



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Versão Definitiva Após Defesa

Relatório de Estágio

Escola Secundária Quinta das Palmeiras

Rúben João Preto Massa

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

Orientador: Prof. Doutora Kelly de Lemos Serrano O'Hara

Covilhã, novembro de 2017

Dedicatória

Dedico este trabalho à minha mãe, pois todos os meus sucessos serão sempre dedicados a ela, pela pessoa que foi e pela pessoa que eu quero ser, bem como a toda a minha família - presente na minha vida - e amigos que fizeram de mim a pessoa que sou hoje e que sempre me apoiaram na concretização de todos os meus sonhos.

Agradecimentos

A realização do estágio foi o finalizar de mais uma etapa fundamental da minha vida acadêmica, que sem o apoio de muitas pessoas não seria possível concretizar com sucesso. Assim, deixo um agradecimento muito especial:

À minha mãe, avó e madrinha por todos os valores que me transmitiram ao longo da minha vida, bem como o carinho e amor que me deram.

Ao meu irmão e amigos pelo apoio e ajuda que me têm dado ao longo destes anos.

À minha colega de estágio Mariana Mendes, por todo o companheirismo e entreaajuda ao longo deste ano.

Ao Professor Cooperante Nuno Rodrigues, por todos os ensinamentos que me transmitiu, ajudando-me a evoluir profissionalmente e pessoalmente.

À Professora Doutora Kelly O'Hara, Professora Orientadora, pelo seu acompanhamento pedagógico e por todas as reflexões e apreciações acerca do meu desempenho nas aulas observadas, bem como no desenvolvimento do relatório de estágio.

Resumo

Este relatório final de estágio apresenta as experiências vividas e aprendizagens adquiridas durante o ano letivo 2016/2017, através da prática pedagógica na Escola Secundária Quinta das Palmeiras (ESQP), localizada na Covilhã, bem como o trabalho desenvolvido na Escola Internacional da Covilhã (EIC). Ao longo deste relatório é feita uma contextualização da ESQP e da minha intervenção pedagógica na ESQP e EIC, fazendo referência aos problemas que foram surgindo e estratégias utilizadas para solucionar essas mesmas adversidades. É apresentado também o trabalho desenvolvido entre a escola e a comunidade, bem como a investigação realizada, juntamente com a minha colega de estágio, que visava a comparação entre as abordagens cognitiva tradicional e dinâmica no treino da tomada de decisão no Voleibol nas aulas de Educação Física (EF). Esta investigação envolveu quatro turmas de 7º ano (amostra), duas para o grupo experimental e duas para o grupo de controlo, sendo que os dados foram recolhidos através de uma observação direta no pré-teste e pós-teste, com base nos parâmetros de avaliação estabelecidos.

Palavras-chave

Estágio Pedagógico; Educação Física; Intervenção Pedagógica; Abordagem Cognitiva Tradicional; Abordagem Dinâmica; Tomada de Decisão.

Abstract

This final internship report presents the experiences and lessons learned during the academic year 2016/2017, through the pedagogic practice at the Quinta das Palmeiras Secondary School (ESQP), located in Covilhã, as well as the work developed at Covilhã International School (EIC). Throughout this report a contextualization of the ESQP and of my pedagogical intervention in the ESQP and EIC is made, referring to the problems that have arisen and strategies used to solve these same adversities. Also presented is the work developed between the school and the community, as well as the research carried out, together with my stage colleague, that aimed to compare the traditional and dynamic cognitive approaches in the training of decision making in Volleyball in the classes of Education Physics (EF). This investigation involved four 7th grade (sample) classes, two for the experimental group and two for the control group, and the data were collected through a direct observation in the pre-test and post-test, based on the parameters of established.

Keywords

Pedagogical Internship; Physical Education; Pedagogical Intervention; Traditional Cognitive Approach; Dynamic Approach; Decision Making.

Índice

Capítulo 1

1 Introdução	1
2 Contextualização	2
2.1 Escola	2
2.2 Projeto Educativo da Escola	2
2.3 Grupo Disciplinar de Educação Física	2 - 3
2.4 Professor Estagiário	3 - 4
3 Área I - Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	5
3.1 2º Ciclo de Ensino Básico	5 - 7
3.2 Ensino Secundário (1º Período)	8 - 12
3.3 3º Ciclo do Ensino Básico	13 - 16
3.4 Ensino Secundário (3º Período)	16 - 19
3.5 Reflexão Global sobre a Área I	19 - 21
4 Área II - Participação na Escola	21
4.1 Desporto Escolar	21 - 24
4.2 Ação de Intervenção na Escola	25 - 28
4.3 Reflexão Global sobre a Área II	28 - 29
5 Área III - Relação com a comunidade	30
5.1 Direção de Turma	30
6 Reflexão Final	31
7 Bibliografia	32

Capítulo 2 - Investigação e Inovação pedagógica

1 Introdução	33 - 35
2 Método	35
2.1 Amostra	35
2.2 Procedimentos	36
2.3 Definir quais as variáveis analisadas e critérios para cada variável	37
2.4 Testes Estatísticos	38
2.5 Testes de Fiabilidade	38
2.6 Resultados	39 - 41
2.7 Discussão de Resultados	41 - 42
2.8 Conclusão	43
3 Bibliografia	44
4 Anexos	45 - 46

Lista de Figuras

Figura 1 Planeamento dos três períodos letivos.

Figura 2 Influência dos três tipos de constrangimentos na coordenação motora” (Newell & McDonald, 1993, citado Machado, et al., 2005).

Lista de Tabelas

Tabela 1 - Resultados das variáveis analisadas (Médias \pm Desvio Padrão).

Lista de Acrónimos

EF	Educação Física
UBI	Universidade da Beira Interior
EIC	Escola Secundária Quinta das Palmeiras
ESQP	Universidade da Beira Interior
NEE's	Necessidades Educativas Especiais

Capítulo 1

1. Introdução

É notório nos dias de hoje os discentes apenas praticarem exercício físico na unidade curricular semanal de Educação Física. Neste contexto, é fundamental que os blocos de aulas sejam rentáveis não só a nível de aprendizagem, como também a nível da atividade física, combatendo de alguma forma um problema atual no nosso quotidiano que se designa de sedentarismo. Respetivamente esta adversidade está relacionada com um vasto número de doenças tais como a diabetes, doenças cardiovasculares, síndrome metabólica, cancro, entre outras. Daí advém a importância do docente, como agente capaz de procurar uma mudança comportamental nos alunos através dos seus conhecimentos e intervenções, alterando o rumo do acontecimento.

É dentro deste contexto que se insere o presente estágio curricular, desenvolvido no âmbito da cadeira curricular de Estágio do 2º ano de mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, com o principal objetivo de lecionar aulas de acordo com o planeamento, transmitindo conhecimentos para que os alunos progridam na disciplina e sensibilizá-los para que adotem um estilo de vida saudável.

O estágio iniciou-se a 1 de setembro na Escola Secundária Quinta das Palmeiras e finalizou dia 16 de junho. Durante este intervalo de tempo, mais precisamente entre 17 de novembro e 15 de dezembro, realizei estágio na Escola Internacional da Covilhã de forma a obter alguma experiência e conhecimento do ensino no 2º ciclo.

O orientador que me acompanhou no decorrer do estágio na instituição de acolhimento foi o Professor Nuno Rodrigues.

Antes do ano letivo começar, o professor Nuno Rodrigues, definiu quais as turmas que iríamos acompanhar em cada período, tendo me sido atribuído no primeiro período o 11º A, no segundo período o 7º D e no terceiro período o 10º D.

Em conformidade com as turmas que nos foram atribuídas tínhamos também que ficar encarregues do Desporto Escolar - mais precisamente das modalidades de Badminton e Multiatividades -, acompanhar os alunos NEE's (Necessidades Educativas Especiais) na hipoterapia e hidroterapia, e organizar atividades extracurriculares.

2. Contextualização

2.1 Escola

A Escola Secundária Quinta das Palmeiras fica localizada na cidade da Covilhã, apresenta-se com regime diurno, no somatório tem 36 turmas distribuídas pelo 3º ciclo, secundário e profissional com 945 alunos.

Esta escola detém 5 blocos com sala de estudo, sendo um destes blocos, tecnológico. Inclusive, um pavilhão desportivo/polivalente e dois polidesportivos ao “ar livre” para a prática de atividade física.

2.2 Projeto Educativo da Escola

A escola tem como principais finalidades:

Formação integral dos alunos, transmitindo valores como o respeito pelos outros e as regras de convivência que contribuam para a educação dos alunos como cidadãos tolerantes, justos e autónomos;

Promover o trabalho colaborativo no sentido da construção de práticas profissionais de qualidade;

Promover a igualdade de oportunidades de sucessos escolar, visando minimizar dificuldades específicas de aprendizagem e integração escolar e desigualdades culturais, económicas e sociais;

Assegurar a formação escolar prevista para o terceiro ciclo e secundário tendo em conta os interesses e as características dos alunos e o seu contexto social e cultural;

Entre outros pontos importantes, apresentados no seguinte link disponibilizado pela escola: (http://issuu.com/interino/docs/projeto_educativo_2013_-_2017).

2.3 Grupo Disciplinar de Educação Física

O grupo de Educação Física é composto por 7 professores (2 estagiários). Este grupo tem como principal finalidade proporcionar aos alunos do terceiro ciclo e secundário atividades extracurriculares, como forma de os alunos terem experiências desportivas diferentes

daquelas que são programadas e aplicadas nas aulas de educação física. Estas atividades têm o intuito de mostrar aos alunos os diferentes benefícios da atividade física e de certa forma mostrar-lhes a panóplia de atividades que podem ser realizadas.

Este grupo tem ainda como função discutir temáticas à volta da disciplina, bem como o planeamento anual dos diferentes anos e turmas de acordo com o número mínimo de aulas por modalidade e espaço disponível. Posto isto, de seguida, apresento o planeamento anual das três turmas que acompanhei ao longo do estágio na Escola Secundária Quinta das Palmeiras.

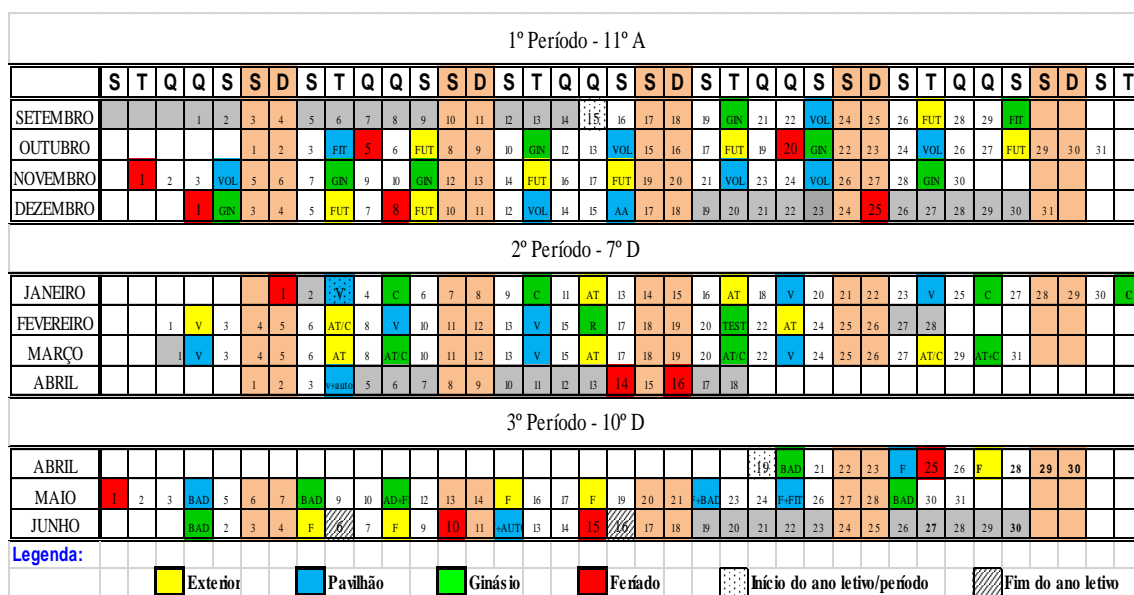


Figura 1 Planeamento dos três períodos letivos

2.4 Professor Estagiário

De acordo com o artigo 3.º, do regulamento do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2º ciclo), o professor estagiário tem como principais objetivos:

Desenvolver competências científicas, operacionais e transversais relacionadas com o ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário, que permitam a reflexão sobre a adequação do processo de ensino e aprendizagem e dos recursos existentes, tendo em consideração os objetivos a alcançar, as exigências da atividade física e os princípios morais e éticos que devem guiar toda a atividade profissional;

Desenvolver um conhecimento especializado ao nível da utilização de materiais e equipamentos essenciais para a análise, avaliação e intervenção, bem como dos princípios educacionais e pedagógicos no âmbito do ensino da Educação Física e do Desporto Escolar;

Desenvolver a capacidade para a prática de investigação científica em contextos do ensino da Educação Física e do Desporto Escolar, bem como para a reflexão profunda sobre as implicações inerentes aos resultados obtidos para a intervenção em contextos alargados e multidisciplinares, ainda que relacionados com as áreas de intervenção;

Contribuir para a afirmação do papel pedagógico da Educação Física e do Desporto como meio e conteúdo de uma educação plena e plural, nomeadamente no âmbito da educação para a saúde e aquisição de estilos de vida saudáveis.

