |
| | Natação | 6 | 3,7 |

| | | |
|---------------|-----|-------|
| Tênis de mesa | 18 | 11,0 |
| Judo | 6 | 3,7 |
| Ciclismo | 1 | ,6 |
| Total | 163 | 100,0 |

O questionário para a avaliação dos motivos que levam os alunos a abandonar o Desporto Escolar era constituído por 36 questões com 3 possibilidades de resposta: “Pouco importante”, “Mais ou menos importante” e “Muito importante”. A análise do questionário iniciou-se procurando avaliar o número de questões que tinham obtido o maior número de respostas na opção “Muito importante”.

Surpreendentemente, apenas a questão “Interessei-me por outros passatempos” obteve o maior número de respostas na opção “Muito importante” para 35% dos inquiridos (Quadro 6). Salienta-se no entanto que para 34% dos inquiridos aquele motivo era pouco importante e para 31% “Mais ou menos importante”.

Tabela 14 percentagem da pergunta “Interessei-me por outros passatempos”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 56 | 34,4 |
| | Mais ou menos importante | 50 | 30,7 |
| | Muito importante | 57 | 35,0 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Da análise do questionário, constatou-se que os principais motivos que levaram os alunos a abandonar o Desporto Escolar foram: a falta de tempo, a atribuição de maior importância ao estudo que à prática desportiva, a oferta desportiva oferecida pela Escola não estava adequada aos interesses dos estudantes e o interesse dos alunos por outros passatempos, tendo em conta os dados apresentados por, pelo menos, 25% dos estudantes assinalando a opção “Muito importante” nas questões: “Não tinha tempo”, “Tinha outras coisas para fazer”, “Estudar é mais importante do que praticar desporto”, “Não existia a minha modalidade preferida”, “Não me divertia, nem tinha prazer” e “Interessei-me por outros passatempos”.

Tabela 15 Pergunta “Não tinha tempo”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 47 | 28,8 |
| | Mais ou menos importante | 73 | 44,8 |
| | Muito importante | 43 | 26,4 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Tabela 16 Pergunta “Tinha outras coisas para fazer”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 43 | 26,4 |
| | Mais ou menos importante | 77 | 47,2 |
| | Muito importante | 43 | 26,,4 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Tabela 17 Pergunta “Estudar é mais importante do que praticar desporto”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 32 | 19,6 |
| | Mais ou menos importante | 76 | 46,6 |
| | Muito importante | 55 | 33,7 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Tabela 18 Pergunta “Não existia a minha modalidade favorita”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 81 | 49,7 |
| | Mais ou menos importante | 39 | 23,9 |
| | Muito importante | 43 | 26,4 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Tabela 19 Pergunta “Não me divertia, nem tinha prazer”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 84 | 51,5 |
| | Mais ou menos importante | 38 | 23,3 |
| | Muito importante | 41 | 25,2 |
| | Total | 163 | 100,0 |

Ainda da análise do questionário, constata-se que a maioria dos alunos não praticou, no Desporto Escolar, a sua modalidade favorita, uma vez que apenas a Dança e o Ténis de Mesa foram as exceções. De realçar que 7 modalidades favoritas dos alunos não foram praticadas por nenhum dos inquiridos, provavelmente por não serem oferecidas nas atividades do Desporto Escolar. O facto de os estudantes não praticarem a sua modalidade preferida pode ter contribuído para o abandono do Desporto Escolar. Quando as modalidades favoritas não são oferecidas pela escola, pode levar os alunos a procurá-las fora do seio escolar.

Tabela 20 Percentagem de alunos que praticaram a sua modalidade favorita

| Modalidade Favorita | % de alunos |
|---------------------|-------------|
| Futsal | 42,9% |
| Basquetebol | 5,6% |
| Ginástica | 8,3% |
| Futebol | 3,4% |
| Atletismo | 10% |
| Badminton | 33,3% |
| Ténis | 12,5% |
| Dança | 58,3% |
| Natação | 7,7% |
| Ténis de Mesa | 50% |
| Ciclismo | 25% |

No que diz respeito à motivação dos participantes no Desporto Escolar foram contabilizados 158 alunos, sendo que 65.2% são do género masculino e 34.8% pertencem ao género feminino. (Figura 13)