3. Intervenção

Área I - Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

3.1 - 2º Ciclo do Ensino Básico

a) Fundamentação do Plano de Intervenção

A minha experiência no ensino do 2º ciclo foi na instituição à qual se conhece de Escola Internacional da Covilhã. Nesta instituição apenas existia uma única turma de anos diferentes, consecutivamente de quinto e sexto ano. Tendo em conta o horário das aulas de Educação Física, a Professora Estagiária Mariana Mendes ficou encarregue de lecionar as aulas ao 5º ano, e a mim foi-me entregue o 6º ano.

Devido às poucas aulas que ficaram acordadas lecionar até ao final do período, 3 aulas, apenas foi possível lecionar uma unidade didática - ginástica - em conjunto com o professor orientador da disciplina, Luís Festas, decidimos que o ensino desta modalidade deveria restringir-se à ginástica de solo e ginástica de aparelhos, sendo que no fim de cada aula deveria também desenvolver conteúdos do teste fitnessgram: extensão de braços, abdominais, senta e alcança e flexibilidade de ombros.

b) Planeamento

O planeamento desta unidade didática teve por base o conhecimento que o docente orientador tinha dos seus alunos, bem como o material disponível e tempo restante até ao fim do período.

A prática da modalidade de ginástica foi realizada no pavilhão desportivo da escola - este é cimentado e de dimensão reduzida, porém como a turma que me foi destinada era composta por apenas 8 alunos, o espaço não foi um entrave ao desenvolvimento da modalidade -. O material disponível e utilizado para as aulas de ginástica foram os 6 colchões de solo, 1 colchão de queda e 1 minitrampolim. No decorrer das aulas que formei tive em diversos pontos o objetivo e a concretização de: criar uma rápida relação com os alunos, mantendo

sempre alguma distância no tipo de diálogo com alunos, para precaver comportamentos abusivos por parte dos alunos - nunca chegaram a acontecer, ou seja, apesar de eu saber que a experiência das aulas nesta instituição iria ser bastante reduzida tentei de alguma forma criar uma interação discente-docente, mas com a limitação de muita proximidade, para que tal como tinha já experienciado antes, poderia correr de uma forma bastante problemática e sendo que estas aulas eram de curta duração tinha que ter isso em conta, para que não se obtivesse tempo perdido. Outra meta que exigi foi a partilha de conteúdos e desenvolvê-los da forma rápida e eficaz - um método que considerei na altura em que lecionei, uma forma bastante benévola para o ano em que lecionava e para a tática à aprendizagem, onde o docente -eu- procurei de forma sucinta e ao mesmo tempo dedicada, para que os discentes de forma mais leve e rápida conseguissem atingir a aprendizagem exigida ao final do nível da unidade e por último, refiro a evolução dos alunos ao longo das aulas em cada elemento trabalhado, quer na ginástica de solo, quer na ginástica de aparelhos.

c) Avaliação

Inicialmente, realizou-se uma avaliação diagnóstica, segundo, Rosado A. (1999), permite averiguar dificuldades sentidas, bem como os conhecimentos e aptidões que os alunos possuem, que servirão de base para posteriormente serem iniciadas novas aprendizagens, através de uma adequação do ensino às características dos discentes. Através desta avaliação, realizada na primeira aula da unidade didática, defini os seguintes conteúdos a desenvolver ao longo das aulas na ginástica de solo: rolamento à frente e à retaguarda com os membros inferiores juntos e afastados, apoio facial invertido com rolamento à frente, pino de cabeça e a roda; ginástica de aparelhos: salto no minitrampolim - salto de vela, salto engrupado, salto de carpa e meia pirueta.

Na última aula que lecionei foi feita uma avaliação sumativa - reflete o desenvolvimento dos conhecimentos e competências dos alunos (Rosado A., 1999) - de cada conteúdo abordado na unidade didática lecionada ao longo das três aulas. Visto que esta coincidiu com o final do período, no seguimento da mesma, realizou-se uma reunião com o professor orientador de forma a estabelecer quais as notas que seriam atribuídas aos alunos, tendo em conta as modalidades lecionadas pelo orientador e por mim. Esta avaliação é feita tendo em conta aspetos anteriormente referidos que vão de encontro com as capacidades motoras dos alunos, mas também as atitudes destes.

d) Condução do ensino

A condução do ensino foi feita de encontro com as medidas estabelecidas pelo professor orientador, quer em termos de gestão do tempo de aula, quer na organização dos exercícios,

estando este, sempre por dentro das estratégias utilizadas. Em relação à gestão do tempo de aula, esta é feita tendo em conta a inicialização da aula numa sala destinada ao seu ano de escolaridade, onde são registadas as presenças dos alunos e transmitidos os conteúdos a abordar ao longo da aula e só depois, os alunos em silêncio, prosseguem em fila para o pavilhão desportivo. O término da aula também é um fator importante na gestão do tempo, pois a aula tem de terminar 30 minutos antes do tempo, para que todos os alunos possam desequipar-se e tomar banho. Somando estes dois pontos, podemos concluir que cerca de 45min de aula que supostamente os alunos deveriam ter, não acontece e se acrescentarmos o facto de os alunos ainda terem de realizar um aquecimento e alongamentos no início e fim da aula, então podemos deduzir que o tempo de ensino-aprendizagem e de atividade física é muito reduzido, havendo assim, uma preocupação elevada na gestão do tempo de aula. Quanto à organização dos exercícios, estes eram realizados numa única estação sob a minha supervisão. O ideal, tendo em conta o número de colchões, seria a utilização de duas estações de trabalho para que os alunos tivessem maior tempo útil de atividade física, onde eu iria me centrar na estação composta pelos alunos com maior dificuldade, não descortinando nunca a atenção sobre a outra estação que estaria logo ao lado. Porém, o professor orientador sugeriu uma única estação de forma a controlar melhor o comportamento dos alunos, apesar de todos estes constrangimentos registados anteriormente, posso afirmar que a experiência foi muito benéfica e os objetivos foram conseguidos, particularmente a clara melhoria por parte dos alunos nos conteúdos abordados ao longo das aulas - isto deveu-se sobretudo ao empenho dos alunos, recompensado ao longo das aulas sempre com um aquecimento muito dinâmico e com jogos lúdicos que ajudaram a criar um bom ambiente de aula e uma boa ativação funcional dos grupos musculares solicitados nas aulas.

A boa disposição e interação que sempre apresentei ao longo das aulas para com os alunos também contribuí para o bom funcionamento das aulas e para uma fácil organização na introdução de novos exercícios. Por último, acrescentar que estes alunos facilmente se auto motivavam não só pela competição que era criada entre eles, mas também pelos feedbacks transmitidos, que do ponto de vista ensino-aprendizagem, são uma componente muito relevante e pertinente, sendo mesmo uma das variáveis mais importantes para um ensino com maior eficácia, tal como nos diz Mesquita (2000), citada por Soares (2008). Estes ajudaram os alunos a perder receio sobre alguns conteúdos como o rolamento à retaguarda e a quererem sempre melhorar de um modo geral cada conteúdo desenvolvido ao longo das aulas.

I.II - Ensino Secundário (1º Período)

a) Fundamentação do Plano de Intervenção

A Escola Secundária Quinta das Palmeiras, foi onde eu privei a minha experiência no ensino secundário e 3ºciclo no término do mestrado no qual me inseri. A primeira turma que me foi atribuída correspondia ao 11ºA, ensino secundário, onde esta tinha uma constituição de vinte e quatro alunos, onde persistia uma equidade nos sexos, isto é, doze raparigas e doze rapazes.

A fundamentação do plano anual de turma deve ir de encontro com quatro elementos considerandos essenciais no ensino das atividades físicas e desportivas, referidos por Piéron (1988), citado por Rosado, A., & Ferreira, V. (2011): o tempo que se passa em atividade motora, a organização dessa atividade, a informação sobre o estado do discente e o ambiente positivo que se deve proporcionar aos alunos durante as aulas.

b) Planeamento e avaliação

A escolha das unidades didáticas a serem lecionadas no 1º período foi concebida pelo docente orientador na instituição, Nuno Rodrigues, onde as modalidades selecionadas foram o futsal, voleibol e ginástica. No encetar de uma modalidade era elaborada uma avaliação diagnóstica por forma a determinar o nível dos discentes e ininterruptamente realizar-se um planeamento definindo quais os conteúdos a abordar no decorrer das aulas, tendo em conta também os materiais e espaço disponível para a prática das mesmas.

A avaliação diagnóstica concretizada na primeira aula de ginástica, permitiu-me aperceber da dificuldade que muitos alunos sentiam na realização de elementos gímnicos base como por exemplo, o rolamento à frente e à retaguarda bem como, a realização do apoio facial invertido. Dadas as circunstâncias defini em conjunto com o professor orientador os seguintes conteúdos a desenvolver: na ginástica de solo - rolamento à frente e à retaguarda com os membros inferiores juntos e afastados, apoio facial invertido com rolamento à frente, pino de cabeça, roda, rodada e elementos de flexibilidade (ponte e espargata) e equilíbrio (avião e bandeira); na ginástica de aparelhos - salto no minitrampolim através do salto de vela, salto engrupado, salto de carpa e meia pirueta; no salto do plinto - salto ao eixo e entre mãos; na ginástica acrobática desenvolveram-se figuras como pares, trios, quadras e pirâmides de cinco elementos. Estas variantes da ginástica inicialmente não foram lecionadas em simultâneo, porém com o avançar das aulas e com a aprendizagem a ser bem conseguida por parte dos alunos, fui juntando-as até que nas últimas aulas, todos os conteúdos eram abordados.

A modalidade de Ginástica, foi desenvolvida no ginásio da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, este era um espaço restringido embora, fosse o necessário para a prática da modalidade visto que detinha o material apto para a prática da mesma de acordo com o nível dos alunos. O facto de terem apenas uma turma a usufruir do ginásio trazia-lhe pontos a favor, evitando assim adversidades resultantes de condições meteorológicas, - com isto quero referir-me ao facto de o pavilhão da instituição, por vezes, devido às condições atmosféricas tinha que ser partilhado por duas turmas, onde com uma cortina se dividia ao meio, para que duas turmas pudessem usufruir do espaço, o que limitava o espaço e exercícios a serem abordados em aula -. Quanto ao que nos incita o tempo a ser lecionado por aulas de Educação Física, a carga horária semanal foi organizada por dois blocos de 90 minutos, onde esta unidade didática conteve 6 blocos (12 aulas), distribuídas pelo primeiro período.

As aulas de ginástica eram organizadas por estações de trabalho e em circuito, onde numa primeira fase circulava por todo o espaço para controlar a execução dos exercícios e conduta dos alunos, e numa segunda fase - com duas ou mais variantes da ginástica a serem lecionadas em simultâneo - fixava-me na estação de trabalho mais complexa e de maior risco à segurança dos alunos, ficando as outras estações mais autónomas, livres da minha presença, mas não da minha supervisão, pois sempre que necessário era meu dever intervir através de feedbacks corretivos ou motivacionais, sendo esta uma tática bastante favorável ao que pretendia, pois apesar de ajudar quem necessitava, estava também capacitado para o controlo total da minha aula. O mais importante que detive ao longo das aulas desta turma é que uma pequena falha na capacidade interativa com os alunos poderia colocar em risco os discentes ou até mesmo o bom funcionamento das aulas.

No que toca à abordagem da modalidade de Futsal, a presente unidade didática compreendeu 8 blocos (16 aulas), distribuídas pelo primeiro período. O local concebido para a prática da modalidade foi um dos campos exteriores da Escola Secundária Quinta das Palmeiras. A presente modalidade pode ser realizada tanto em espaços interiores como nos espaços exteriores, porém, de acordo com a rotatividade dos espaços que se faz através do sistema roulemant, a escolha recaiu sobre os campos exteriores sempre que as condições meteorológicas assim o permitiram. Esta situação deve-se ao facto de haver sempre três professores em simultâneo a lecionar aulas de Educação Física, onde cada um deles tem direito ao seu espaço, porém quando existem condições meteorológicas adversas o docente, que se encontra no exterior passa a ocupar metade do pavilhão multidesportivo - que tal como referi anteriormente esta divisão, não considero que coloque em causa a aprendizagem da modalidade, contudo esta pode alterar um plano que à priori já se tinha elaborado com certos exercícios que seriam realizados no exterior, e no interior já não poderia ocorrer devido ao espaço ser restringido por haver uma divisão de espaço para duas turmas. Assim, como estagiário em ensino, quando verificava que as condições atmosféricas não eram

favoráveis para a realização no exterior, elaborava sempre um plano B para que a aula decorresse sem adversidades, pelo que novamente devido a esta limitação também consegui desvincilhar-me e de alguma forma precaver-me para que as aulas fossem dadas de forma correta e ordeira como se à priori fosse para serem elaboradas naquele compartimento. Porém, confesso que embora fizesse um plano diferente devido às condições atmosféricas os exercícios que já elaborava não eram tão bons para aprendizagem, devido a ter muitos alunos num espaço reduzido. No que diz respeito ao planeamento, os conteúdos trabalhados inicialmente foram os gestos técnicos de passe, receção, condução de bola e posteriormente, desarme, drible e remate. Estas situações foram trabalhadas através de exercícios critérios base, mas também através de situações técnico-táticas defensivas, mais precisamente a marcação individual e ações técnico-táticas ofensivas como a desmarcação em sobreposição, diagonal e paralela.

Quanto à modalidade de Voleibol, a escolha do espaço recaiu sobre o pavilhão multidessportivo e a presente unidade didática compreendeu 7 blocos (14 aulas), distribuídas pelo primeiro período. Através da avaliação diagnóstica, definiram-se os seguintes conteúdos a ser trabalhados: passe alto de frente, receção em manchete, passe de costas, remate, serviço por baixo e por cima, bloco individual e bloco duplo.