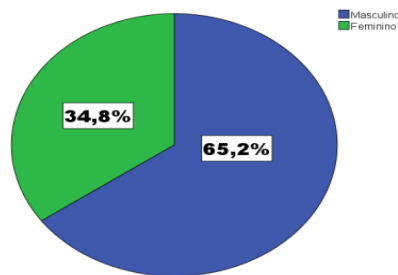


Figura 13 Percentagem por género

No que respeita às modalidades mais praticadas no Desporto Escolar (Figura 14) verificou-se que a modalidade mais praticada é “Futsal” com uma percentagem de 28.5%, seguida pela modalidade “Badminton” com 19.6%, “Natação” com 16.5% e “Ténis de Mesa” com 15.8%. Observou-se ainda que foi mencionada, com alguma relevância, a modalidade de Xadrez, referida por 8.2% dos estudantes.

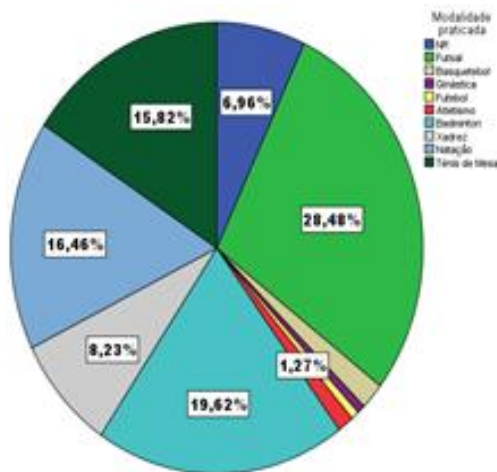


Figura 14 Percentagem das modalidades praticadas

Constata-se que das modalidades maioritariamente praticadas, na sua maioria, são individuais 51.9% (Badminton com 19.6%, Natação com 16.5% e Ténis de Mesa com 15.8%). O Futsal é a única modalidade coletiva com expressividade nas respostas (28.5%).

No que respeita à motivação dos participantes no Desporto Escolar, constatou-se que mais de 50% dos alunos assinalaram a opção “Totalmente importante” nas questões “Quero melhorar as minhas capacidades”, “Quero estar com os meus amigos”, “Gosto de vencer”, “Quero dar largas à minha energia”, “Gosto de viajar”, “Quero manter-me em forma”, “Gosto da excitação que a modalidade me oferece”, “Gosto do trabalho em equipa”, “Quero aprender novas técnicas”, “Gosto de fazer novos amigos”, “Gosto de fazer alguma coisa em que seja bom”, “Gosto das recompensas que o desporto me traz”, “Gosto de fazer exercício físico”, “Gosto de ter alguma coisa para fazer”, “Gosto de ação”, “Gosto do espírito de equipa”, “Gosto de estar fora de casa”, “Gosto de competir”, “Gosto de me sentir importante”, “Gosto de fazer parte de uma equipa”, “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo”, “Quero ser fisicamente saudável”, “Gosto do desafio que a competição me oferece”, “Gosto dos treinadores/professores”, “Quero que os outros me vejam como um bom atleta”, “Gosto de me divertir” e “Gosto de usar equipamentos desportivos”.

Salienta-se que as três questões, consideradas pelos alunos, como mais importantes para a prática do desporto escolar foram as questões “Gosto de me divertir” com 76.6% de respostas, “Quero ser fisicamente saudável” com 72.8% de respostas e “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo”.

Tabela 21 Pergunta “Gosto de me divertir”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 3 | 1,9 |
| | Importante | 9 | 5,7 |
| | Mais ou menos importante | 25 | 15,8 |
| | Muito importante | 121 | 76,6 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 22 Pergunta “Quero ser fisicamente saudável”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 3 | 1,9 |
| | Importante | 13 | 8,2 |
| | Mais ou menos importante | 27 | 17,1 |
| | Muito importante | 115 | 72,8 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 23 Pergunta “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|--------------------------|------------|-------------|
| Válido | Pouco importante | 2 | 1,3 |
| | Importante | 10 | 6,3 |
| | Mais ou menos importante | 32 | 20,3 |
| | Muito importante | 114 | 72,2 |
| | Total | 158 | 100,0 |

É de referir que as questões “Os pais ou melhores amigos querem que eu jogue” e “Quero acalmar a minha tensão” foram assinaladas, por mais de 50% dos inquiridos, com a opção “Muito importante”. Já a vontade de ser popular foi desvalorizada pelos inquiridos, uma vez que 50% dos estudantes assinalaram a opção “Nada importante” na questão “Quero ser popular”. As restantes respostas como não obtiveram maioria, em nada contribuíam para o nosso estudo, pelo que, não são mencionadas.

Quanto ao questionário de orientação desportiva, pretendeu-se avaliar as reações e situações dos estudantes em relação ao desporto e à competição e constatou-se que a resposta positiva mais dada em cada uma das questões foi a resposta “Concordo Totalmente” que englobou as perguntas “Sou um desportista determinado”, “Sou uma pessoa competitiva”, “Estabeleço objetivos próprios quando estou a competir”, “Tento vencer com muito empenho”, “Marcar mais pontos que o adversário é muito importante para mim”, “Fico na expectativa para competir”, “Sou mais competitivo quando estabeleço objetivos pessoais”, “Gosto de competir contra os outros Supero-me nas competições”, “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico”, “O meu objetivo é ser o melhor atleta possível”, “Quero ter sucesso no desporto”, “Executar da melhor maneira é muito importante para mim”, “Trabalho muito para ter sucesso no desporto”, “O melhor teste para a minha capacidade é competir contra os outros”, “Alcançar objetivos a nível pessoal é muito importante para mim”, “Fico na expectativa de ter oportunidade de testar a minha habilidade em competição”, “Sinto a maior alegria do mundo quando venço”, “Tenho um melhor desempenho quando estou em competição contra os outros”, “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo” e “Eu quero ser sempre o melhor quando estou em competição”.

Para as restantes respostas, como não obtiveram maioria, em nada contribuíam para o nosso estudo, pelo que, não são mencionadas.

Percebemos pelos seguintes quadros que o sentimento mais importantes durante a prática do Desporto Escolar, tendo como mais respostas “Concordo Totalmente”, as respostas “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico” com 74.1% das respostas, seguida por “Tento vencer com muito empenho” com 76.6% de respostas, “Quero ser fisicamente saudável” com 64.6% de respostas e “Trabalho muito para ter sucesso no desporto” com 63.3% de respostas. Observamos também as respostas “Executar da melhor maneira é muito

importante para mim” com 59.5% e “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo” com 59.5% das respostas.

Tabela 24 Pergunta “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|---------------------|------------|-------------|
| Válido | Concordo Totalmente | 117 | 74,1 |
| | Concordo em parte | 23 | 14,6 |
| | Indiferente | 15 | 9,5 |
| | Discordo em parte | 1 | ,6 |
| | Discordo Totalmente | 2 | 1,3 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 25 Pergunta “Trabalho muito para ter sucesso no desporto”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|---------------------|------------|-------------|
| Válido | Concordo Totalmente | 100 | 63,3 |
| | Concordo em parte | 34 | 21,5 |
| | Indiferente | 20 | 12,7 |
| | Discordo em parte | 4 | 2,5 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 26 Pergunta “Tento vencer com muito empenho”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|---------------------|------------|-------------|
| Válido | Concordo Totalmente | 102 | 64,6 |
| | Concordo em parte | 40 | 25,3 |
| | Indiferente | 9 | 5,7 |
| | Discordo em parte | 4 | 2,5 |
| | Discordo Totalmente | 3 | 1,9 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 27 Pergunta “Executar da melhor maneira é muito importante para mim”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|---------------------|------------|-------------|
| Válido | Concordo Totalmente | 94 | 59,5 |
| | Concordo em parte | 46 | 29,1 |
| | Indiferente | 15 | 9,5 |
| | Discordo em parte | 3 | 1,9 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Tabela 28 Pergunta “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|---------------------|------------|-------------|
| Válido | Concordo Totalmente | 94 | 59,5 |
| | Concordo em parte | 39 | 24,7 |
| | Indiferente | 21 | 13,3 |
| | Discordo em parte | 2 | 1,3 |
| | Discordo Totalmente | 2 | 1,3 |
| | Total | 158 | 100,0 |

Após a recolha da informação sobre a modalidade praticada e a modalidade favorita, cruzámos os resultados numa tabela cruzada (Tabela 29) e obtivemos os resultados apresentados.