Nos desportos coletivos, o jogo formal esteve presente em todas as aulas, mais precisamente no fim de cada aula por forma a que os alunos pudessem aplicar os seus conhecimentos técnicos e táticos, adequando as suas ações às situações de jogo, anulando situações de finalização para não sofrer golo, e criando situações de finalização para marcar golo. De referir também que grande parte dos exercícios critérios utilizados nestes dois desportos coletivos, tiveram uma base de competição, de forma a ter os índices motivacionais dos alunos sempre em bom plano. A seleção destes exercícios e conteúdos ensinados - aspeto considerado fundamental por Carlson (1995), citado por Rosado & Ferreira (2011) - baseou-se sempre em critérios que potenciasssem a motivação dos praticantes/alunos, promovendo ambientes positivos e corporativos de aula.

c) Condução do ensino

Em relação à minha intervenção direta em termos de lecionação de aulas, de referir que existiu desde logo, uma compreensão face à terminologia de estagiário e aluno, que de uma forma bastante positiva os discentes mostraram uma grande interação para comigo.

Houve logo à partida também um grande impacto que se sente ao ser-se estagiário: o facto de controlar diversos problemas e na forma como se deveria atuar. Desta forma, o controlo disciplinar representou logo de início uma adversidade, em controlar e sancionar a falta de conduta por parte dos discentes.

Numa primeira fase, principalmente na modalidade de Ginástica, vivenciei dificuldades na organização dos alunos e na sua conduta. Recordando a primeira aula, em termos de organização procurei desde início separar alguns alunos que demonstraram mau comportamento estando juntos, porém não foi o suficiente, pois estes, em momentos de pausa para intervir no exercício ou trocar de exercício, procuravam logo juntar-se e de certa forma destabilizavam o funcionamento das aulas e em relação à conduta destes, também não tive controlo sobre os alunos em vários momentos das aulas, sendo que durante os exercícios, estes realizavam ações que eu tinha interdito e quando queria transmitir novas informações era difícil lhes captar a atenção, pois transmitia demasiada informação o que desviava a atenção dos alunos.

Destaco também uma situação que demonstrou problemas organizacionais, em que decidi dar aos alunos uma pausa para se hidratarem e que teve consequências negativas, pois permiti que metade da turma fosse aos balneários o que originou confusão no corredor de acesso aos mesmos e uma extensa pausa de atividade física, prejudicando o bom funcionamento das aulas e o tempo útil de atividade física dos alunos.

À medida que o período decorria, fui sendo alertado também para o meu posicionamento/prestação durante a aula, porém o aspeto foi melhorado, em que já me apercebia que tinha que ter também as periferias debaixo de olho, pois desta forma conseguia contornar o comportamento de discentes que não respeitam ordens, e se tornavam um problema para o bom funcionamento da aula, contudo, e apesar de ter melhorado o meu sentido posicional e a forma como circulava ao longo do espaço - sempre com olhar sobre todos os alunos, evitando virar-lhes costas - a visão periférica acabou por se tornar numa das minhas fraquezas, pois em diversas ocasiões não consegui prestar atenção/foco a alunos que estavam mais afastados do local em que eu me encontrava, não controlando assim alguns comportamentos menos corretos, pelo que de certa forma me sentia um pouco desconfortável com esta limitação que me estava a fazer frente, pois apesar do meu empenho em melhorar, por vezes isso não é o que pode levar a cabo a boa ou má execução, isto é, apesar de eu ter vindo a melhorar o controlo, por vezes não dependia só de mim. A conduta dos alunos tinha-me de certo modo também como uma limitação, pois tal como os índices que se conhecem, o nível de atenção e empenho tem vindo a decrescer de geração em geração, devido à nota de Educação Física não fazer média para a entrada na Universidade, levando a uma postura despreocupada.

Com o decorrer das aulas estes problemas foram ultrapassados através de estratégias discutidas com o professor orientador, Nuno Rodrigues, que sempre auxiliou e me procurou ajudar nas reuniões semanais. No que diz respeito à organização da turma e controlo disciplinar, esta foi corrigida com a separação de elementos perturbadores, a pausa para os alunos se hidratarem passou a ser feita aos pares e com um tempo limite para se apresentarem em aula, rigidez no controlo disciplinar, não tolerando qualquer situação que

prejudicasse o bom funcionamento da aula - recorrendo a castigos, como: exclusão do aluno em determinados exercícios, arrumação do material feita pelos alunos com pior conduta.

Quanto à transmissão da informação e operacionalização dos exercícios, o problema centrava-se na complexidade de conteúdos transmitidos - resultavam numa desatenção dos alunos e conseqüentemente ao longo dos exercícios surgiam dúvidas sobre o objetivo principal do exercício - e na utilização de materiais muito diferente de um exercício para o outro, principalmente nas primeiras aulas de Futsal e Voleibol.

Para corrigir estas situações, procurei ser mais objetivo na informação dada aos alunos, transmitindo de forma mais clara e concisa para que eles pudessem compreender facilmente o objetivo do exercício, deixando os pormenores para as reflexões finais de aula e na operacionalização dos exercícios, passei a ter mais cuidado com a escolha dos exercícios e sequencia dos mesmos, de forma a não se perder muito tempo com ajustes de material, contando sempre com a ajuda de pelo menos um aluno que tinha atestado médico. No fim das aulas abordava com os alunos a importância que tem a cooperação entre professor-aluno e aluno-aluno, de forma que as aulas decorressem a bom ritmo, não prejudicando assim o desenrolar dos exercícios, tal como é defendido por António Rosado (2011), em relação à disciplina e ordem durante a aula.

Na transmissão da informação, há que ter também especial atenção ao facto de que quando existe abuso, ou seja, falta de disciplina, existe um descontrolo de comportamento e o respeito não sobressai, e aprendi que por vezes mesmo não me fazendo ouvir, não poderei aumentar o tom de voz, para que isso aconteça, isto porque, mantém-se o descontrolo e não se contorna a situação. Assim, como me deparei com esta situação, detive que em situações como estas, a calma e a demonstração de assertividade são a solução, porém a tentativa de contornar este problema não deve ser prolongada, pois afetaria a normativa do plano e da aula e assim sendo, por diversas vezes tive de optar pelo castigo.

Em relação à avaliação sumativa, esta é feita para que se façam considerações sobre o processo ensino-aprendizagem, e veio demonstrar uma evolução dos alunos em termos de habilidades motoras e físicas, mas também foi possível verificar um índice cultural desportivo positivo.

Em suma, a condução do ensino teve os seus momentos de aprendizagem - principalmente numa fase inicial em que não sabia exatamente como lidar perante as inúmeras adversidades que encontrei no contexto real de ensino - e teve também os seus momentos de consolidação de estratégias de aprendizagem, que foram adotadas às características da turma, quer em termos de controlo disciplinar, organização e estruturação dos exercícios e dos seus intervenientes.

I.III - 3º Ciclo do Ensino Básico (2º Período)

a) Fundamentação do Plano de Intervenção

Ao se ter completado o ensino no 11ºA, continuei o meu percurso com a turma de 7ºD - correspondente ao 3º Ciclo de ensino - ao longo do 2º período, onde esta tinha uma constituição de trinta alunos, dos quais doze pertencem ao sexo feminino e dezoito ao sexo masculino.

A escolha das unidades didáticas a serem lecionadas no 2º período foi concebida uma vez mais pelo docente orientador na instituição, Nuno Rodrigues, onde as modalidades selecionadas foram o voleibol, corfebol e atletismo.

b) Planeamento e avaliação

Na modalidade didática representativa de voleibol a escolha do espaço, tal como acontecera anteriormente no primeiro período, recaiu sobre o pavilhão multidesportivo e a presente unidade compreendeu 8 blocos (16 aulas), distribuídas pelo segundo período. Através da avaliação diagnóstica, onde na finalização da mesma, decidi proceder as componentes críticas da posição base, passe alto, receção em manchete e serviço por baixo;

Os desportos coletivos foram sempre desenvolvidos com o jogo como objetivo final, porém na modalidade de Voleibol, o jogo teve ainda maior ênfase, tendo utilizado por diversas vezes o jogo em espaço reduzido 2x2 como uma ante sucessão do jogo formal 4x4, referenciado como uma das metas do CNAPEF para o 7º ano/ nível elementar. Sendo por isso, um componente dependente de um bom espaço para que o jogo fosse levado a cabo de forma mais real, onde isto por vezes não acontecia devido ao que se referiu anteriormente das condições meteorológicas, desta forma apesar do jogo ser a maior abordagem à aprendizagem de técnicas e capacidade de resposta individual por vezes o espaço poderia tornar-se algo restritivo no que toca à realidade do jogo.

Outra modalidade abordada neste período passou também pelo Corfebol, onde o espaço destinado para a prática da modalidade foi o ginásio. Este espaço condicionou a aprendizagem da modalidade, pois a prática de um desporto coletivo com um número elevado de alunos e um espaço reduzido não é compatível a um processo ideal de ensino-aprendizagem, porém nem sempre podemos contar com as condições ideais, quer físicas, materiais ou meteorológicas, para lecionar as aulas. Para contornar esta adversidade procurei criar situações que pudessem ser realizadas num curto espaço, como o treino isolado do lançamento parado e também corredores onde os alunos poderiam desenvolver o passe de peito e de ombro, bem como a receção - requer uma boa capacidade de deslocamento,

libertando-se da marcação de um defesa - e o lançamento na passada que requer espaço para se efetuar a passada antes do lançamento, através de situações de superioridade numérica 2x1;

No que toca à modalidade de Atletismo, definiu-se em conjunto com o professor orientador trabalhar a corrida de velocidade e de estafetas no campo exterior, o salto em comprimento e lançamento do peso na caixa de areia (junto ao campo exterior) e o salto em altura no ginásio, devido à possibilidade de utilizar os colchões de queda e os demais materiais para a prática deste salto.

A corrida de velocidade e estafetas foi expandida através de exercícios de estafetas evitando filas grandes e assim ter bons índices de tempo útil de atividade física. O salto em comprimento e lançamento do peso foram desenvolvidos na caixa de areia, sempre em simultâneo com exercícios de progressão aos conteúdos abordados na modalidade presente e com jogo formal de corfebol assim que os alunos se tornaram autónomos em termos técnico táticos e conhecimento das regras do jogo. O salto em altura, tal como referido anteriormente, foi trabalhado no ginásio, em simultâneo com exercícios critério da modalidade de Corfebol, conseguindo assim uma dispersão equitativa dos alunos por diferentes estações de labor, mantendo os alunos em atividade física constante, que beneficia o tempo de atividade motora e a aprendizagem dos alunos.

As aulas eram planeadas e organizadas por estações de trabalho, idêntica ao que aconteceu na ginástica no 1º período. Face esta situação, o meu posicionamento era um elemento importante para que tivesse um melhor controlo sob a turma, mais precisamente no salto em comprimento e em altura, bem como no lançamento do peso. Na abordagem ao salto em comprimento e lançamento do peso, mantinha-me junto à execução destes exercícios que requeriam maior responsabilidade quanto aos riscos de segurança e maior preocupação quanto à execução técnica dos movimentos, porém esta situação não inviabilizava que não transmitisse feedbacks aos restantes alunos, controlando os exercícios mais autónomos que estes realizavam nas proximidades. Quanto ao salto em altura, este também requeria a minha presença, enquanto os outros alunos realizavam exercícios critério de corfebol, a fim de realizarem jogo no término da aula.

A avaliação correspondente a este nível de ensino foi tida em conta a avaliação sumativa das habilidades motoras de cada unidade didática (voleibol, corfebol e atletismo), o socio-afetivo e um teste escrito por forma a avaliar os conhecimentos com precisão e exatidão dos discentes, esta foi a única alteração em relação ao que se sucedeu no ensino do secundário, onde a avaliação escrita não foi tida em conta.

c) Condução do ensino

De referir que em relação à condução do ensino na modalidade de Voleibol, esta foi levada a cabo através de estratégias que vão de encontro com a investigação (ver páginas 35-40).

No que diz respeito às adversidades que me fizeram frente, foi claramente as aulas de 45 minutos numa fase inicial, onde eu tinha que saber gerir de uma forma bastante rígida, porque apesar de tudo, 45 minutos é pouco tempo para a elaboração de uma aula prática de Educação Física, isto porque ao se iniciar uma aula deste teor, temos que contar a partida com 5/10 minutos para que os alunos se apresentem em aula, 15 minutos no total para a ativação funcional e alongamentos antes e depois de se iniciar/acabar a aula e ainda, cerca de 7/8 minutos para que os alunos tenham tempo de se desequipar e apresentarem-se na disciplina seguinte. Desta forma, existe uma clara limitação de tempo para lecionar os conteúdos que constavam no plano de aula e por vezes isso devido ao meu vacilo face a este minuto de tempo, os alunos acabavam por sair ligeiramente mais tarde do que o pretendido.

Outra dificuldade passou pela transmissão de feedbacks positivos aos discentes que se apresentavam com maiores dificuldades, onde eu, por norma deveria incentivar e não apenas dar indicações de forma a que no fim melhorassem, e soubessem onde estavam a errar. Para corrigir esta situação, passei a estar mais presente na necessidade individual dos alunos com maiores dificuldades, transmitindo feedbacks corretivos, mantendo-me junto a eles, garantindo que estes compreendessem a execução do movimento e consecutivamente transmitia feedbacks motivacionais que tinham aspetos bastante positivos neles, para que no final estes melhorassem e na próxima já se sentissem confiantes na realização do exercício. Desta forma, compreendemos que a atuação do docente face à realização do discente é dos fatores mais importantes à melhoria e interesse na disciplina. Não é de descorar que a Educação Física é uma disciplina que por norma é mais prática, mas deve ser tida como uma disciplina que poderá vir a ser favorável na vida dos discentes, claramente que a mensagem que se tenta passar é que estes um dia mais tarde, quando não tiverem aulas de Educação Física, que continuem a fazer desporto ou de alguma forma exercício físico, e nada melhor que para o incentivo e críticas positivas para que isso aconteça.