Tabela 29 Tabela cruzada - Modalidade favorita vs Modalidade Praticada

| Modalidade favorita | NR | Modalidade praticada | | | | | | | | | | Total | |
|---------------------|----|----------------------|-------------|-----------|---------|-----------|-----------|--------|---------|---------------|----|-------|----|
| | | Futsal | Basquetebol | Ginástica | Futebol | Atletismo | Badminton | Xadrez | Natação | Ténis de Mesa | | | |
| NR | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Futsal | 4 | 16 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 1 | 0 | 3 | 1 | 25 |
| Basquetebol | 2 | 2 | 2 | 0 | 1 | 0 | 0 | 7 | 2 | 1 | 0 | 3 | 20 |
| Ginástica | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 3 |
| Futebol | 1 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 1 | 3 | 0 | 9 | 38 |
| Atletismo | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| Badminton | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17 |
| Ténis | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 3 |
| Dança | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Xadrez | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 |
| Natação | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 18 | 0 | 0 | 19 |
| Ténis de Mesa | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9 | 10 |
| Andebol | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 5 |
| BMX | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 2 |
| Judo | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 1 | 0 | 0 | 5 |
| Ciclismo | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 |
| Voleibol | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Karts | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| Total | 10 | 46 | 3 | 1 | 1 | 2 | 31 | 13 | 26 | 25 | 25 | 158 | |

Nesta tabela apuramos que as modalidades favoritas, na maior parte das vezes, não estava de acordo com a modalidade praticada.

Assim, observamos que 66 alunos praticam a modalidade que preferem, estando dispersos pelas modalidades de Futsal (16 alunos), Basquetebol (2 alunos), Ginástica (1 alunos), Atletismo (1 aluno), Badminton (16 alunos), Xadrez (3 alunos), Natação (18 alunos) e Ténis de Mesa (9 alunos); observamos também que 73 alunos não praticam a modalidade que preferem, encontrando-se divididos pelas modalidades de Futsal (30 alunos), Basquetebol (1 aluno), Atletismo (1 aluno), Badminton (13 alunos), Xadrez (7 alunos), Natação (5 alunos) e Ténis de Mesa (16 alunos). É de observar que diversos alunos não indicaram qualquer tipo de resposta para uma das questões ficando, à partida, não contabilizados em nenhuma das opções acima indicadas.

Relativamente ao questionário que diz respeito à não prática dos alunos no Desporto Escolar, caracterizou-se a amostra a partir dos dados da idade, género, ano de escolaridade, local de residência e modalidade favorita.

Através da análise, observa-se que dos 203 alunos que responderam a este inquérito, 59.6% pertenciam ao género feminino e 40.4% ao género masculino. Quanto à idade, existe uma maior percentagem nos 11 anos com 22.2%, sendo que apenas 1 aluno tem 18 anos. Relativamente ao ano de escolaridade, reparamos que os valores estão muito próximos uns dos outros, sendo o 6º ano com maior população com 25.1%.

No que diz respeito ao local de residência, há uma grande diferença dos alunos que moram em cidades do que em meio rural, 82.8% e 17.2%, respetivamente. Por fim, as modalidades favoritas dos alunos que responderam a este questionário são com enorme destaque das outras, Basquetebol (23.6%), Futebol (19.2%) e Natação (10.8%).

Quanto às perguntas do respetivo questionário, era constituído no total de 26 perguntas, pelo qual se estudou cada uma delas para se verificar quais os principais motivos para a não prática dos alunos no Desporto Escolar. O valor apresentado está de acordo com a escala de importância do IMAAD, onde o valor 1 corresponde “discordo plenamente”, com o valor 2 “discordo”, ao valor 3 corresponde “nem concordo nem discordo”, ao valor 4 “concordo” e quanto ao valor 5 “concordo plenamente”. As respostas que nos interessa para avaliar este questionário são as do “concordo” e do “concordo plenamente”, onde vai ser apresentado nas seguintes tabelas.

Assim, os motivos mais importantes para a não prática são a “falta de tempo”, “tenho outras coisas para fazer”, “os horários disponíveis das instalações não são adequados” e “as modalidades existentes não são as que mais gosto”.

Tabela 30 Pergunta “Falta de tempo”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|----------------------------|------------|-------------|
| Válido | Discordo Plenamente | 44 | 21,7 |
| | Discordo | 35 | 17,2 |
| | Nem discordo, nem concordo | 37 | 18,2 |
| | Concordo | 50 | 24,6 |
| | Concordo plenamente | 37 | 18,2 |
| | Total | 203 | 100,0 |

Tabela 31 Pergunta “Tenho outras coisas para fazer”

| | | Frequência | Percentagem |
|--------|----------------------------|------------|-------------|
| Válido | Discordo Plenamente | 31 | 15,3 |
| | Discordo | 43 | 21,2 |
| | Nem discordo, nem concordo | 53 | 26,1 |
| | Concordo | 46 | 22,7 |
| | Concordo plenamente | 30 | 14,8 |
| | Total | 203 | 100,0 |

Tabela 32 Pergunta “Os horários disponíveis das instalações não são adequados”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|----------------------------|------------|-------------|
| Válido | Discordo Plenamente | 53 | 26,1 |
| | Discordo | 39 | 19,2 |
| | Nem discordo, nem concordo | 54 | 26,6 |
| | Concordo | 32 | 15,8 |
| | Concordo plenamente | 25 | 12,3 |
| | Total | 203 | 100,0 |

Tabela 33 Pergunta “As modalidades existentes não são as que mais gosto”

| | | Frequência | Porcentagem |
|--------|----------------------------|------------|-------------|
| Válido | Discordo Plenamente | 51 | 25,1 |
| | Discordo | 51 | 25,1 |
| | Nem discordo, nem concordo | 48 | 23,6 |
| | Concordo | 36 | 17,7 |
| | Concordo plenamente | 17 | 8,4 |
| | Total | 203 | 100,0 |

Quanto aos motivos menos importantes para a não prática do Desporto Escolar, são a “falta de treinadores/professores”, “falta de equipamento pessoal”, “o desporto é “aborrecido”, “maçador” e “chato”, “tenho vergonha dos outros” e “não gosto dos treinadores/professores”.

Discussão

O presente estudo pretende contribuir para o estado da arte, tanto através da aplicação dos questionários para um grupo específico de alunos (do 5º, 6º, 7º, 8º e 9º anos), como através de conclusões baseadas nos resultados obtidos em cada um dos questionários utilizados, nomeadamente, o QMPD (questionário da motivação para a participação desportiva), QRAPDE (questionário de razões para o abandono do desporto escolar), o QOD-SOQ (questionário de orientação desportiva) e o IMAAD (questionário de razões para a não prática do desporto escolar).

Primeiramente é de frisar que os questionários não se encontram preparados para os alunos do 5º/6º ano de escolaridade, visto que o desconhecimento de algumas expressões/palavras fez com que o questionário se tornasse mais complicado de responder, contudo, derivado do auxílio dos investigadores na resolução desse problema os alunos sentiram-se mais à vontade no preenchimento dos questionários, sendo possível assim, obter respostas, que consideramos, fidedignas.

Passando à análise deste estudo, o questionário relativo à avaliação dos motivos que levam ao abandono do Desporto Escolar, constatou-se que os principais motivos que levaram os alunos a abandonar o Desporto Escolar foram: a falta de tempo, a atribuição de maior

importância ao estudo que à prática desportiva, a oferta desportiva oferecida pela escola não estava adequada aos interesses dos estudantes e o interesse dos alunos por outros passatempos. Segundo Moreno *et. al* (2009), os motivos pessoais (falta de tempo e diversão, aborrecimentos) foram os principais motivos para o abandono da prática desportiva e dentro destes, o fator determinante para o abandono da prática foi a falta de tempo.

O estudo de Gomes (2001), vai ao encontro dos nossos resultados, visto que o autor afirma que os motivos mais frequentes que levam os adolescentes a abandonar o Desporto Escolar passa por “ter outras coisas para fazer, a modalidade não ser tão ideal quanto pensavam, a modalidade não ser divertida e sentir-se aborrecido”.