Porém nem tudo deve ser tido como um problema ou um entrave ao ensino, há que se abordar os aspetos positivos. No início, confesso que me custava ser o professor que grita e castiga e essa postura por vezes trouxe-me certos entraves, contudo o controlo disciplinar que tinha que advir da minha parte, foi bastante firme, porque a postura que tomei de início, não foi tida em total consideração e por vezes tive que me impor. É necessário quando se coordena uma turma, se ter voz firme e é isso que vou abordar agora, no que tocava ao controlo que tinha que ter na turma, soube que por vezes devido à conduta dos mesmos, tive que aplicar castigos com bastante eficácia, onde mais tarde quando os retirava do castigo,

estes mostravam uma postura diferente e mais correta, mostrando em parte que começavam a compreender o que podiam ou não fazer. Tal como defende António Rosado (2007), ter um bom controlo disciplinar sobre a turma, que envolva a explicitação e justificação das regras e posteriormente a implementação de procedimentos justos e razoáveis, num ambiente simultaneamente exigente e tolerante é crucial para que os alunos saibam “estar” em aula.

Novamente, a constante abordagem aos feedbacks corretivos, que nos indicam ser uma mais valia - pois os alunos demonstraram uma evolução notória nas três modalidades desenvolvidas - , estes feedbacks não visavam apenas o erro, mas também a solução, e esta, era pensada em conjunto com os alunos através do questionamento, para que os alunos pudessem pensar sobre a melhor forma para corrigir determinado movimento.

Quanto há relação docente/ discente esta, tal como aconteceu anteriormente, foi muito positiva, conseguida pela fácil interação que tenho com as pessoas, mas também pela utilização de abusos de linguagem que permitem criar um bom ambiente de aula e proximidade com os alunos. A criação de um clima de confiança e de desdramatização do erro, aspetos importantes e defendidos por António Rosado (2011) ao lidar com tarefas mais complexas e de maior risco de insucesso, contribuiu também para uma boa relação com os alunos, principalmente numa fase inicial de aprendizagem em que o erro é mais provável de se suceder.

I.IV - Ensino Secundário (3º Período)

a) Fundamentação do Plano de Intervenção

Chegado ao último período do ano letivo, finalizei o meu percurso com a turma de 10ºD - correspondente ao ensino secundário, onde esta tinha uma constituição de catorze alunos, dos quais oito pertencem ao sexo feminino e seis ao sexo masculino.

A escolha das unidades didáticas a serem lecionadas neste 3º período foi concebida uma vez mais pelo docente orientador na instituição, Nuno Rodrigues, onde as modalidades selecionadas foram o futsal e badminton.

A fundamentação do plano para esta turma teve por base as duas avaliações diagnósticas realizadas em cada modalidade, bem como os feedbacks transmitidos pelo professor orientador sobre a sua experiência na leção de aulas a estes alunos, nos outros dois períodos. A informação que me chegou à partida, foi que esta seria uma experiência diferente de ensino, devido às características desta turma. A clarificação desta informação foi perceptível

na primeira aula que lecionei, dando conta que esta era uma turma que tinha muitos elementos que não praticavam qualquer tipo de modalidade desportiva e repudiavam as aulas de Educação Física pela necessidade primária de atividade física, sendo esta uma situação que condiciona à partida a condução do ensino que queremos levar a cabo.

b) Planeamento e avaliação

No que diz respeito ao planeamento destas modalidades, a escolha do espaço para a modalidade de futsal, tal como acontecera anteriormente no primeiro período, recaiu sobre o campo exterior e sempre que possível, no pavilhão multidesportivo, enquanto a modalidade de badminton realizou-se no ginásio e casualmente no pavilhão multidesportivo. As aulas destas modalidades foram distribuídas por 8 blocos (16 aulas) - futsal e 7 blocos (14 aulas) - badminton.

De acordo com as avaliações diagnósticas realizadas, no futsal os conteúdos trabalhados foram os gestos técnicos de passe, receção, condução de bola e posteriormente, desarme, drible e remate, através de exercícios critérios base, mas também através de situações técnico-táticas defensivas, mais precisamente a marcação individual e ações técnico-táticas ofensivas como a desmarcação em sobreposição, diagonal e paralela. Quanto ao badminton, os conteúdos trabalhados foram os gestos técnicos de serviço curto/longo, lob, clear, drive, amorti e remate.

A avaliação neste terceiro período não dependia apenas das notas que eu viria a lançar, mas também das avaliações provenientes do primeiro e segundo período, sendo feita a média final dos três períodos que no final revelou a inexistência de qualquer reprovação à disciplina em causa.

c) Condução do ensino

Quanto à minha intervenção, esta foi condicionada pelas adversidades que se apresentaram ao longo do terceiro período. Começando pelo fator motivacional dos alunos, considero este o principal obstáculo que se apresentou no meu caminho, pois esta turma, de um modo geral, com exceção de 4/5 elementos, não é muito vocacionada para a prática de atividade física e de encontro com esse mesmo sentimento, vinha a falta de motivação para a realização das aulas de Educação Física.

Nas primeiras aulas (futsal e badminton) procurei realizar alguns exercícios critério, mas rapidamente percebi que esse não seria o caminho, devido à postura dos alunos na realização dos mesmos. A estratégia posteriormente utilizada passou pela realização de jogos lúdicos, condicionados e formais para que os alunos se empenhassem mais e pudessem desenvolver as suas capacidades. Esta mudança estratégica, não sendo sempre bem-sucedida, trouxe desenvolvimentos nas capacidades motoras dos alunos, bem como no empenho demonstrado pelos mesmos.

A falta de motivação para com as aulas de Educação Física, consequentemente trouxe outras adversidades, através da chegada atrasada dos alunos às aulas. Este ponto, vem de encontro com o anterior, prejudicando os alunos na sua avaliação, em termos socio afetivos, e as aulas, pelo condicionamento gerado pelas atitudes dos alunos. Uma das estratégias utilizadas, foi o começo de aula mais tardio para os alunos que chegavam atrasados, fazendo um aquecimento lúdico e dinâmico com os alunos pontuais, enquanto os outros aguardavam a minha decisão para iniciarem um aquecimento mais tradicional através da corrida à volta do campo. Esta situação teve efeitos benéficos sob um a dois elementos, que apesar de chegarem atrasados, gostavam das aulas de Educação Física, porém os restantes alunos não se mostravam preocupados com a situação e por isso a estratégia acabou por deixar de ser utilizada, pois esta situação ia de encontro com as pretensões dos alunos que não gostavam de fazer aula - quanto menos tempo eles tivessem de atividade física, melhor seria nas suas formas de pensarem. Procurei ainda alertar os alunos, ao longo das semanas, que as suas atitudes poderiam prejudica-los de forma séria, pois não havendo capacidades notórias de habilidade motoras, alienado com a falta de atitude demonstrada nas aulas, esta situação poderia levar a uma nota final negativa na disciplina. A transmissão desta informação captou a atenção dos alunos, porém foram poucas as aulas em que surtiu efeito.

Por último, destaco a ineficácia na transmissão de feedbacks corretivos. Este foi um instrumento que inicialmente utilizei muito, mas que deixei de utilizar para a maioria dos alunos, pois não havia interesse na aprendizagem dos conteúdos, sendo que estes demonstravam desagrado e desinteresse quando corrigidos. Mesquita (2004), citado por Rosado & Ferreira (2011), defende que o elogio regular em torno da realização das instruções propostas, determinam maiores níveis de responsabilização dos praticantes/alunos e dessa forma optei pela maior utilização de feedbacks motivacionais e positivos para com estes alunos. Estes feedbacks eram utilizados assim que os discentes alcançavam o objetivo pretendido ou mostravam uma melhoria na execução dos gestos técnicos, resultando num compromisso maior por parte dos alunos em relação aos exercícios e conteúdos abordados.

Em contrapartida, a todos estes aspetos menos positivos apresentados em cima, considero que esta foi a turma que em termos disciplinar, menos necessitou de intervenções, pois os discentes de um modo geral tiveram sempre uma conduta correta - sem faltas de educação -, uma pequena chamada de atenção chegava para que eles estivessem atentos, registando

apenas uma ocasião em que utilizei um castigo já no decorrer da aula, colocando uma aluna sentada o resto da aula, devido a esta se ter recusado a realizar os exercícios por não estar junto de um outro aluno. A aplicação deste castigo resultou muito bem, pois nas aulas seguintes a atitude mudou e não mais voltou a suceder-se tal situação com nenhum aluno.

A terminar, este foi o período em que me destaquei mais pela positiva na capacidade de intervenção - objetivo esse difícil de alcançar - quer na intervenção feita para chamar a atenção de alunos que se encontravam mais afastados de mim - visão periférica -, quer em termos de inflexão sobre o plano de aula, pois esta turma obrigou-me a alterar/retirar exercícios durante as aulas, devido às características dos alunos, mas também há constante mudança de espaços que nem sempre foi esperada, pois em diversas ocasiões o plano estava estruturado para ser colocado em prática no campo exterior, porém à última da hora o pavilhão multidesportivo ficava disponível e sendo esse um espaço que não deve ser desperdiçado quando se encontra disponível - pelas condições que oferece - a adaptação era feita no desenrolar da aula e sempre de forma natural, sem perjúrio de um correto funcionamento da mesma.

Reflexão global sobre a Área I

Este ano letivo que passou teve grande importância a nível pessoal e profissional, considerando ter tido uma evolução contínua no desempenho do papel de professor estagiário.

Em relação a esta área, foram vários os fatores que contribuíram para a minha evolução neste cargo, desde a minha força de vontade e motivação em querer aprender e melhorar, mas também o acompanhamento que tive por parte do professor orientador Nuno Rodrigues. Este acompanhamento foi diário, porém, formalmente tive reuniões semanais visando a reflexão sobre as aulas lecionadas, discutindo aspetos positivos da minha intervenção e aspetos a melhorar nas aulas seguintes, sendo que a procura de novas estratégias foi recorrente e importante, pois ajudou-me a ultrapassar os obstáculos que se foram colocando no meu caminho.

Na primeira reunião que tive com o professor orientador, ficou também estabelecido a entrega de relatórios semanais sobre as aulas lecionadas e atividades extracurriculares que realizaríamos ao longo do ano letivo, havendo assim um espaço para uma reflexão e autoavaliação de forma a melhorar o meu desempenho nas semanas seguintes. Este espaço de reflexão que me foi pedido, ajudou-me imenso a interiorizar as minhas dificuldades e a questionar-me sobre as estratégias a utilizar para ultrapassar as dificuldades sentidas nas

aulas anteriores, mas também a antecipar-me e a adaptar-me perante contratempos de pudessem surgir no início/durante/fim da aula.

No primeiro período as principais dificuldades assentaram sobre o controlo disciplinar da turma, o meu posicionamento no decorrer da aula, o tempo de transmissão/explicação dos exercícios e a visão periférica. Este último, apesar da evolução notória ao longo do primeiro período, foi já no decorrer do segundo período que consegui ter controlo de uma turma à distância. Para isso, contribuíram os feedbacks do professor orientador, que me fez perceber que o meu posicionamento não era o ideal. Não virava as costas para a turma, mas também não me colocava num ponto que me permitisse ter visibilidade para todos os alunos e daí a falta de visão periférica, que por sua vez tinha como consequência falta de controlo disciplinar em pequenos momentos da aula.

No segundo período deparei-me com uma nova adversidade - gestão do tempo das aulas de 45 minutos. A maior dificuldade passava por querer transmitir novos conhecimentos nestes 45 minutos, sendo essa uma tarefa difícil, pois dentro deste tempo, temos de contar que os alunos precisam inicialmente de tempo para se equipar, fazer ativação funcional e no final realizarem alongamentos e saírem uns minutos mais cedo, sobrando muito pouco para aprendizagem. Nas primeiras duas aulas ainda procurei realizar exercícios novos e executá-los, ao mesmo tempo que lhes ia transmitindo novos conhecimentos, mas percebi que isso não seria compatível, pois as aulas terminavam em cima da hora do toque não lhes dando muito tempo para se desequiparem. Essa situação foi corrigida através da utilização de exercícios das aulas anteriores, com a introdução de apenas uma ou duas variantes novas, que permitissem aos alunos aprender novas componentes da modalidade e em simultâneo operacionalizarem o exercício de forma rápida e eficaz.

A terminar, no terceiro período, após ultrapassadas grande parte das dificuldades enumeradas neste espaço e anteriormente referidas no restante relatório, surgiu um novo obstáculo - motivação dos alunos para as aulas de Educação Física. Esta situação revelou-se um grande desafio para mim, pois teria de procurar e utilizar todo o tipo de estratégias para que os alunos pudessem tirar maior proveito das aulas de EF. As estratégias foram várias, desde a utilização do castigo para os alunos que chegavam atrasados, a realização exercícios critério dinâmicos e competitivos para que estes se motivassem, realização de jogos lúdicos no início das aulas, mas poucas foram as estratégias que resultaram, pois não havia interesse na aprendizagem das modalidades. Consequentemente, optei por novas estratégias como a utilização de feedbacks motivacionais quando os alunos iam de encontro como o objetivo do exercício/jogo, bem como uma interação com os alunos mais fluída, para que estes não sentissem tanto a minha presença de professor que “manda” e se sentissem à vontade para tirar proveito do jogo, respeitando sempre as regras da sala de aula. De referir, que as aulas passaram a ser compostas apenas por jogo condicionado e formal, pois só desta forma os

alunos se empenhavam minimamente nas aulas e através do jogo condicionado conseguia alcançar o objetivo pretendido para estes alunos nas modalidades que lecionara.