As respostas mais apresentadas pelos inquiridos foram ao encontro dos estudos anteriormente apresentados. Note-se que as perguntas mais vezes selecionadas como “muito importante” foram: “Não tinha tempo”, “Tinha outras coisas para fazer”, “Estudar é mais importante do que praticar desporto”, “Não existia a minha modalidade preferida”, “Não me divertia, nem tinha prazer” e “Interessei-me por outros passatempos”.

Já nos motivos para a prática do desporto escolar, observou-se que são de origem intrínseca, dependendo na sua maioria, do aluno e não dos professores/ materiais/ colegas. Este tipo de motivação, segundo SPRINTAHL & SPRINTHALL (1993), é autónomo, independente da recompensa externa, construindo-se normalmente sobre si mesma, promovendo uma motivação crescente para a continuação da atividade, tornando-se a aprendizagem numa ocupação para o resto da vida pois, quando motivados intrinsecamente, os indivíduos fazem um esforço especial na procura de mais desafios.

Com isto, os alunos possuem uma escolha das modalidades individuais, não tão somente porque a prestação poderá depender apenas de si mesmo como também pelos espaços disponíveis para a prática, neste caso, das modalidades de Futsal, Badminton, Natação e Ténis de Mesa. Os espaços selecionados para estas modalidades encontram-se em ótimo estado de conservação, sendo o material novo e de qualidade. Reparou-se, igualmente, que são modalidades cuja promoção é bastante maior, tanto por haver competição distrital, regional e nacional da modalidade, como por haver um maior conhecimento por parte dos alunos, o que facilita a sua inserção positiva.

Percebeu-se que, apesar de não haver tantos alunos a praticar Xadrez, esta é uma modalidade que os alunos podem praticar em conjunto com outra modalidade e, por isso, é expectável que haja um maior aumento da sua praticabilidade ao longo do tempo sendo, atualmente, não muito elevado derivado do facto de ser uma modalidade em inclusão na escola.

Um dado interessante neste estudo mostrou, numa tabela cruzada, que 46,2% dos alunos não praticam a sua modalidade preferida e 41,8% a praticam (A percentagem que falta corresponde ao total dos alunos que não responderam a uma das questões - modalidade favorita ou modalidade praticada).

Notou-se que o facto de os alunos não praticarem as modalidades que preferem se deve à não existência dessa modalidade na escola, o que faz com que se distribuam pelas

diferentes modalidades oferecidas; um dos motivos que não se conseguimos compreender é o facto de os alunos não praticarem a modalidade favorita ainda que esta seja oferecida na escola, contudo, baseando-nos nas diversas respostas dadas nos questionários, o motivo da não prática da modalidade favorita poderá dever-se à influência dos pais/amigos, que conta com respostas favoráveis (“Totalmente Importante”, “Muito Importante” e “Importante”) de 68,4% (108 alunos).

No estudo de McPherson, Curtis & Loy (1989), os grupos de amigos têm o poder de reforçar ou inibir o desenvolvimento da prática desportiva, uma vez que os jovens tendem a reduzir o seu envolvimento no desporto se o seu grupo de amigos não estiver orientado para a prática desportiva. Mas se os seus amigos estiverem associados a algum desporto, estes também procuram envolver-se. Ainda no estudo de McPherson et. al. (1998), a influência dos pais é altamente seguida, uma vez que se estes estiverem ligados a um ou mais papéis desportivos e/ou que tenham encontrado atividades agradáveis estão mais propícios a introduzir as suas crianças para a pratica desportiva.

No que concerne aos motivos mais importantes para a não prática desportiva, esta investigação permitiu verificar que, “falta de tempo”, “tenho outras coisas para fazer”, “os horários disponíveis das instalações não são adequados” e “as modalidades existentes não são as que mais gosto” são os motivos fundamentais. Por outro lado, “falta de treinadores/professores”, “falta de equipamento pessoal”, “o desporto é “aborrecido”, “maçador” e “chato”, “tenho vergonha dos outros” e “não gosto dos treinadores/professores”, são os motivos considerados menos importantes para a não prática.

Quando se fala em motivação convém lembrar que o motivo é a base do processo motivacional. Nesta perspetiva, Gouvea (1997) citado por Moreno et. Al (2006) afirmou que, o motivo é um “fator interno, que dá início, dirige, e integra o comportamento de uma pessoa”. Por seu lado, Magil (1984) citado por Moreno et. Al. (2006) relaciona a motivação à palavra motivo, como uma força intrínseca, um impulso, um propósito, levando o indivíduo a atuar de determinada forma dirigindo as suas ações e a intensidade dos esforços para atingir um objetivo.

Para a prática do desporto é necessário o investimento em infra-estruturas apropriadas, mas é na educação e na formação do ser humano, professores e dos demais intervenientes sociais que é imprescindível apostar para que estes, através de boas práticas pedagógicas concorram para a adesão ao desporto e não para as desistências. Para isso, há que haver motivação e empenho das partes intervenientes. Sendo assim, o professor de educação física envolvido na orientação da prática de atividades físicas, deve estar atento aos motivos, sejam eles intrínsecos ou extrínsecos, que direcionam os alunos a manterem-se ativos fisicamente.

Os professores, hoje em dia, conseguem realizar treinos muito mais dinâmicos conseguindo fazer com que os alunos procurem essas modalidades para a prática desportiva. Assim, observamos que o profissionalismo dos professores está a aumentar e verifica-se que o

maior constrangimento será mesmo a falta de motivação por parte dos alunos, ora seja através de novas atividades ora através de outras ocupações do tempo.

Portanto, há que realçar o melhor dos alunos, incentivá-los à prática de desporto devido a ser benéfico para a saúde, pois não é nada maçador e só faz bem. Com isto, trazendo com eles amigos pois e mostrar as capacidades de cada um, havendo ajuda entre todos, logo será tudo mais fácil.

Uma das grandes limitações do estudo prende-se com a dimensão da amostra, uma vez que foi apenas aplicado num Agrupamento de Escolas em Castelo Branco. Como solução a este problema e como proposta de trabalhos futuros, surge a ideia de realizar o mesmo tipo de investigação, mas englobando a região Centro na sua totalidade, isto é aplicar a mesma metodologia em seis Agrupamentos de Escolas nos seis distritos que compõem a região Centro. A segunda sugestão vai de encontro à aplicação do estudo a nível nacional, abrangendo todo o nosso país.

Outra limitação encontrada foi o facto de alguns questionários não estarem adaptados a alunos do 5º e 6º Ano de escolaridade, uma vez que houve várias dúvidas levantadas pelos inquiridos quanto ao significado de algumas questões presentes nos questionários.

O tempo disponibilizado para a aplicação do estudo não foi suficiente para responder a todas as várias potencialidades do mesmo, pois existiam algumas questões que faltaram responder. Tais como, perceber se haveria alguma relação entre o local de residência e a adesão ao Desporto Escolar.

Conclusões

No final deste estudo, constatou-se que quanto à análise do questionário da não prática desportiva, esta investigação permitiu verificar que os principais motivos são a falta de tempo e as modalidades praticadas não serem as favoritas dos alunos. Salienta-se ainda que as principais razões para a prática do Desporto escolar foram o gosto pela modalidade e melhoria da aparência e aptidão física. Relativamente ao questionário sobre o abandono do Desporto Escolar, os principais motivos foram: a falta de tempo, a atribuição de maior importância ao estudo que à prática desportiva, a oferta desportiva oferecida pela escola não estava adequada aos interesses dos estudantes e o interesse dos alunos por outros passatempos.

Perante os dados recolhidos, percebeu-se quais as modalidades favoritas dos alunos e isto, permite que no futuro haja uma maior aderência dos alunos para a prática do Desporto Escolar.