Área II- Participação na Escola

Desporto Escolar

No desporto escolar, a modalidade deferida foi a unidade didática de Badminton e em conjunto, a modalidade de Multiatividades de Ar Livre, sendo aquelas que o docente orientador de estágio estava encarregue.

Multiatividades de Ar Livre:

Na modalidade de Multiatividades, não houve uma regularidade de treinos semanais, pelo que ficamos encarregues de organizar o Open Day de Multiatividades na nossa instituição e sempre que houve competição entre escolas, acompanhámos os alunos e o docente orientador nessas saídas para a competição.

A concentração de Multiatividades ao ar livre em que participei, acompanhando os alunos das Escola Secundária Quinta das Palmeiras, teve lugar no espaço do Complexo Escolar do Fundão e terrenos adjacentes, no dia 22 de fevereiro.

A participação neste tipo de atividades exige à priori um tratamento de dados como anúncio da lista de convocados de alunos, autorizações para os encarregados de educação, bem como o envio das respetivas inscrições à entidade (escola) organizadora da prova. Estes pontos foram tratados pelo professor orientador, visto que não detinha qualquer experiência na preparação deste tipo de provas e não conhecia os alunos e o seu desempenho nesta modalidade, desta forma apenas presenciei e auxiliei no processo. Para além do processo burocrático, é necessário preparar também um saco que contenha o material essencial à participação na prova, como por exemplo, t-shirts representativas da escola, um kit de primeiros socorros, um cronómetro e uma bússola.

A nossa escola fez-se representar por duas equipas juvenis mistas que já tinham alguma experiência neste tipo de provas, participações em anos anteriores.

O percurso de orientação era composto por 15 postos de controle (5 pontos cada) e 5 estações (10 pontos cada), em que os atletas realizaram atividades como: tiro com arco, escalada, percurso de BTT, tiro com zarabatana, manobras de cordas, jogos tradicionais e orientação

com bússola. A prova de orientação foi feita com o auxílio de uma fotografia aérea via satélite.

A participação na prova foi um sucesso visto que conseguiu-se aliar um excelente ambiente de prova, dinamismo, motivação e trabalho de equipa, aos bons resultados alcançados a favor da nossa escola, visto que conseguimos alcançar as duas primeiras posições.

De referir que o papel dos professores neste tipo de provas passa por auxiliar e esclarecer dúvidas que os alunos tenham sobre as regras da prova, incentivá-los e garantir que antes que a prova comece, os discentes detenham o material necessário para a realização da mesma.

Badminton:

O Badminton, foi a modalidade onde detivemos maior presença e participação, haviam sempre dois treinos semanais, com uma carga horária de 2h cada treino, sendo que à segunda feira quem dirigia o treino era o docente orientador e à quarta feira era eu e a minha colega de estágio. Definiu-se à partida que apenas iríamos observar o primeiro treino que foi dirigido pelo professor orientador e seguidamente dirigíamos os treinos alternadamente, mais precisamente, de duas em duas semanas.

Ao que posso referir dos primeiros treinos houve bastante entusiasmo logo à partida pelos discentes - essa situação alterou-se devido à existência em simultâneo dos treinos de futsal, levando os discentes juvenis aos treinos de futsal. Os treinos de badminton eram mistos, porém as duas alunas apenas podiam comparecer ao treino de segunda feira e dessa forma, não dirigimos nenhum treino com elas, sendo que os nossos treinos foram sempre lecionados para alunos do sexo masculino.

Os planos de treino inicialmente tinham maior ênfase sobre exercícios critério de forma a trabalhar os aspetos base da modalidade como o serviço longo/ curto, clear, lob, remate, amorti, completando-se com o jogo formal no fim do treino.

Posteriormente os treinos passaram a ter uma componente mais tática, elucidando os discentes para a utilização de estratégias benéficas para a aquisição do ponto. Estas estratégias eram trabalhadas através de exercícios, mas principalmente através de jogo restringido ou jogo formal. Este último, com a aproximação da competição, passou a ter maior ênfase nos treinos, visto que a realização de torneios internos entre os alunos passou a ser uma constante presença, por forma a dar aos alunos a competitividade necessária para a preparação das concentrações de Badminton que se seguiriam. A utilização de torneios

internos nos treinos mostrou ser um elemento abundantemente positivo, pois os alunos tinham uma motivação extra para treinar e sempre com um ambiente muito bom.

No fim, todo o trabalho acabou por ser recompensado nas duas concentrações de Badminton que se realizaram e em que participamos com os nossos alunos, no Tortosendo e em Belmonte, em que conseguimos colocar dois dos nossos alunos (masculinos) nas duas finais, verificando-se assim duas finais entre alunos da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, ganhas por cada um deles e uma das nossas alunas na final, na concentração no Tortosendo e semifinal, na concentração em Belmonte.

A concentração de Badminton em que participei, acompanhando os alunos das Escola Secundária Quinta das Palmeiras, teve lugar na Escola Pedro Alvares Cabral (Belmonte), no dia 20 de fevereiro.

A participação neste tipo de prova, tal como nas Multiatividades, exige à priori o mesmo tratamento de dados, porém, nesta ocasião, estes pontos foram tratados por mim e pelo professor orientador, visto que esta era uma modalidade em que tive uma intervenção direta - treinos de badminton - e por isso discutimos em conjunto a lista de alunos convocados para participarem na prova. Esta, baseou-se sobretudo na assiduidade dos discentes nos treinos de badminton, bem como no seu desempenho. Para além do processo burocrático, foi necessário preparar também um saco com o material essencial à participação na prova, como as t-shirts representativas da escola, raquetes de badminton e uns volantes (prevenção).

Esta competição foi organizada para o escalão etário de infantis e teve a participação de diversas escolas.

A entidade organizadora preparou 4 campos de badminton que na maior parte do tempo estiveram sempre ocupados, havendo ao longo de toda a prova um cuidado por parte dos professores para que isso se sucedesse.

No início da prova auxiliei um dos professores da entidade organizadora a preencher os boletins de jogo e assim que terminei a tarefa, aproximei-me dos nossos alunos para perceber como estes se estavam a sentir e transmitir algum reforço motivacional.

Esta competição permite aos professores uma intervenção direta com os seus alunos durante a prova (pausa no jogo) e por isso procurei durante todo o tempo transmitir feedbacks motivacionais aos alunos, mas sobretudo, relembra-los do trabalho realizado nos treinos, “refrescando-lhes” a memória para estratégias, ações técnico-táticas que podem utilizar para dificultar o jogo ao adversário e ganhar ponto.

A participação na prova, tal como dito em cima, foi um sucesso, visto que conseguimos, nos masculinos, reeditar a final da concentração de badminton realizada no Tortosendo, com dois

dos nossos alunos a disputar a final, sendo que desta vez o vencedor foi diferente, tornando os resultados ainda mais interessantes. Nos femininos, com duas alunas, conseguimos alcançar os quartos de final e meias finais, resultados estes, também muito positivos. Esta foi uma prova realizada com sucesso, não só pelos resultados alcançados, mas pela experiência, pelo convívio, pelo bom ambiente e pelo empenho que os nossos alunos demonstraram ao longo de toda a prova.

III Concentração de Multiatividades ao Ar Livre:

A organização da III Concentração de Multiatividades ao Ar Livre ficou a cargo da Escola Secundária Quinta das Palmeiras e uma vez que existe um núcleo de estágio de Educação Física, foi-nos pedido - estagiários - que tratássemos da organização desta prova, desde a elaboração do regulamento da prova até à escolha e operacionalização das atividades a realizar.

A prova realizou-se no dia 10 de maio de 2017 e teve a participação de cinco equipas de diferentes escolas - Fundão, Tortosendo e Lageosa. De acordo com as normas e regras da prova, apenas três equipas cumpriam os requisitos de competição (juniores e iniciados), enquanto as outras equipas apenas participaram como “experimentação”.

A prova tinha como principal objetivo alcançar o mínimo de 100 pontos, no menor tempo possível - tempo máximo da prova era de 1 hora e 30 minutos. Esta foi composta por 15 pontos de controlo (balizas) - cada baliza valia 5 pontos - distribuídos pela escola e as equipas, através de um mapa, tinham como objetivo descobri-los e escrever no cartão de controlo, o código - números e letras - correspondente ao número das balizas identificado no mapa, exigindo assim capacidade de orientação. Para além destes pontos de controlo, existiam ainda 6 atividades, das quais as equipas tinham como obrigatoriedade realizar 5 - 10 pontos máximos em cada atividade - deixando à sua escolha, a atividade que não realizariam. Estas atividades envolveram provas como tiro com arco, escalada nos espaldares do ginásio, realização de uma maca e operacionalização da mesma através de um percurso percorrido com um elemento do grupo deitado na maca, realização de percursos com patins em linha, skis de madeira e por fim um percurso realizado numa “teia”, em que os alunos por cada toque numa fita perdiam um ponto, começando com um total de 10 pontos. Estas atividades exigiam destreza, agilidade, coordenação e dinâmica de grupo, havendo sempre uma preocupação geral com o tempo de atividade e tempo final de prova.

Devido às condições meteorológicas adversas que se fizeram sentir ao longo de toda a prova, as atividades obrigatórias tiveram de ser realizadas no pavilhão multidesportivo e no ginásio, salvaguardando a segurança dos alunos.

Esta prova teve a colaboração de todos os professores do grupo de Educação Física, bem como dos nossos alunos das Multiatividades, que não podendo pontuar para o ranking devido à prova ser feita na nossa escola, ajudaram-nos na operacionalização das atividades.

A finalizar, a prova foi um sucesso, pois apesar da chuva que se manteve ao longo de toda a prova, o estado anímico e motivacional das equipas foi sempre muito alto, as atividades foram do agrado de todos os participantes e tudo isso se reverteu em índices competitivos muito bons.

Ação de Intervenção na Escola

Palestra:

No âmbito da unidade curricular de Estágio, o Núcleo de Estágio de Educação Física dinamizou, na Escola Secundária Quinta das Palmeiras, a Palestra “Desporto para Todos - O Poder da Imagem”, sendo esta destinada aos alunos do secundário.

A palestra iniciou-se com a palestrante Prof. Doutora Kelly O’Hara, que fez uma breve apresentação do Curso de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, dando a conhecer a todos os presentes, o trabalho realizado no Departamento e Curso de Ciências do Desporto, enaltecendo as suas mais valias e principais saídas profissionais.

A finalizar a primeira parte da palestra, a palestrante Prof. Doutora Carla Lourenço, deu a conhecer o Desporto Adaptado, através de uma componente teórica, apresentando uma versão generalizada do tema e de seguida debruçou-se o Voleibol Sentado. Assim que terminou esta componente mais teórica, os professores de Educação Física juntaram as suas turmas no pavilhão multidesportivo para uma componente prática - workshop de Voleibol Sentado, participando de uma forma muito ativa.

A segunda parte da palestra teve como tema “Um Olhar Pedagógico sobre o Corpo”, e teve como palestrante o Prof. Albino Ferreira, que alertou os alunos para a evolução do corpo ao longo dos anos, problemas relacionados com uma vida sedentária e cuidados a ter quando se procura uma vida ativa através do exercício físico. Terminada esta parte teórica, encaminhamos uma vez mais os alunos para o pavilhão multidesportivo, para a realização de um workshop sobre “Erros Posturais” com o instrutor Prof. Rui Duarte. Esta última parte, importante para os alunos que procuram trabalhar o corpo nos ginásios e health clubs, perceberem melhor como corrigir as suas posturas perante um treino que têm que realizar, evitando ao máximo posturas menos corretas, reduzindo o risco de lesões.

Considero que esta palestra foi um sucesso, pois os temas foram abordados de forma muito dinâmica e esclarecedora para que os alunos pudessem reter um maior conhecimento sobre os temas, bem como o funcionamento e organização da mesma, que também de correu sem grandes problemas, com o contributo claro de todas as entidades envolvidas como a direção, professor orientador Nuno Rodrigues, os palestrantes, os professores de Educação Física, as funcionárias do bar dos professores, os funcionários do bloco A, do CTE, os alunos de turismo que trataram de receber as pessoas e encaminhá-las para os seus lugares e todas as pessoas que direta ou indiretamente nos ajudaram para que tudo fosse concretizado com sucesso.

Semana da Leitura - Rota dos Leitores - Peddy Paper

Entre os dias 26 a 31 de março de 2017, decorreu na nossa escola a semana da leitura, sendo que os Núcleos de Estágio de Educação Física e de Português e Espanhol, decidiram dinamizar uma atividade “Rota dos Leitores - Peddy Paper”, destinada aos alunos do 7º ano de escolaridade. Esta atividade consistiu numa prova de orientação, dentro do que havia sido feito nas provas de Multiatividades ao Ar Livre que participamos e que posteriormente organizámos, sendo que cada núcleo propôs um conjunto de atividades e com o consentimento de todos fez-se a distribuição dos pontos de controlo e de atividade pelo mapa satélite que seria utilizado na prova.