Referências

- Adelino, Vieira, Coelho (1999). *Desporto Juvenil: Em Perguntas e Respostas*. Centro de Estudos e Form, desp.
- Antunes, H., Soares, J. (s/d). Motivos para a prática do desporto escolar e atributos da qualidade do serviço: As percepções dos praticantes segundo o género. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 9 (2), 209 - 221.
- Amado, D., Sánchez-Miguel, P.A.; Leo, F.M.; Sánchez-Oliva, D.; y García-Calvo, T. Sex differences in motivation and perception of utility of the scholar sport. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 245-257.
- Amorose, A & Horn, T. (2000) Intrinsic Motivation: Relationships with Collegiate Athletes` Gender, Scholarship Status and Perception of Their Coaches` Behavior. *Journal Of Sport & Exercise Psychology*. 22, 63-84.
- Buonamano, R.; Cei, A. & Mussino, A. (1995). Participation motivation in Italian youth sport. *The Sport Psychologist*. 9, 265-281.
- Carvalho, A., Soares, J., Monteiro, R., Vieira, S., Gonçalves, F. (2013). Motivos que levam à prática do Desporto Escolar. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 1 (2), 243-252.
- Carvalho, C., Mendes, F., Oliveira, L. (s/d). Motivação para a prática desportiva dos alunos da Escola básica e secundária de Celorico de Basto. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Cruz, J. F. (1996). Motivação para a competição e prática desportiva. In *Manual de Psicologia do Desporto*. Braga: S.H.O- Sistemas Humanas e Organizacionais, Lda.
- Cruz J, Costa F, Rodrigues R, Ribeiro F (1988). Motivação para a competição e prática desportiva. *Revista Portuguesa de Educação* 1 (2): 113-124.
- Gomes, R. (2001). A promoção da comunicação entre treinadores e pais na iniciação e formação desportiva de crianças e jovens. *Revista Treino Desportivo*. Nº13, Março, pp. 30-37.

- Guedes, D. P. & Netto, J. E. S. (2013) Motivos para a prática de desportos em atletas jovens e fatores associados. *Rev. Educ. Fis/UEM*, 24 (1), 21-31.
- 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 para a prática Desportiva*.8 (4), 38-51.
- Matos & Graça (1988). *Desporto Saúde Bem Estar*. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física (pp 311-317).
- Matos, M. F. & Cruz, J. F. A. (1997). Motivação no Desporto: Motivos para a prática e razões para o abandono do Desporto Escolar. *Revista "Psicologia: Teoria, Investigação e Prática"*, 2 (3), 459-489.
- McPherson, B., Curtis, J. & Loy, J. (1989). *The social significance of sport: an introduction to the sociology of sport*. Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Moreno, JM & Cerezo, CR & Guerrero, JT. (2009). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de bachillerato de la provincia de Granada. *Rev. Educación*. Set./Dez. 2010;353:495-519.
- Moreno, R; Dezan, F.; Duarte, L. & Schwart, G. (2006). Persuasão e motivação: Interveniências na actividade física e no desporto. *Revista digital*, 11 (103).
- Polles, M & Basbosa, C. (2012) Motivação de adolescentes de 10 a 18 anos em participar de projetos que envolvam a prática de atividades físicas. *Diálogos e Saberes*. 8 (1) 247-265. Mandaguari.
- Sprinthall, N. & Sprinthall, R. (1993). *Psicologia Educational. Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: McGraw-Hill.
- Veigas, J., Catalão, F., Ferreira, M., Boto, S. (2009) Motivação para a prática e não prática no Desporto Escolar. Consultado em: www.psicologia.com.pt. Acesso em Dezembro de 2014.

Anexos

Anexo 1 Caracterização individual do aluno



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS AMATO LUSITANO

Ano Letivo: 2014 - 2015

12º CT3

Caraterização individual do aluno

Nome: _____ Nº _____

Idade: _____ Data de nascimento: _____ / _____ / _____

Quantas retenções tem ao longo do teu percurso escolar? _____

Localidade onde reside: _____

Com quem vive/Nº irmãos: _____ / _____

Profissão do pai: _____ Habilitações literárias: _____

Profissão da mãe: _____ Habilitações literárias: _____

Encarregado de Educação: _____

Disciplina preferida: _____ Disciplina que menos gosta: _____

Modalidades preferidas:

1 - _____ 2 - _____ 3 - _____

Modalidades que menos gosta:

1 - _____ 2 - _____ 3 - _____

Pratica desporto fora da escola? _____ Qual? _____

Ocupação nos tempos livres: _____

Qual a profissão que gostaria de ter no futuro? _____