Esta atividade envolveu duas turmas de 7º anos - A e E respetivamente - num total de 52 alunos e tinha como objetivo explorar o conhecimento dos alunos sobre diversas temáticas das disciplinas em causa e em simultâneo explorar o lado competitivo dos discentes e a dinâmica de grupo dos mesmos. Estas atividades contemplavam desafios literários, em língua portuguesa e espanhola, e atividades físicas, como a escalada e o percurso com andas (copos), bem como algumas perguntas provenientes colocadas nos pontos de controlo sobre a disciplina de educação física.

A prova decorreu dentro das horas previstas e sem qualquer tipo de adversidade no funcionamento da mesma. Para isso contribuíram todos os professores dos respetivos núcleos de estágio que de forma muito eficaz juntaram todos os alunos no local de inicio de prova para que fosse feita uma breve explicação do objetivo e regras da atividade.

De um modo geral a prova cumpriu com as metas propostas aquando da organização da mesma, pretendendo-se sobretudo que os alunos aderissem com grande satisfação e entusiasmo à atividade e que o desempenho dos discentes fosse positivo nas atividades ligadas diretamente às disciplinas em causa, que acabou por se suceder.

Mega sprint:

No dia 23 de fevereiro realizou-se no complexo desportivo da Covilhã o Mega Sprinter-Fase Escola, durante toda a manhã. Este teve como principal objetivo incentivar e desenvolver o gosto pelo atletismo, permitindo neste espaço a prática da corrida e do salto em locais preparados para competições oficiais (Complexo Desportivo), promover o cumprimento de regras e de respeito por companheiros e adversários em situação de competição e participar em eventos realizados pela escola, demonstrando o trabalho desenvolvido na disciplina de Educação Física.

O Mega Sprinter-Fase Escola está ao alcance de todos os alunos, sendo que todos podem participar e competir, no seu escalão etário e nas mais diversas modalidades de atletismo como as corridas, os saltos (comprimento e altura) e lançamento do peso.

O número de alunos participantes ficou aquém das expectativas, não tendo havido uma forte adesão por parte dos alunos da escola.

A minha função principal no Mega Sprinter passou por auxiliar o professor Nuno Rodrigues no Salto em altura, fazendo a chamada dos alunos e o registo dos seus desempenhos, mas também ajudar em tudo o que me fosse solicitado, pelos restantes professores de Educação Física, que facilitasse o processo organizacional da competição.

Considero esta experiência enriquecedora, pela a oportunidade que me foi dada de perceber como se organiza uma competição escolar desta envergadura, bem como os cuidados a ter para que esta decorra sem problemas, desde a saída da escola até ao momento em que os alunos entram em competição.

Projeto Abraço e Corpo em Movimento

No início do ano letivo foi nos proposto - estagiários - participar no Projeto Abraço e Corpo em Movimento, acompanhando sete alunos com necessidades educativas especiais à hidroterapia e hipoterapia. Estas eram realizadas nas manhãs de quarta feira, sendo que a hidroterapia era feita na piscina municipal da Covilhã e a hipoterapia na Escola Profissional Agrícola Quinta da Lageosa.

Na hidroterapia, juntamente com a minha colega de estágio, acompanhei sempre de perto os alunos, entrando na água com eles e auxiliando-os nos exercícios que o professor pedia da instituição

Este auxílio era feito de forma verbal, mas também através da demonstração dos movimentos pretendidos para que fosse mais fácil para os alunos compreenderem o pretendido, principalmente para um dos alunos que tinha como deficiência ser surdo e mudo. Este mesmo aluno, foi o que mais acompanhei durante as sessões de hidroterapia, visto que este não tinha vivências com o meio aquático e por isso sentia imensas dificuldades na forma como se devia comportar neste meio, mantendo sempre o corpo muito tenso. Para além da demonstração dos exercícios, auxiliiei ainda este aluno fazendo de suporte na aprendizagem a nado, fazendo com que este ficasse submerso, preocupando-se “apenas” em fazer os batimentos dos membros inferiores e o movimento ondulatório dos membros superiores ao longo da piscina.

Quanto à hipoterapia, a minha função passou por auxiliar os alunos nas montagens e desmontagens dos cavalos, dirigir alguns exercícios de flexibilidade a realizar em cima do cavalo e por fim, controlar o tempo que estes passavam em cima dos cavalos para que todos tivessem direito ao mesmo tempo de atividade. Esta situação do tempo, deveu-se ao facto de estarem disponíveis apenas dois cavalos para as aulas e em algumas ocasiões somente um cavalo, havendo por isso uma preocupação acrescida para que nenhum aluno saísse prejudicado.

Considero esta experiência com populações especiais, muito enriquecedora não só em termos de aprendizagem, mas também em termos de socialização com estes alunos que têm uma necessidade acrescida de afeto e que quando essa atenção lhes é dada, a alegria nos seus rostos surge de forma muito espontânea, recompensando todo o trabalho realizado com eles.

Reflexão global sobre a Área II

No encetar do estágio pedagógico, ficou acordado com o professor orientador, ser responsável, juntamente com a minha colega e estágio, pelas modalidades de Badminton e de Multiatividades ao Ar Livre do Desporto Escolar. Ao longo do ano, na modalidade de badminton fomos responsáveis pelos treinos realizados à quarta feira entre as 14h15 e as 16h, bem como pelo acompanhamento feito nas saídas do desporto escola para participar nas provas, que posteriormente nos levaram às distritais da modalidade. Esta experiência possibilitou-me representar pela primeira vez o papel de treinador e assim aperceber-me das diferenças entre um treino de desporto escolar e de uma aula de EF, sendo que a disposição dos alunos é totalmente diferente, visto que estão no desporto escolar por vontade própria, tornando o ambiente do treino mais agradável quer para o professor quer para o aluno.

Dentro do Desporto Escolar, ficámos ainda responsáveis por dinamizar a modalidade de Multiatividades ao ar livre, realizando um Open Day das Multiatividades e participando na

Semana da Leitura com provas de orientação. Posteriormente acompanhámos os alunos nas provas que surgiram, sendo que a última concentração estava ao cargo da nossa escola e desta forma, ficámos encarregues de toda a organização da competição, o que nos trouxe uma maior experiência na organização de provas escolares e/ou extracurriculares.

Em relação à minha intervenção na escola, concebo ainda especial destaque à palestra que organizámos, à prova de mega sprint e ao projeto “Abraço e Corpo em Movimento”. Este último, concebeu-me novas experiências, pois até à data ainda não tinha lidado com alunos NEE’s, o que me enriqueceu bastante a nível pessoal e profissional, por todas as dificuldades sentidas no acompanhamento destes alunos, mas também por todos os momentos em que estes alunos demonstraram uma evolução na sua capacidade motora e na sua parte socio-afetiva.

Nesta “Área II” destaco como principais dificuldades a parte burocrática da organização das provas e palestra, sendo que o auxílio do professor orientador foi muito importante para ultrapassar essas mesmas adversidades. No acompanhamento feito aos alunos com NEE’s, destaco a dificuldade sentida na hipoterapia para que estes conseguissem realizar os exercícios pretendidos em cima do cavalo, bem como na piscina devido à falta de adaptação que alguns alunos demonstraram no meio aquático e ao medo que alguns alunos sentiam na realização de exercícios submersos.

Na hipoterapia, as dificuldades foram ultrapassadas através da demonstração contínua dos exercícios pretendidos, feita por mim no solo e por vezes entrei em contacto direto com os alunos explicando o pretendido, por exemplo, segurar no braço do aluno e indicar-lhe o movimento pretendido com a calma necessária para que a mensagem fosse entendida.

Na hidroterapia, as adversidades, uma vez mais, foram ultrapassadas através do contacto direto com os alunos dando-lhes as mãos para que estes se sentissem mais seguros nos exercícios submersos e nas restantes aprendizagens, era necessário segurar-lhes a bacia, os ombros, as mãos, consoante os objetivos pretendidos.

A finalizar, considero essencial a participação nesta área, pois possibilitou-se entrar numa realidade de contexto escolar diferente, desempenhando uma grande variedade de funções, enriquecendo o meu leque de experiências.

Área III - Relação com a Comunidade

Direção de Turma

No decorrer do primeiro período letivo tive a oportunidade de acompanhar a direção de turma de um 12º ano, a qual não lecionei qualquer aula por não fazer parte do leque de turmas pelas quais o professor orientador é responsável. Toda a caracterização feita sobre este tema, teve por base a recolha de informação que fiz através da observação das reuniões de direção de turma, bem com as informações que me foram transmitidas pelo diretor de turma que acompanhei.

A função de diretor de turma pode ser exercida por qualquer docente da instituição escolar, desde que seja eleito para o cargo e demostre disponibilidade para o assumir.

O docente eleito para este cargo é o responsável máximo pela turma e em conjunto com os professores das diversas disciplinas dessa turma, devem encontrar soluções para as adversidades que surjam durante o percurso académico dos alunos. Faz parte também das suas funções, contactar diretamente os encarregados de educação para discutir todo o tipo de situações que estejam ligadas ao processo ensino-aprendizagem dos seus educandos.

As principais tarefas que este cargo exige e que me foram perceptíveis de verificar, passam inicialmente por realizar a caracterização da turma e posteriormente a verificação da assiduidade dos alunos às diversas disciplinas. A caracterização já tinha sido feita, pois esta direção já acompanhava a turma desde o 10º ano, sendo apenas necessário realizar algumas alterações e atualizações cirúrgicas que surjam no decorrer do ano.

A minha observação ficou marcada, sobretudo, pela presença nos conselhos de turma realizados no primeiro período, onde foram abordados temas como as informações sobre contactos com os encarregados de educação, confirmação das avaliações atribuídas por cada professor nas diversas disciplinas, preenchimento dos planos de recuperação dos alunos com níveis inferiores a 10, apreciação global da turma quanto ao seu desempenho e conduta em sala de aula, avaliação do desempenho dos alunos nos apoios e confirmação das horas que cada disciplina solicitou para o plano da educação sexual da turma.

A possibilidade de assistir a estas reuniões ajudou-me a perceber a forma como se tratam alguns processos burocráticos dos alunos, tendo faltado apenas a possibilidade de assistir a reuniões com encarregados de educação. No entanto e por minha questioneei o diretor de turma sobre quais os temas abordados nessas reuniões, a qual me transmitiu que os assuntos abordados iam de encontro com o aproveitamento escolar, comportamento em sala de aula, bem como problemas dos seus educandos, dentro e fora da escola.

Reflexão Final

Finalizado o estágio pedagógico é importante refletir sobre o meu desempenho em todas as áreas em que estive envolvido ao longo deste ano letivo.

Inicialmente, perante a responsabilidade de transmitir conhecimentos a outros, senti um grande nervosismo no primeiro contacto com os meus alunos, receio de falhar e de não corresponder às expectativas depositadas em mim. Este sentimento foi perdendo força no decorrer das aulas, com o apoio do professor orientador e com a confiança que se foi instalando em mim para lecionar e desempenhar o papel de professor da melhor forma que me seria possível.

A possibilidade de lecionar aulas a diferentes níveis de ensino e conseqüentemente escalões etários diversificados, permitiu-me colocar em prática conhecimentos adquiridos ao longo da minha licenciatura e mestrado, bem como contactar com uma população diferente ao longo de todos os períodos, enriquecendo assim o meu currículo.

Ao longo do ano estive em constante aprendizagem com o professor orientador e todo o meio envolvente em contexto escolar. O erro foi uma constante ao longo do ano, porém, esse mesmo erro permitiu-me ser melhor dia após dia. As reuniões com o professor orientador e as reflexões e relatórios realizados no fim de cada semana de trabalho, permitiram-me não só identificar os pontos negativos, mas também procurar estratégias para que estes não voltassem a ocorrer e foi isso que se sucedeu mais tarde ou mais cedo.

Considero ter cumprido com o meu dever para com a escola e todos os professores, alunos e funcionários que me acolheram, pois procurei ser melhor todas as semanas e dar o meu contributo para que os alunos passassem por um processo de ensino-aprendizagem que os enriquecesse a nível pessoal e profissional, e a mim, possibilitar-me ser uma pessoa e um profissional melhor preparado para o futuro que reserva.

Bibliografia

Escola Secundária Quinta das Palmeiras (2016/2017). Projeto Educativo 2013/2017. Acedido a 10 de abril de 2017, em: https://issuu.com/interino/docs/projeto_educativo_2013_-_2017

Grupo de Educação Física (2016/2017). Bases Programáticas. Escola Secundária Quinta das Palmeiras, Covilhã.

Organização Curricular e Programas. Volume 1. Ensino Básico 2º Ciclo. Consultado em 20 de novembro de 2016. Disponível: https://cnapef.files.wordpress.com/2012/12/2c_efisica.pdf

Programa de Educação Física. 10º, 11º e 12º ANOS. CURSOS CIENTÍFICO-HUMANÍSTICOS E CURSOS TECNOLÓGICOS. Consultado em 23 de setembro de 2016. Disponível em: https://cnapef.files.wordpress.com/2012/12/ed_fisica_10_11_12.pdf

Programa de Educação Física. Ensino Básico e 3º Ciclo. Consultado em 2 de janeiro de 2017. Disponível: <https://cnapef.files.wordpress.com/2012/12/3c2ba-ciclo-ef.pdf>

Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Pedagogia do Desporto. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2011). Promoção de Ambientes Positivos de Aprendizagem. Pedagogia do desporto, 185-206.

Rosado, A. (1999). Léxico Comentado de Planificação e Avaliação. 12:56, 13/06/2017 <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/ESTAGIO/lexico2.htm>

Rosado, A. (2007). Sport and Personal and Social Development. In Manuel João Coelho e Silva & Carlos Gonçalves (Ed.). Sport and Education. Coimbra: Imprensa Universitária.

Soares J. (2008), Estudo do feedback Pedagógico de treinadores de Voleibol em função do género dos atletas e escalão de prática.

Universidade da Beira Interior (2016/2017). Regulamento do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2º ciclo). Documento interno, UBI. Covilhã.

CAPÍTULO 2

Investigação e Inovação pedagógica

Comparação entre a abordagem cognitiva tradicional e dinâmica para o treino da tomada de decisão no Voleibol nas aulas de Educação Física

1. Introdução

O voleibol é um desporto coletivo e por isso suporta um conjunto de características especiais que o diferenciam de modalidades individuais, como a complexidade do jogo, a adaptabilidade e a incerteza (Devís-Devís e Peiró Velert, 1999, citado por Navarro A. et al., 2015). Navarro A. et al., 2015, vai mais além, referindo-se ao desporto coletivo numa perspetiva social e interpessoal, enaltecendo a qualidade dos relacionamentos estabelecidos entre alunos da mesma equipa.

Garganta (2000), citado por Navarro A. et al., 2015, em relação aos desportos coletivos, refere que a construção de estratégias e táticas de jogo requer inteligência e cooperação entre companheiros de equipa, originando situações-problema que devem ser resolvidos por quem joga (Navarro A. et al., 2015) e é aqui que se prende a necessidade de dar liberdade aos alunos para encontrarem soluções para as diferentes situações de jogo.

Na escola atual, ainda é visível um ensino tradicional por parte dos professores de Educação Física, tal como pudemos observar ao longo deste ano letivo de estágio, bem como em outros anos no papel de aluno, sendo que este modelo na nossa opinião, retira alguma liberdade ao aluno para explorar mais opções de ação, havendo já uma discussão em diversos estudos sobre as vantagens e desvantagens que esta abordagem comporta, tal como poderemos constatar no seguimento deste trabalho. Pacheco (2001), citado por Navarro A. et al., 2015, refere que ensino focado mais na técnica impede os alunos de terem uma compreensão global do jogo nos seus aspetos mais básicos como o posicionamento, leitura de jogo, capacidade de antecipação e o entendimento com os colegas de equipa na tomada de decisão.

É dentro deste contexto que se insere esta investigação, que visa inicialmente estabelecer uma comparação entre a abordagem cognitiva tradicional e uma abordagem dinâmica para o treino de tomada de decisão no voleibol (desporto coletivo), referindo as características de

cada abordagem e suas implicações na aprendizagem desta modalidade nas aulas de Educação Física, sendo que o nosso trabalho à posteriori passa por colocar na prática a abordagem dinâmica e comparar os resultados dos nossos alunos (grupo experimental) com os alunos de outras duas turmas (grupo de controlo) à guarda de uma das professoras de EF da escola.

Abordagem cognitiva tradicional

A abordagem cognitiva tradicional define o corpo como um meio condutor para as soluções motoras, que são programadas pela mente, isto é, o controlo cognitivo é a base para toda a aprendizagem e a técnica é vista apenas como um seguimento de movimentos que estão armazenados na memória, aproximando-se de um modelo teórico ideal em que a mente é a tática presente no corpo humano e a técnica é apenas a exposição de programas motores, nela armazenados (Machado, Araújo e Godinho, 2005).

Neste processo, o cérebro é visto como o grande agente na tomada de decisão, existindo uma causa-efeito, em que a causa (tática) está ligada ao cérebro e o efeito surge associado ao corpo, à ação prática que o indivíduo detinha na memória. Esta explicação pode ser feita através da ligação de duas ações que se encontram na prática, em que o acontecimento “B” depende do acontecimento “A”. Para um sujeito será mais fácil inicialmente aprender as técnicas e posteriormente executá-las, do que seguir uma sequência em que executa o acontecimento “B” sem o “A”, concluindo-se que a capacidade de decisão é um meio condutor da aprendizagem cognitiva.

Machado, Araújo e Godinho (2005) referem que numa fase inicial de aprendizagem, a tática é desvalorizada e os jogadores/alunos dirigem a sua atenção para os aspetos mais técnicos e só depois de firmarem determinados padrões motores é que adquirem os mecanismos necessários para resolver com eficácia os problemas táticos, apresentando-se, na hierarquia de aprendizagem, primeiro a solução e depois o problema.

Esta divisão da técnica e da tática retira aos alunos a possibilidade de experienciarem um conjunto de momentos lúdicos que apenas o jogo pode proporcionar, havendo com que hajam apenas ações mecanizadas, retirando “espaço” para situações criativas (Garganta 1988, citado por Navarro A. et al., 2015).

Machado et al., (2005), dá como exemplo os alunos/jogadores que procuram reproduzir ao pormenor determinados gestos técnicos realizados por grandes jogadores da modalidade, mas que depois não têm transferência para a situação real de jogo em que estão inseridos, dificultando o nível de eficácia no seu desempenho.

Segundo Greco (1998), citado por Navarro A. et al., 2015, este processo de ensino aprendizagem tem como principais consequências a falta de contextualização com o meio, a

falta de motivação por parte do aluno na realização dos exercícios e o baixo valor educacional presente neste método tradicional de ensino.

Abordagem dinâmica

A abordagem dinâmica caracteriza-se pela relação mútua entre o praticante e o ambiente (Araújo & Davids, 2011; Davids e col., 2013; Seifert e col., 2013, citados por Martins R. et al., 2017). Esta valoriza a capacidade de adaptação a um determinado meio, procurando preparar o aluno/jogador para a diversidade de constrangimentos que este poderá encontrar numa determinada tarefa, pois existem grandes diferenças entre o ambiente de treino e de competição, tornando difícil para os jogadores/alunos conseguirem resolver os problemas internamente (Machado, et al., 2005).

Newell (1986), citado por Machado, et al., 2005, conceituou três tipos de constrangimentos a que as ações estão sujeitas de forma a trabalhar um modelo ótimo de associação em relação a uma tarefa particular: constrangimentos do organismo (jogador/aluno), constrangimentos do envolvimento e constrangimentos da tarefa.

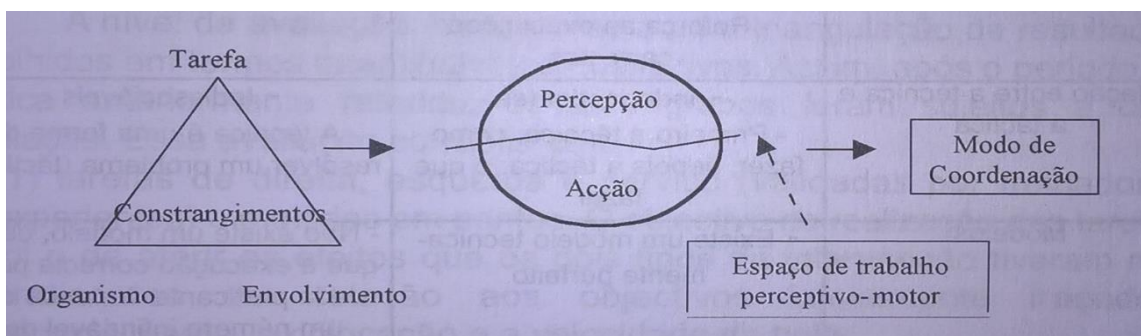


Figura 2 Influência dos três tipos de constrangimentos na coordenação motora” (Newell & McDonald, 1993, citado Machado, et al., 2005).

A melhoria da tomada de decisão do aluno/jogador é uma tarefa complexa (Davids, Button, Araújo, Renshaw y Hristovski 2006, citados por Machado et. al. 2005), sendo que o artigo em que se encontram estes autores referenciados, faz alusão à utilização de vídeos e simulações de jogo para que os jogadores/alunos possam identificar determinadas situações de jogo e assim desenvolver a sua tomada de decisão. Este método, tal como os resultados demonstraram, resultou numa melhoria das habilidades perceptivas dos alunos, com transferência para as situações de jogo (Farrow y Abernethy, 2002, citados por Carvalho et al., 2011). A intervenção permitiu concluir que o aluno, ao visualizar em tempo real as falhas, consegue em tempo de jogo, aquilo que visualizou em vídeo, isto é, inicialmente ele visualizou a falha e posteriormente responde de forma correta à situação vista anteriormente. Assim, existe constrangimento da ação, pois o discente não só deteta as

falhas existentes, como também pode recorrer de uma forma consciente à resolução da adversidade.

Posto isto, é passível de perceber a importância que o cérebro tem para a ação do corpo, pois se este conseguir antever acontecimentos, a sua resposta vai ser diferente, isto porque se o cérebro não experienciar o acontecimento prático, não terá uma capacidade de tomada de decisão tão rápida, havendo depois a necessidade de encontrar soluções, que em tempo real leva o seu tempo.

Para que este modelo, dinâmico/ecológico, seja eficazmente dinamizado, é necessário que as variáveis informativas da competição sejam reproduzidas no treino, de modo que este seja um exemplar da competição e para a qual se deseja que o comportamento em treino seja generalizado (Araújo e col., 2007; Pender e col., 2011, citados por Martins R. et al., 2017) e que o treino possua a manipulação de constrangimentos relativos a uma tarefa que irá anteceder a intervenção direta do aluno e do ambiente.

2. Método

2.1. Amostra

O teste foi realizado em quatro turmas de 7º ano, duas turmas com um total de 60 alunos para o grupo experimental e duas turmas com um total de 52 alunos para o grupo de controlo, perfazendo uma amostra total de 112 alunos.

A idade média no grupo experimental era de 11,6 anos e no grupo de controlo 11,7 anos.

2.2. Procedimentos

O desenho experimental da investigação debruçou-se sobre um pré e pós-teste em que a aplicação do teste consistiu no jogo formal 4x4. Este tinha um tempo de jogo de 5 minutos, havendo de seguida rotação de equipas.

Este teste foi aplicado em 12 aulas, durante 8 semanas, através da abordagem dinâmica, sendo que as aulas do grupo de controlo foram realizadas através da abordagem cognitiva tradicional.

Os dados foram recolhidos através de uma observação direta, com base nos parâmetros de avaliação estabelecidos (ver Anexo 1, pag.45).

Nas nossas aulas (grupo experimental) utilizámos a visualização de vídeos de jogos de voleibol com o objetivo de discutir com os alunos determinadas ações técnico-táticas. Durante as aulas utilizámos também um quadro para simular situações de jogo e explicar aos alunos qual a melhor forma de agir no meio envolvente.

A manipulação de constrangimentos foi feita no jogo, condicionando-o através de regras e dimensões de espaço. A transmissão de feedbacks pedagógicos foi um dos instrumentos também utilizados e de forma contínua, fazendo questões de acordo com a ação do aluno, procurando desenvolver a intenção e o sentido da ação do aluno perante uma situação do jogo.

Através da avaliação diagnóstica (ver exemplo: Anexo 2, pag.45) apercebemo-nos das dificuldades sentidas pelos alunos em determinadas ações técnicas e táticas e conseqüentemente decidimos condicionar as dimensões do espaço nos exercícios e situações de jogo que criámos, em espaços reduzidos, permitindo aos alunos terem maior possibilidade de estar em contacto com a bola e alcançar o objetivo do exercício.

Ao longo das semanas a criação e diversificação de regras que permitissem aos alunos alcançar os objetivos pretendidos foi uma constante. Exemplo disso foi o treino da receção em manchete, inicialmente, colocámos permitíamos que a bola ressaltasse uma vez no chão e só depois era executada a receção em manchete, procurando desenvolver a perceção-ação dos alunos na realização deste gesto técnico. No estudo da perceção-ação é explícito que os movimentos dos indivíduos são guiados pela informação presente no ambiente e não por uma estrutura interna, isto é algo memorizado/mecanizado e assim o ambiente deixa de ser algo imparcial e passa a ser um instrumento que apresenta uma diversidade de possibilidades de ação (Gibson, 1979, citado por Martins R. et al., 2017).

As regras estipuladas, numa fase inicial poderiam não ir diretamente ao encontro das regras da modalidade, porém iam de encontro a uma situação de jogo, na medida que de um lado o aluno procurava treinar o serviço por baixo através da colocação da bola num espaço vazio do outro lado do campo, e o outro aluno preocupava-se em enquadrar-se com a bola e fazer uma receção orientada em manchete para o seu colega de equipa, tendo este mais tempo para decidir e agir de acordo com o meio envolvente.

2.3. Definir quais as variáveis analisadas e critérios para cada variável:

A escolha das variáveis analisadas baseou-se no artigo de Afonso J. et al., (2008), referido na bibliografia, porém este analisa elementos mais complexos como a ação dos blocos, sendo que a faixa etária de alunos a quem foi feito o presente estudo não permitiria tal avaliação. Deste modo procurámos analisar variáveis de acordo com as características dos alunos e das metas de ensino propostas para este escalão etário.

Ataque:

Tomada de decisão no serviço:

Verificar se o aluno procura o espaço vazio (Sim ou Não).

Disponibilidade dos atacantes antes do 2º toque:

Verificar se o aluno procura estar perto da zona da rede para passar a bola para o outro lado (Sim ou Não);

Verificar se o aluno reage mesmo que o passe do passador não seja bem concretizado (Sim ou Não).

Disponibilidade do passador antes do 1º toque:

Verificar se o aluno se o passador está bem posicionado (Sim ou Não);

Verificar se o aluno disponibiliza-se para receber a bola, não ficando parado sabendo que é ele que tem de ir ao encontro da bola (Sim ou Não).

Defesa:

Tomada de decisão no 1º passe:

Verificar se o aluno procura o passador no passe (Sim ou Não).

Ocupação do espaço a defender:

Verificar se os alunos estão bem posicionados no momento anterior à bola passar para o campo deles, ou seja, no sistema de losango, para depois poderem atacar (Sim ou Não).

2.4. Testes Estatísticos

Na realização deste trabalho, de forma a comparar os dois grupos, utilizámos o teste não paramétrico de Mann-Whitney, pois os dados não seguem uma distribuição normal.

Na comparação entre o pré e pós-teste foi usado o teste não paramétrico de Wilcoxon.

Foi ainda calculado a magnitude do efeito (d Cohen).

No pré teste, não existiram diferenças significativas entre os grupos na generalidade das variáveis.

2.5. Teste de Fiabilidade

O teste de fiabilidade, como o próprio nome indica, permite conferir a fiabilidade intra-observador na análise das ações registadas, sendo reavaliado através de jogo formal de voleibol de 5 minutos, com uma semana de intervalo, e posteriormente calculado o coeficiente de fiabilidade (R) (Goto e Mascie-Taylor, 2007).

Os resultados demonstraram um valor de coeficiente de fiabilidade superior a $R=0,987$, permitindo-nos afiançar que existe uma grande fiabilidade intra-observador nos registos efetuados.

2.6. Resultados

Definimos como $H_0: \mu_1 = \mu_2$ e $H_1: \mu_1 \neq \mu_2$, apresentando-se de seguida os resultados obtidos na comparação entre grupos, no pré-teste:

Os valores de p-value nas variáveis de “serviço” (0,258), “receção” (0,302), “passador” (0,621) e “ataque” (0,663) foram superiores a 0,05, ou seja, não se rejeita H_0 , pois para um grau de confiança de 95%, as variáveis não apresentaram diferenças significativas na comparação entre grupos, logo as médias são iguais neste intervalo de confiança.

Em relação à variável “defesa”, esta apresentou uma média e um desvio padrão igual para ambos os grupos e não foi possível aplicado o teste, verificando-se a inexistência de diferenças entre os grupos.

Em suma, no pré teste não existiam diferenças significativas entre os grupos nas variáveis analisadas.

Definimos como $H_0: \mu_1 = \mu_2$ e $H_1: \mu_1 \neq \mu_2$, apresentando-se de seguida os resultados obtidos na comparação pré, pós-teste para cada grupo foram os seguintes:

Grupo de controlo

As variáveis de “serviço” e “ataque” apresentaram valores de p-value (0,500) superiores a 0,05, ou seja, não se rejeita H_0 , pois para um grau de confiança de 95% estas variáveis não apresentaram diferenças significativas na relação pré e pós-teste, logo as médias são iguais para este intervalo de confiança.

Em relação aos valores de p-value das variáveis de “receção” (0,008) e “passador” (0,016), estes foram inferiores a 0,05, ou seja, rejeita-se H_0 , pois existem diferenças significativas na relação pré e pós-teste, existindo assim diferenças nas médias para um intervalo de confiança de 95%.

Por último, na variável “defesa”, o erro padrão da média foi 0, não existindo alterações, impossibilitando a aplicação do teste.

Grupo experimental

Neste grupo, as variáveis de “serviço”, “ataque”, “receção” e “passador” apresentaram um p-value = 0,000, rejeitando-se H_0 em todas, pois existem diferenças significativas em todas as variáveis, logo existem diferenças nas médias para um intervalo de confiança de 95%.

Em relação à variável “defesa”, tal como aconteceu no grupo de controlo, o erro padrão da média foi 0, não existindo alterações, impossibilitando a aplicação do teste.

Magnitude do efeito

	Grupo de Controlo			Grupo Experimental		
	Pré-teste	Pós-teste	d	Pré-teste	Pós-teste	d
Serviço	0,18 ± 0,39	0,22 ± 0,42	0.010	0,28 ± 0,45	0,74 ± 0,44 *	1.030 (grande)
Receção	0,12 ± 0,33	0,27 ± 0,45 *	0.382 (pequeno)	0,21 ± 0,41	0,62 ± 0,49 *	0.910 (grande)
Passador	0,02 ± 0,14	0,16 ± 0,37 *	0.504 (médio)	0,05 ± 0,22	0,33 ± 0,47 *	0.757 (médio)
Atacante	0,06 ± 0,24	0,10 ± 0,30	0.148	0,03 ± 0,18	0,34 ± 0,48 *	0.854 (grande)
Defesa	1,00 ± 0,000	1,00 ± 0,000	n.a.	1,00 ± 0,000	1,00 ± 0,000	n.a.

A análise da tabela 1, permite concluir, através dos valores do teste de d, que a variável de “passador” teve uma melhoria significativa nos dois grupos, porém foi o grupo experimental quem apresentou melhoria de maior magnitude com valor de $d=0.910$ em relação ao valor do grupo de controlo de $d=0.504$.

De referir que nas restantes variáveis, apenas o grupo experimental teve melhorias significativas sendo que os resultados foram melhores que na variável de “passador”, anteriormente analisada.

2.7. Discussão de Resultados

De acordo com os resultados obtidos, verifica-se que o grupo da abordagem dinâmica (grupo experimental) apresentou melhorias em todas as variáveis analisadas, enquanto o grupo da abordagem cognitiva tradicional (grupo de controlo) apenas apresentou melhorias, de menor magnitude comparado ao outro grupo, nas variáveis “receção” e “passador”, sendo estas as variáveis em que se verificaram melhorias significativas nos dois grupos.

A abordagem tradicional apresenta melhorias na tomada de decisão do aluno que realiza a receção ao serviço, pois este procura realizar uma receção orientada (receção-passe) para o passador, e ao nível de tomada de decisão do passador, que procura enquadrar-se com o passe do colega que fez a receção, realizando assim o 2º toque da equipa. Apesar desta abordagem ao treino se focar mais no movimento das ações técnicas, uma das possibilidades que pode justificar a melhoria na tomada de decisão dos alunos, foi a exigência feita por parte professor deste grupo de controlo, que o segundo toque na bola fosse direcionado para o passador. Contudo, esta melhoria do grupo de controlo, quando comparada com a melhoria do grupo experimental, deixa de ser tão significativa, visto que este último grupo apresentou

melhorias de maior magnitude. Para isso, contribuíram as tarefas que foram apresentadas aos alunos ao longo dos treinos, que lhes permitiam explorar diferentes hipóteses para resolver determinado problema, potenciando os aspetos táticos pretendidos. No grupo de controlo as tarefas centravam-se essencialmente na ação técnica pretendida e os alunos acabavam por não se questionar sobre o porquê de realizar aquela ação, em detrimento de outra ação que lhes possibilitasse obter um resultado igual ou melhor.

Em relação às variáveis de “serviço” e “atacante”, somente o grupo experimental apresentou melhorias significativas, resultado esse que vai de encontro com as tarefas que eram solicitadas aos alunos durante os treinos, pois ao contrário do que se sucedera no grupo de controlo em que os alunos apenas se preocupavam em fazer a bola passar para o outro lado da rede, os alunos do grupo experimental sempre foram desafiados a encontrar soluções para dar direções diferentes à bola durante o serviço e a perceber as vantagens que um serviço curto ou longo pode ter em determinado momento tático do jogo. O mesmo se sucedeu na variável “atacante”, pois nas aulas do grupo experimental houve a preocupação em transmitir feedbacks aos alunos para que estes se enquadrassem corretamente no terreno de jogo antes do segundo toque na bola, atacando de seguida a bola para a colocar do outro lado da rede.

Quanto à variável de “defesa”, os resultados foram iguais nos dois grupos, visto que a disposição espacial a defender foi igual nos dois grupos, tanto no pré-teste como no pós-teste. Esta situação deveu-se sobretudo ao conhecimento prévio e básico que os discentes tinham de anos anteriores em relação ao seu posicionamento no momento de defender, que apenas foi corrigido pontualmente por parte dos professores.

Em suma, é notória a diferença existente entre as duas abordagens no que diz respeito ao treino da tomada de decisão no voleibol, tendo-se verificado que a abordagem dinâmica permite uma maior evolução dos alunos. A abordagem cognitiva tradicional torna-se mais relevante quando a tarefa focada na execução técnica da ação é completada com determinados feedbacks táticos.

Estes resultados vão de acordo com investigações anteriores, existindo uma tendência para que o treino realizado com base na abordagem dinâmica obtenha um maior transference para o jogo (Machado et al., 2005).

2.8. Conclusão

De acordo com os resultados conseguidos é possível verificar que na intervenção feita às 4 turmas de 7º ano, houve maior evolução em termos técnicos (posição base, serviço, receção em manchete e passe alto) no grupo experimental, bem como em termos táticos, em que os resultados também foram melhores no grupo experimental. Deste modo, é perceptível a relação que existe entre a “leitura de jogo” - parâmetro de avaliação utilizado na avaliação diagnóstica e sumativa - e as variáveis utilizadas neste estudo - ataque, receção, passador e defesa, pois os alunos com melhor leitura de jogo, foram os alunos que conseguiram concretizar os critérios utilizados nas variáveis de estudo.

Em suma, pode-se concluir que a estimulação do cérebro através da utilização de vídeos, de explicações verbais e representativas (quadro) e o uso do questionamento - procurando que o aluno perceba por si qual a melhor solução para resolver um determinado problema, ajuda a médio/longo prazo a que os alunos possam se “desenvencilhar” em situação de jogo/competição em que diversidade de constrangimentos é grande e há a necessidade de responder de forma rápida a uma adversidade que surja.

Bibliografia

Afonso, J., Mesquita, I., & Marcelino, R. (2008). Estudo de variáveis especificadoras da tomada de decisão, na organização do ataque, em voleibol feminino. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 8(1), 137-147.

Carvalho, J., Araújo, D., González, L. G., & Iglesias, D. (2011). El entrenamiento de la toma de decisiones en el tenis: ¿qué fundamentos científicos se pueden aplicar en los programas de entrenamiento? *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 767-783.

Goto, R., & Mascie-Taylor, N. (2007). Precision of measurement as a component of human variation. *Journal of Physiological Anthropology*, 26(2), 253-256.

Machado, N., Araújo, D., & Godinho, M. (2005). A acção táctica no ténis: implicações metodológicas. *O Contexto da Decisão: A Acção Táctica no Desporto*, 261-276.

Navarro A., Almeida R., Santana W. (2015). *Pedagogia do esporte: Jogos esportivos coletivos*. Bela Vista - São Paulo - SP. Phorte Editora.

Passos, P., Batalau, R., & Gonçalves, P. (2006). Comparação entre as abordagens ecológica e cognitivista para o treino da tomada de decisão no Ténis e no Rugby. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 6, 305-317.

Martins R., Dias G., Mendes P (2017). *Ténis: estratégia, percepção e ação*. Imprensa da Universidade de Coimbra.

Anexos

Anexo 1.

Pré-teste/ Pós-teste: Tomada de decisão no jogo de Voleibol

Nº	Nome	Parâmetros de avaliação				
		Serviço	Receção	Passador	Ataque	Defesa
1	Afonso Antunes					
2	Ana Almeida					
3	Beatriz Cunha					
4	Bernardo Saraiva					
5	Carolina Caniço					
6	Cíntia Santos					
7	Daniela Ramos					
8	David Tarouca					
9	David Santos					
10	Diogo Pereira					
11	Duarte Janeira					
12	Eduardo Brito					
13	Francisca					
14	-					
15	Guilherme Pinheiro					
16	Guilherme Carrega					
17	Jimi Hamilton					
18	João Vicente					
19	João Almeida					
20	José Rodrigues					
21	Manuel Mouro					
22	Margarida Reis					
23	Maria Pombo					
24	Maria Lopes					
25	Martim Fortuna					
26	Pedro Sainhas					
27	Pedro Silva					
28	Rita Neves					
29	Simão Serra					
30	Vitória Gaspar					
31	Eliana					

Sim	1
Não	0

Anexo 2.

Avaliação diagnóstica 7ºD

Nº	Nome	Parâmetros de avaliação diagnóstica				
		Posição base	Passo	Manchete	Serviço por baixo	Leitura de jogo
1	Afonso Antunes	3	3	3	4	3
2	Ana Almeida	4	3	4	4	4
3	Beatriz Cunha	3	2	2	3	2
4	Bernardo Saraiva	4	4	4	4	4
5	Carolina Caniço					
6	Cíntia Santos	4	3	3	4	3
7	Daniela Ramos	3	3	3	4	4
8	David Tarouca	3	3	3	4	3
9	David Santos	3	3	3	3	3
10	Diogo Pereira	3	3	3	3	3
11	Duarte Janeira	4	4	4	4	4
12	Eduardo Brito	4	4	4	4	4
13	Francisca	2	2	2	2	2
14	-	-	-	-	-	-
15	Guilherme	3	4	3	4	3
16	Guilherme	3	4	3	4	3
17	Jimi Hamilton	3	3	3	3	3
18	João Vicente	4	4	4	4	4
19	João Almeida	3	3	3	3	3
20	José Rodrigues	3	4	3	4	3
21	Manuel Mouro	3	4	3	3	3
22	Margarida Reis	3	3	3	4	4
23	Maria Pombo	3	3	3	3	3
24	Maria Lopes	3	3	3	4	4
25	Martim Fortuna	3	3	3	3	3
26	Pedro Sainhas	3	2	2	3	2
27	Pedro Silva	3	3	3	3	3
28	Rita Neves	3	3	3	3	3
29	Simão Serra	4	4	4	4	4
30	Vitória Gaspar	3	3	3	4	3
31	Eliana	2	2	2	3	2

Tabela Classificativa
1: Realiza com muita dificuldade
2: Realiza com dificuldade
3: Realiza razoavelmente bem
4: Realiza bem
5: Realiza muito bem